



즐거운 급식 !!

유치원급식의 식단은 이렇게 작성됩니다.

- ◆ 학교급식법 영양기준량에 맞도록 식단을 작성합니다.
- ◆ 다섯 가지 기초식품군이 모두 포함된 균형식입니다.
- ◆ 양질의 단백질 식품이 한 종류 이상 포함되도록 합니다.
- ◆ 기호도가 떨어지는 녹황색채소를 반드시 포함시켜 유아들에게 부족한 영양소가 없도록 합니다.
- ◆ 색, 형태, 질감을 고려하여 편식을 줄이고자 노력합니다.
- ◆ 주식은 친환경 쌀, 친환경잡곡을 포함한 혼식을 원칙으로 합니다.
- ◆ 엄선된 신선한 식재료만을 사용합니다.

유치원 급식의 장점은 이렇게합니다.

- ◆ 우리 몸에 적합한 식사 방법인 전통적인 식사의 중요성과 외식문화에 익숙한 유아들의 식습관을 바로 잡는데 각별한 관심을 가지고 교육합니다.
- ◆ 식사 시 주변의 정리정돈, 질서 지키기, 식사예절, 위생관리, 식생활 습관 및 태도 등을 함양하도록 교육합니다.
- ◆ 가정에서의 올바른 식생활 실천의 기초를 익혀 갈 수 있도록 교육합니다.
- ◆ 유아가 선호하지 않은 나물류나 채소류, 버섯류 등의 음식에 대해 조금씩 친숙해 질 수 있도록 편식 교정 교육 기회를 제공합니다.

◎ 유치원 급식! 이런 역할을 해요!

- ▶ 균형 잡힌 영양을 공급하여 유아들의 건강을 향상 시킵니다.
- ▶ 우리 농산물의 애용과 전통 식문화 계승에 이바지 합니다.
- ▶ 올바른 식사예절 및 식습관 형성, 공동체의식을 키우는 장입니다.

유치원급식 이렇게 운영해요 연간계획

1. 급식비 전액 무상급식 실시(1인,1식 기준)

구 분	식품비	운영비	합 계(원)
유치원	2,755	260	3,015

- * 기본 급식비 : 2,600원
- * 친환경 농산물 구입지원금(친환경쌀 포함) : 245원
- * 우수농산물 구입지원금 : 170원

2. 친환경 급식 및 나트륨과 당 저감화 식단 운영

- 친환경농산물을 학교급식 식재료에 우선 사용함으로써 성장기 학생의 건전한 심신의 발달 도모
- 나트륨과 당류 섭취를 최소한으로 줄이고자 함

3. 유치원 급식 모니터링 조직 운영

- 신뢰성 확보 및 수요자 만족도 제고를 위한 학부모 참여 기회 확대
- 학부모 안내 및 모집하여 연중 운영

4. 알레르기 유발식품 표시제, 식재료 원산지 표시실시

- 홈페이지와 월간식단표 및 식당과 교실게시판에 알레르기 유발 식품 및 식재료 원산지 표시

함께해요! 조심조심 코로나19

학교급식 에티켓!

1

흐르는 물에 30초 동안 비누를 개끗이 씻으세요.

2

앞 학생과 거리를 두고 물을 서세요.

3

마스크는 자리에 앉은 후 식사 직전에 벗어주세요.

4

가능한 마주 보고 식사하지 않습니다.

5

식사 시 기침이나 재채기가 나올 경우 옷소매로 입과 코를 가리세요.

6

식사 중 대화는 삼가주세요.

7

식사를 마친 후 마스크를 착용해주세요.

마스크 착용

손 소독하기

손 자주씻기

왜! 손을 씻어야 할까요?

손을 안씻으면...

● 배가 아프고 설사를 해요

● 열이 나고 토하기도 해요

● 감기에 쉽게 걸려요

● 눈병에 걸려요



5. 6월 유치원급식식단 안내



		5/27 Wed	5/28 Thu	5/29 Fri
		친환경혼합15곡밥5 두부감자된장국5.6.13 한우불고기5.6.8.13. 미역오이초무침13. 배추김치9.13. 단호박죽13. 에너지/단백질/칼슘/철분 571.9/32.6/266.4/5.2	친환경혼합15곡밥5 삼선짜장밥2.5.6.9.13 실파계란국1 반달단무지 검정깨탕수육1.2.5.6.10.11. 12.13. 배추김치9.13. 화이트메론 에너지/단백질/칼슘/철분 621.1/31.3/64.3/2.9.	친환경혼합15곡밥5 아욱들깨된장국5.6.13 닭고기김치조림5.6.9.13 머위대볶음5.6. 갈치구이2.5.6. 배추김치9.13. 에너지/단백질/칼슘/철분 504.4/31.1/362.4/4.1
6/1 Mon	6/2 Tue	6/3 Wed	6/4 Thu	6/5 Fri
친환경혼합15곡밥5. 해물짬뽕국6.9.10.12.13 돈육콩나물불고기 5.6.10.13. 마늘쫄면새우볶음 5.6.9.13. 오징어김치전1.5.6.9.13. 배추김치9.13. 상추쌈&쌈장5.6.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 548.2/32.9/224.1/3.6	친환경혼합15곡밥5. 대구맑은탕5.9.13. 안동닭찜5.6.8.13. 숙주나물무침 왕새우튀김1.5.6.9. 배추김치9.13. 배도라지음료5.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 647.3/26.4/184.2/5.2	친환경혼합15곡밥5. 근대된장국 5.6.13. 알감자어묵간장조림 1.5.6.10.13. 허브삼겹살버섯구이10. 배추김치9.13. 참외 상추쌈&쌈장5.6.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 650/23/138.2/2.8	친환경혼합15곡밥5. 꽃게탕5.6.8.9.13. 얼갈이민물새우지짐 5.6.9.13. 바비큐폭립구이 15.6.10.12.13. 감자채삼색채소볶음5. 배추김치9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 636/33.9/283.9/3.9	친환경혼합15곡밥5. 쇠고기미역국5.6.9.13. 모듬버섯들깨탕5.6.9.13. 아채계란말이1.5. 삼치카레구이2.5.6.13. 배추김치9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 425.1/26.6/167.2/3.1
6/8 Mon	6/9 Tue	6/10 Wed	6/11 Thu	6/12 Fri
친환경혼합15곡밥5. 전복낙지연포탕5.9.13. 해물볶음우동5.6.9.12.13 콩나물무침5. 새우멸치파래돌김자반13. 배추김치9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 484.8/28.6/377.9/4	친환경혼합15곡밥5. 콩나물국.5.13. 등갈비김치찜5.6.9.10.13. 김가루실파무침5.6.13. 배추김치9.13. 요거트모듬과일샐러드 2.4.5.6.12.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 459.6/23/172.6/3.3	친환경혼합15곡밥5. 잔치국수&양념장1.5.6.9.13 주꾸미채소초무침5.6.13. 갯손야채무침5.6. 배추김치9.13. 우리밀미니핫도그 1.2.5.6.10.12.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 394.3/16/123.5/3.2	친환경혼합15곡밥5. 오징어후박국9.13. 고다리콩나물찜5.6. 청경채느타리버섯굴소스 볶음5.6.13. 포크커틀릿&브라운소스 1.2.5.6.10.11.12.13. 배추김치9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 483.1/32.2/127.4/2.3	친환경혼합15곡밥5 청국장5.9.13. 오징어삼겹살불고기 5.6.10.13 알감자메추리알간장조림 1.5.6.10.13. 시금치나물무침 배추김치9.13. 상추쌈&쌈장5.6.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 537.1/28.7/256.7/4.4
6/15 Mon	6/16 Tue	골고루 맛있게		
친환경혼합15곡밥5. 콩나물김치국5.9.13. 민물새우우조림5.6.9.13. 당면잡채5.6.8.10.13. 생선가스&타르타르소스 1.2.5.6.13. 배추김치9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 549.6/21.5/293.6/2.9	단호박카레라이스 2.5.6.10.13. 북어채콩나물국5.6.9.13. 단무지무침. 배추김치9.13. 친환경수박 치킨너겟1.2.5.6.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 346.2/15.7/122.3/2.1			

◇ 영양 및 원산지 정보 안내 <http://www.iriu.kg.kr/>->유치원소식->맛있는식단

-영양표시제: 식단에 대한 열량 및 단백질,지방, 칼슘,비타민 등 주요 영양량을 각 식단별 아단에 표시

-알레르기 유발 식품: 식단명 옆에 숫자로 표시

- ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염류(건장), ⑭오두, ⑮닭고기, ⑯쇠고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑲갯

- 원산지: 가정통신문(월간식단), 홈페이지, 식생활관에 표시

농산물의 원산지 표시에 관한 법률 시행령 제33조(원산지의 표시대상) [시행 2020. 4. 30.] 식재료 원산지는 시장 사정에 따라 변경 될 수 있습니다.

쌀밥(밥, 죽, 누룽지)	국내산/국내산	배추김치(가공품포함)/중 배추, 고춧가루	국내산/국내산
쇠고기/가공품	국내산(안우)/국내산	콩/두부류<가공두부, 유바는 제외>, 콩비지, 콩국수	국내산/국내산
돼지고기/가공품	국내산/국내산	고등어, 갈치, 꽃게, 참조기, 미꾸라지/가공품	국내산/국내산
닭고기/가공품	국내산/국내산	낙지, 오징어/가공품	수입산, 국내산/사용시 별도표기
오리고기/가공품	국내산/국내산	명태<왕태, 북어 등 건조한 것은 제외>	수입산(원양산)
양고기/가공품	국내산/국내산	넙치, 참돔, 뱀장어, 쏘피볼락	사용 시 별도 표기
염소고기<유산양 포함>/가공품	국내산/국내산	다랑어, 아귀 및 주꾸미/가공품	사용 시 별도 표기