

탄소발자국을 줄이는 저탄소 환경급식

탄소발자국이란?

내가 걸어온 길에 남은 발자국처럼 개인 또는 집단이 어떤 제품이나 서비스를 이용하는 일련의 과정에서 배출되는 탄소의 양을 나타내는 지표입니다.

다 함께 탄소발자국 줄이기 실천을 통해 기후 위기 극복에 보탬이 되려 합니다.

- 주1회 저탄소 환경급식의 날 운영
- 기후위기 대응, 저탄소 식생활교육 실시
- 로컬식재료를 활용한 전통식단, 향토식단 운영

저탄소 환경급식이 궁금해요!

Q. 저탄소 환경급식이 채식급식인가요?

A. 아니요. **완전 채식은 아니에요.** 육류 섭취를 줄이는 형태이며, 유제품, 난류, 해산물을 주재료로 활용한 식단으로 제공됩니다.

Q. 성장기에 필요한 단백질량을 공급받을 수 있나요?

A. 네. 학교급식은 **한국인 영양소섭취기준을 준수**하여 제공되므로 단백질을 충분히 공급받을 수 있습니다.

Q. 저탄소 환경급식의 실천으로 달라지는 점이 있나요?

A. 탄소 발생량이 비교적 적은 육류 사용, 지역가공품 우선사용, 제철 식재료 사용, 쓰레기발생이 적은 가공식품 이용 등으로 학교구성원 모두가 **탄소배출 줄이기**를 실천할 수 있습니다.

어떤 식품이 탄소배출량이 가장 많을까?



GREENPEACE

탄소중립이란?

? 탄소중립이란?

지구온난화 주원인, 이산화탄소를 배출한 만큼 다시 흡수하여 실질적 배출량을 '0(Zero)'로 만드는 것



☑️ 소나무 기준 탄소흡수량은?

- 송용차 1대가 배출한 온실가스를 상쇄하기 위해
- 매년 소나무 13그루 나무심기 필요

출처: 산림청

온실가스를 줄이는 탄소중립

지구온난화, 기후변화 등
환경문제로 몸살을 앓고 있는 지구!

탄소중립을 위해 나무가 필요합니다.

나무를 심고, 지키는 **저탄소** 생활습관 실천해요!



나무를 지키는 작은 실천 "START"

로컬푸드 이용하기

텃밭 가꾸기

텀블러 사용하기

종이컵 X

제철식품 섭취하기

비닐하우스에 투입되는 에너지 절약으로 탄소 감축

각종 소비 줄이기

커피, 초콜릿, 망고, 아보카도 등을 얻기 위해 숲이 파괴되고 있음

육류 섭취는 적당히

방구, 트림 등 온실가스 배출
사료채배, 목장설립 등 산림 파괴
물수량 채배, 분뇨 정화 등 수자원 고갈



4월 학교급식 식단 안내



	<div>4/1 Tue</div> <div>친환경칼슘참쌀밥 쇠고기미역국(5.6.16) 숙주미나리무침(5.6) 오리불고기/상추쌈(5.6) 치즈달걀말이(1.2.5.6.10.15.16) 배추김치(완)(9) 생일케이크(오레오)(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 609.0/24.8/153.3/2.8</div>	<div>4/2 Wed 수다날</div> <div>친환경찰현미밥 아귀매운탕(5.9) 수육/명이나물(5.6.10) 야채스틱&오이고추쌈(5.6) 새송이애호박볶음 보쌈김치(완)(9) 녹용홍삼음료 * 에너지/단백질/칼슘/철 620.8/39.1/434.5/5.4</div>	<div>4/3 Thu</div> <div>친환경차수수밥 유부우동국(5.6.7.18) 머위잎무침(5.6) 주꾸미야채볶음(5.6) 새우튀김/머스터드(1.2.5.6.9) 배추김치(완)(9) 사과 * 에너지/단백질/칼슘/철 622.0/23.3/233.9/2.9</div>	<div>4/4 Fri</div> <div>산채비빔밥(5.6.13) 근대된장국(5.6) 달걀후라이(1.5) 닭다리후라이드(1.5.6.15.16) 무생채 초코썬쿠키(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 631.0/29.1/191.4/4.7</div>
	<div>4/7 Mon</div> <div>친환경울무밥 청국장찌개(5.9) 콩치김치조림(9) 콩나물파채무침(5) 삼겹살구이/상추쌈(5.6.10) 각두기(완)(9) 꿀떡 * 에너지/단백질/칼슘/철 660.8/23.5/168.3/3.2</div>	<div>4/8 Tue</div> <div>친환경찰보리밥 육개장(사골)(16) 돼지갈비찜(5.6.10.13) 브로콜리&두릅초화(5.6.13) 해물쫄파전(1.5.6.9.13.17) 배추김치(완)(9) 런요구르트(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 680.7/36.8/199.9/3.4</div>	<div>4/9 Wed 수다날</div> <div>코코넛카레라이스(2.5.6.12.13.16.18) 북어두부국(5) 오이달래무침 생선까스/타르타르S(1.5.6.13) 배추김치(완)(9) 대추방울토마토(12) * 에너지/단백질/칼슘/철 640.9/27.1/258.0/3.4</div>	<div>4/10 Thu</div> <div>친환경조각서리태밥(5) 단호박죽 꽃게오징어국(5.6.8.13.17) 참나물무침 안동식찜닭(5.6.13.15.16) 두부양념구이(5.6) 배추김치(완)(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 604.8/41.4/331.9/5.6</div>
<div>4/14 Mon</div> <div>짜장면(5.6.10.13.16) 달걀실파국(1.9) 이슬만두(1.5.6.10.16.18) 한입단무지 후르츠탕수육(1.5.6.10.11.12.13) 배추김치(완)(9) 아삭아삭배 * 에너지/단백질/칼슘/철 574.3/34.0/195.7/2.8</div>	<div>4/15 Tue</div> <div>친환경녹차카테킨쌀밥 돼지등뼈감자탕(5.6.10.13) 숙주나물 순살닭갈비(5.6.15) 치즈핫도그/케첩(1.2.5.6.10.12.16) 각두기(완)(9) 식물성유산균요구르트(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 671.0/33.3/132.0/1.9</div>	<div>4/16 Wed 수다날</div> <div>친환경찰흑미밥 바지락순두부찌개(1.5.6.9.13.17.18) 치커리오리엔탈무침(5.6) 로제스파게티(1.2.5.6.9.10.12.13) 한돈한우떡갈비(5.6.10.15.16.18) 배추김치(완)(9) 애플망고라떼(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 681.7/28.3/256.4/4.5</div>	<div>4/17 Thu</div> <div>친환경통밀밥(6) 냉이김치국(9) 콩고기버섯불고기(1.5.6) 구이김(포켓몬) 조기구이(5.6) 쌈배추겉절이(9.13) 갈릭파이(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 688.8/35.1/460.4/7.7</div>	<div>4/18 Fri</div> <div>친환경완두콩밥 쇠고기무국(5.6.16) 꼬막살야채무침(5.6.18) 닭살김치볶음(9.15) 알감자버터구이(2.5) 각두기(완)(9) 모듬포도 * 에너지/단백질/칼슘/철 556.7/27.1/216.6/5.0</div>
<div>4/21 Mon</div> <div>친환경차조밥 참치김치찌개(5.9) 과일요거트샐러드(1.2.5.12.13) 도토리묵야채무침(5.6) 스크램블드에그(1.5) 장어양념구이 총각김치(완)(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 599.7/32.5/244.3/3.4</div>	<div>4/22 Tue</div> <div>친환경귀리밥 녹두삼계탕(1.5.15) 시금치나물 참치김치볶음(5.9) 리얼치즈블럭돈가스(1.2.5.6.10.12.13.16.18) 각두기(완)(9) 과채음료(지구의날)(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 650.3/35.7/202.3/2.5</div>	<div>4/23 Wed 수다날</div> <div>친환경작은쌀밥 돈코츠라면(1.2.5.6.10.13.15.16) 어묵떡볶이(1.5.6) 채소군만두(1.5.6.10.15.16.18) 배추김치&파김치(9) 딸기 * 에너지/단백질/칼슘/철 605.5/16.6/163.3/2.8</div>	<div>4/24 Thu</div> <div>친환경혼합잡곡밥(5) 우렁된장찌개(5.6) 쫄면야채무침(5.6.13) 고등어카레구이(2.5.6.7.12.13.16.18) 장충동왕족발/상추쌈(5.6.10) 찰보리빵(1.2.5.6) 보쌈김치(완)(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 666.8/31.5/360.4/3.7</div>	<div>4/25 Fri</div> <div>날치알햄김치볶음밥(1.2.5.6.9.10.13.15.16.18) 콩나물맑은국(5) 울외장야채무침 파닭치킨(1.2.5.6.12.13.15) 각두기(완)(9) 바람떡 * 에너지/단백질/칼슘/철 625.3/30.6/177.0/3.6</div>
<div>4/28 Mon</div> <div>친환경발아현미밥 마라탕(2.5.6.10.12.13.15.16.18) 파리고추메추리알조림(1.5.6) 청경채나물 북경식궤바로우(1.5.6.10.11) 배추김치(완)(9) 떠먹는골드키위 * 에너지/단백질/칼슘/철 655.9/21.4/168.2/3.9</div>	<div>4/29 Tue</div> <div>친환경찰기장밥 아욱된장국(5.6.9) 양배추찜/우렁쌈장(5.6) 돈육콩나물볶음(5.10.13) 파프리카어묵잡채(1.5.6.13.18) 배추김치(완)(9) 참외 * 에너지/단백질/칼슘/철 583.3/30.4/374.5/4.5</div>	<div>4/30 Wed 수다날</div> <div>친환경클로렐라쌀밥 버섯감자들깨국(5.6.9) 마파두부조림(5.6.10.12.13.18) 가지나물(5.6) 바베큐닭봉구이(5.6.12.13.15) 배추김치(완)(9) 뽕로로유유(초코)(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 656.0/35.6/295.7/3.7</div>	<div>◇ 서신초등학교 학교급식 식재료 원산지 표시 안내</div> <div>*쌀: 친환경쌀(유기농) *콩: 국내산, 두부콩: 국내산</div> <div>*배추김치(배추,고춧가루): 국내산(찌개용,반찬용)</div> <div>*돼지고기,닭고기,오리고기/가공품: 국내산(베이컨:수입산)</div> <div>*쇠고기: 국내산 한우(암소)</div> <div>*미꾸라지,고등어,참조기,아귀/가공품:국내산</div> <div>*갈치:세네갈산 *꽃게:국내산 *명태/가공품:러시아산</div> <div>*낙지:베트남산 *주꾸미:베트남산 *다랑어: 원양산</div> <div>*오징어:국내산(오징어채:페루산)</div> <div>*양고기, 뱀장어, 넙치광어, 참돔, 조피볼락 사용 안함</div>	

◇ 영양 및 원산지 정보 안내 www.jj-seosin.es.kr → 알림마당 → 식생활관

◇ 식단 및 원산지는 학교사정과 식재료수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

◇ 알레르기 정보

1.난류 2.우유 3.메밀 4.팥콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.게 9.새우 10.돼지고기 11..복숭아 12.토마토 13.아황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴,전복,홍합 포함) 19.잣