



## 안전하고 건강한 유치원급식은 이렇게 운영해요!

### ◆ 우리 유치원 급식비 안내 (중식: 무상급식)

구분	식품비(친환경,부식비 지원금 포함)	운영비	합계	비고
학생 (1식 단가)	3,430원	450원	3,880원	

\*2024학년도 유치원급식은 **교육청(60%) : 시(20%) : 도(20%)**의 지원으로 무상으로 제공됩니다.

\*우리 유치원급식에서 사용하는 유기농쌀 지원금은 **kg당 122.05원**입니다.

### ◆ 우리 유치원 급식의 영양관리기준 안내

열량(kcal)	단백질(g)	비타민A(R.E)	티아민(mg)
444.80	8.86	108.95	0.19
리보플라빈(mg)	비타민C(mg)	칼슘(mg)	철분(mg)
0.21	16.45	181.72	2.47

### ◆ 우리 유치원급식은 이렇게 운영합니다.

- ▶ 건강 지향적이며 성장발달 단계에 적합한 영양관리 측면에서 급식을 제공합니다.
- ▶ 매운음식이 제공될 때(고추장, 고춧가루 함유) **양념이나 음식의 크기를 다르게** 제공됩니다.
- ▶ 식재료는 본원의 식품비 예산 범위 내에서 가급적 도내산, 국내산의 **우수한 식재료를 사용하기 위해 노력**합니다.
- ▶ 기후 위기 대응 교육활동과 연계한 '저탄소 채식의 날'을 운영해요!  
\* 월 1회 '다채롭데이(채식의 날)'를 운영합니다.  
\* 채식의 날은 식물성 식품, 유제품, 난류, 생선 및 어패류를 사용하는 페스코 형태로 제공합니다.
- ▶ **성장기 유아에게 필요한 영양 공급에 부족함이 없으니 안심하세요!**
- ▶ 소금의 섭취를 줄이기 위해, 국의 염도는 **0.6~0.7% 수준**으로 제공합니다.

### ◆ 우리 유치원급식 이용 시 주의사항

- ▶ 식품 알레르기가 있는 유아는 담임선생님 또는 영양선생님께 반드시 알려주시기 바라며, 가정에서도 식단표를 참고하여 주시기 바랍니다.
- ▶ 식품알레르기가 있는 유아에게는 상황에 따라 도시락김, 너겟류, 떡갈비류 등을 제공합니다.  
(편식유아 제외)

### ◆ 식생활관 이용 예절

손씻기	줄서기	식판은 양쪽 가운데 똑바로 잡고 먹을만큼 받기	바르게 앉아 골고루 다 먹기	한 곳에 남은 음식물 모아 정리하기

# ◆ 전주성현유치원 3월 월간식단표 안내 ◆

3/4(월)	3/5(화)	3/6(수)	3/7(목)	3/8(금)
!귀리밥 !소고기미역국(16) !미트볼조림(1.2.5.6.12.13.15.16) !도토리묵무침 !숙주무침 !배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 449.3/15.2/88.8/2.2	!혼합잡곡밥(5) !숙김치된장국(5.6.9) !봄동된장무침 !주꾸미삼겹살볶음(10) !딸기 !배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 451.0/20.0/105.7/2.9	!콩나물영양밥&달래장(5.6.16) !어묵국(1.5.6) !두부제란전(1.5) !곱창돌김 !파인애플 !배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 418.0/19.7/121.6/3.0	!찰흑미밥 !차돌박이된장찌개(5.16) !두부&돈육김치볶음(5.9.10) !숙갓두부무침(5) !방울토마토(12) !배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 457.6/28.4/139.1/3.2	!찰현미밥 !참치김치찌개(5.9) !양배추샐러드(1.5.12) !감자채볶음 !생등심돈까스(1.5.6.10.12.13.18) !배추김치(9) !백김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 433.9/11.5/73.1/1.6
3/11(월)	3/12(화)	3/13(수)	3/14(목)	3/15(금)
!혼합잡곡밥(5) !영양전복죽(18) !오이지무침 !코다리양념강정 !한라봉 !배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 430.1/35.8/141.6/29.5	!귀리밥 !소고기무국(16) !유채나물된장무침 !고추장불고기(10) !마늘햄전(1.2.5.6.10.15.16) !배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 425.1/23.3/111.2/2.3	!강황쌀밥 !불고기낙지전골(16) !메추리알장조림(1) !미나리초무침 !건설우부추전(5.6.9) !배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 466.6/22.0/192.1/4.4	!찰흑미밥 !냉이된장국(5) !닭살카레볶음(2.5.6.12.13.15.16.18) !브로콜리무침 !전복버터구이(2.18) !배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 445.2/23.6/109.6/4.2	!찰현미밥 !김치콩나물국(5.6.9) !애기새송이버섯볶음 !꽃마늘대목살볶음(10) !배 !배추김치(9) !백김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 425.6/19.0/79.7/1.7
3/18(월)	3/19(화)	3/20(수)	3/21(목)	3/22(금)
!혼합잡곡밥(5) !육개장(16) !밤맛탕 !깻잎순나물 !소고기잡채(1.5.6.16) !배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 413.5/15.8/146.7/3.4	!귀리밥 !소고기미역국(16) !콩나물무침(5.6) !양송이버섯볶음(1.2.5.6.10.15.16) !고등어구이(7) !배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 413.4/19.5/67.5/2.0	!베이컨카레볶음밥(1.2.5.6.10.12.13.16.18) !유부우동(5.6) !단무지 !목화순탕수육(1.5.6.10.12.13.18) !사과 !배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 433.4/12.5/92.3/4.3	!찰흑미밥 !시금치된장국(5) !연근조림 !등심참스테이크(1.2.5.6.10.12.13.16) !샤인머스켓 !배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 415.1/14.0/79.5/2.2	!찰현미밥 !김치수제비국(5.6.9) !너비아니떡조림(5.6.10.15.16.18) !청포묵김가루무침 !건설우애호박볶음(9) !배추김치(9) !백김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 421.2/13.3/90.8/1.7
3/25(월)	3/26(화)	3/27(수)	3/28(목)	3/29(금)
!혼합잡곡밥(5) !아귀탕(5.6) !시금치무침 !훈제오리볶음(5.6.13.18) !오렌지 !배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 463.4/24.2/77.1/3.6	!귀리밥 !황태콩나물국(5.6) !올외장아찌 !백순대볶음(2.5.6.10.13.16) !야채고기완자전(1.2.5.6.10.15.16.18) !배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 450.8/17.6/101.9/2.4	!버섯카로틴밥 !순두부찌개(1.5.10) !우엉어묵채볶음(1.5.6) !참나물꼬막무침(18) !목살갈비구이(5.6.10.13.18) !배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 435.5/23.8/54.1/1.8	!찰흑미밥 !두부조림(5) !냉이소고기된장국(16) !간장치킨(5.6.13.15) !홍시 !배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 442.8/24.8/114.1/4.6	!찰현미밥 !돼지고기김치찌개(5.9.10) !미역줄기맛살볶음(1.5.6.8) !바삭불고기(10) !달걀말이(1) !배추김치(9) !백김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 437.5/30.2/134.5/3.2

- ◇ 원산지 - 쌀(국내산 유기농), 배추김치(국내산), 고춧가루(국내산), 쇠고기(국내산,한우), 돼지고기(국내산), 닭고기(국내산), 오리고기(국내산), 오징어(국내산), 고등어(국내산), 삼치(국내산), 바지락(국내산), 홍합(국내산), 두부(국내산), 아귀(국내산), 북어채(러시아산), 주꾸미(베트남), 참치(다랑어, 원양산), 낙지(베트남산)
- ◇ 영양 및 원산지 정보 안내: 성현유치원 홈페이지> 오늘의 식단> 급식게시판
- ◇ 식단은 시장의 수급현황 및 학교사정에 따라 변경될 수 있습니다.
- ◇ 알레르기 정보  
1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 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
- ◇ 우리유치원은 기후위기 대응의 일환으로 온실가스 배출량감소에 기여하기 위해 월 1~2회 ‘저탄소 채식의 날’을 시범 운영하고 있습니다.