



2023년 학교급식 운영 안내

2023 학교급식비(1인1식)

올해는 초등학생 4,200원,
유치원 4,000원으로
학교급식이 운영됩니다.
(식품비, 운영비포함)



또한, 전라북도에서 생산되는 유기농 친환경쌀
및 친환경농산물, 우수농산물사업비 지원을 받
아 질 높은 급식을 실시하고 있습니다.

학교급식법령의 영양관리 기준을 준수하여 영양소가
골고루 함유된 균형있는 식단을 제공하며, 사용
하는 식재료의 원산지와 알레르기 유발식품
식단표 및 홈페이지에 안내하고 있습니다.

※ 해당 식품에 특정증상을 보이는 학생 또는 기타
표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는
학생들은 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.

학생들의 여러 가지 질환 발생률을 예방하고자
나트륨 저감화와 당류 저감화를 추진하고 있습니다.

화학조미료는 사용하지 않고 전통음식을 반영하며
계절에 맞는 음식 제공을 위해 노력합니다.

학교급식 위생관리

해썹(HACCP)이라는 과학적 시스템으로
급식관리를 합니다

해썹(HACCP)이란? "식품 안전관리인증기준" 으로
급식작업별(검수-전처리-조리-배식-청소)로 위험한
요소를 분석하여 사전에 방지하고, 식품의 안전성을
침해할 가능성이 있는 부분을 집중적으로 관리하는
시스템으로 식품사고 예방에 만전을 기하고 있습
니다.

우유급식 변동사항

2023학년도부터는 농어촌소규모학교에 지원
되던 무상우유가 없어지고 법정저소득층학생
에게만 무상우유가 지원됩니다.

학생들의 건강증진을 위해 우유급식을 희망하는
학생에 한해 수익자부담원칙으로 우유급식을 실
시합니다.

학교급식 이야기

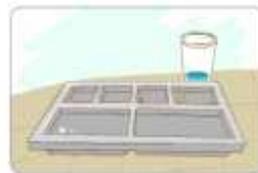
함께하는
학교에서 급식



바른 식생활 습관 형성



나눔과 배려, 공동체 의식 함양



건강, 환경의 중요성 인식



공공생활 구성원의 자질 함양

가정에서 함께 하는 학교급식

월식단표와 영양소식지는 학생과 함께 읽어
봅니다.

홈페이지에 게시된 식재료 원산지 및 영양량,
알레르기 유발식품을 확인하고 학교와 연계하
여 학생의 식품안전성을 확보합니다.

싫어하는 반찬도 조금씩 먹어보도록 가정에서
도 지속적인 편식지도를 부탁드립니다.



3월 학교급식 식단 안내



월	화	수	목	금
◇ 옥산초 학교급식재료 원산지 표시 안내!! * 쌀: 군산시 친환경쌀 * 콩: 국내산, 두부콩: 국내산 * 배추김치(고춧가루) : 국내산(짜개용,반찬용) * 돼지고기,닭고기,오리고기/가공품: 국내산 * 쇠고기: 국내산 한우(암소) * 고등어,오징어,꽃게,참조기/가공품: 국내산 * 갈치, 아귀/가공품: 국내산 * 낙지/가공품: 베트남산, 주꾸미: 베트남산 * 명태: 러시아산, 다랑어: 원양산 * 수산물가공품: 국내산(오징어채,페루산) * 양고기, 미꾸라지, 뱀장어, 넙치(광어), 참돔,조피볼락 - 사용 안함!			3/2 보리밥 쇠고기무국(5.9.13.) 콩치김치조림(7.9.13.) 봄동들깨나물(13.) 치즈계란말이(1.2.5.6.8.13.) 배추김치(완)(9.13.) 마들렌도넛(1.2.5.6.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 594.5/27.6/248.4/4.4	3/3 흑미밥 냉이된장국(5.6.9.13.) 오이돗나물무침(5.6.) 감자채볶음(13.) 목살구이/쌈장(5.6.10.) 배추김치(완)(9.13.) 크림떡(1.2.5.6.) 상추쌈(5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 586/27.8/159.8/4.7
3/6	3/7	3/8	3/9	3/10
참쌀현미밥 바지락미역국(9.13.18.) 족발+보쌈(5.6.9.10.13.) 쫄면초무침(1.5.6.13.) 시금치나물(4.) 보쌈김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 571.5/30.8/176.7/3.8	찰기장밥 김치콩나물국(5.9.13.) 상추샐러드(12.13.) 오리불고기(5.6.9.13.) 김구이(13.) 깍두기 봉어빵(1.2.5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 654.9/24.9/132.4/3.9	카레밥(2.5.6.9.10.13.16.) 무채들깨국(9.13.) 단무지무침 닭봉데리야끼구이 (2.5.6.13.16.) 배추김치(완)(9.13.) 딸기 * 에너지/단백질/칼슘/철 576.8/29.9/213.8/4.2	검정콩밥(5.) 쇠고기당면국(5.8.9.16.) 소시지야채볶음 (1.2.5.6.10.12.13.) 오징어김치전(1.5.6.9.13.) 총각김치(9.13.) 전혜향 쇠미역쌈(5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 645.4/31.8/371/7	녹차밥 크루통스프(1.2.5.6.13.16.) 오징어채도라지초무침 (5.6.13.17.) 로제파스타(1.2.5.6.10.12.13.) 포크커틀렛(1.2.5.6.10.12.13.) 배추김치(완)(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 678.8/34.3/185.9/5.4
3/13	3/14	3/15	3/16	3/17
울무차조밥 우렁된장찌개(5.6.9.13.) 상추부추들깨무침 쇠고기버섯불고기(16.) 팽이버섯전(1.6.) 배추김치(완)(9.13.) 김부각(5.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 588.6/30.2/368.6/6	옥수수밥 참치김치찌개(5.6.9.13.) 웰빙멸치조림(4.13.14.) 돈육바베큐구이 (2.5.6.9.10.12.13.) 숙주검정깨무침 크림치즈호떡(1.2.5.6.13.) 배추김치(완)(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 601.6/36.2/173/4.5	돌자반야채밥(1.5.6.9.13.) 팽이미소장국(5.6.9.13.) 오이무침 치킨유자샐러드 (1.2.5.6.13.15.) 배추김치(완)(9.13.) 핫도그(1.2.5.6.10.12.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 561.2/32.8/174/3.1	귀리밥 바지락순두부찌개 (1.5.6.9.13.) 애호박무침(9.13.) 오리훈제굴소스볶음 (5.6.13.18.) 쌀스파게티(2.5.12.13.16.) 배추김치(완)(9.13.) 사과 * 에너지/단백질/칼슘/철 676.7/27.9/146.5/5	찰홍미밥 감자용심이들깨국 (5.6.9.13.17.) 세발나물무침(5.6.13.) 야채튀김(1.5.6.18.) 한돈스테이크 (1.2.5.6.10.12.13.15.16.) 배추김치(완)(9.13.) 짜먹는 요구르트(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 655.8/20.9/145.9/3
3/20	3/21	3/22	3/23	3/24
차수수밥 배추된장국(5.6.9.13.) 콩나물돈육불고기 (5.6.10.13.) 고등어양념구이 (2.5.6.7.13.18.) 배추김치(완)(9.13.) 애플파이(1.2.5.6.13.) 상추쌈(5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 624.5/30.7/158.1/3.4	통밀밥(6.) 삼계탕(9.13.15.) 청경채무침(13.) 참치김치볶음(5.6.9.13.) 두부호두강정(5.6.13.14.18.) 깍두기 배 * 에너지/단백질/칼슘/철 617.8/34.3/178.5/10.2	짜장밥(2.5.6.9.10.13.18.) 연두부계란국(1.5.9.) 닭고기탕수(1.2.5.6.10.13.) 총각김치(9.13.) 딸기라떼(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 639.6/33.1/241.7/3.7	강황밥 쇠고기미역국(9.13.) 오징어채조림(1.5.13.) 잡채(1.5.6.8.13.) 모듬전(1.2.5.6.10.13.) 배추김치(완)(9.13.) 티라미수아몬드(2.5.) * 에너지/단백질/칼슘/철 544.2/29.4/133/3.5	참쌀현미밥 사골떡만두국 (1.2.5.6.9.10.13.15.16.18.) 돼지갈비찜(5.10.13.) 취나물들깨볶음(13.) 새우칠리소스볶음 (1.5.6.9.12.13.) 배추김치(완)(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 626.2/28.9/157.9/5.3
3/27	3/28	3/29	3/30	3/31
보리밥 돈육김치찌개(5.6.9.10.13.) 장조림(1.10.13.) 어린잎삼색무무침(3.5.) 김구이(13.) 배추겉절이(9.13.) 군만두(1.5.6.9.10.16.18.) * 에너지/단백질/칼슘/철 637.1/35.3/225.4/12	찰기장밥 감자탕(5.6.9.10.13.) 연근우렁조림(5.6.13.) 카프레제샐러드(2.12.13.) 두부계란부침(1.5.6.) 배추김치(완)(9.13.) 초코칩트위스트(1.2.5.6.14.) * 에너지/단백질/칼슘/철 647.3/25/326/3.6	비빔밥(5.) 팽이버섯계란국(1.9.13.) 닭다리구이(2.5.6.13.) 무생채 약고추장(돈)(5.6.10.) 사과요구르트(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 580/35/179.5/3.2	녹차밥 단호박꽃게탕(5.6.8.9.13.) 웰빙멸치조림(4.13.14.) 바베큐폭립(5.6.10.12.13.) 오이부추무침 배추김치(완)(9.13.) 송편(5.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 666.6/32/178.3/5.4	울무차조밥 고지어묵국(1.5.6.9.13.) 콩나물무침(5.) 닭갈비(2.5.6.15.) 배추김치(완)(9.13.) 두부담은 찰도그를(1.2.5.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 604/33.2/292.5/3.5

◇ 알레르기 정보 - ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧계, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬야황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲젓

◇ 영양 및 원산지 정보 안내 <http://ksoksan.es.kr/> ~> 학교소식 ~> 식생활관

◇ 학교급식은 안전하고 우수한 식재료로 균형있는 영양과 위생적인 급식을 위하여 최선을 다하고 있습니다.