



2025년 학교급식 운영 안내

▶ 2025 학교급식비(1인1식)

올해는 초등학생 5,010원으로 학교급식이 운영됩니다.
(식품비, 운영비포함)



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

▶ 학교급식법령의 영양관리 기준을 준수하여 영양소가 골고루 함유된 균형있는 식단을 제공하며, 사용하는 식재료의 원산지와 알레르기 유발식품을 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 반영하여 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 있습니다.

학교에서의 급식예절

◆ 음식은 다양하게 골고루

▪ 편식하지 않고 고기, 채소, 생선, 콩, 우유 등 다양하게 먹습니다.

◆ 많이 움직이고, 먹는 양은 알맞게

▪ 매일 한시간 이상 신체활동을 하고 식사와 간식은 적당한 양을 규칙적으로 먹습니다.

◆ 식사는 제때에, 싱겁게

▪ 아침식사는 꼭 먹고 음식은 천천히 꼭꼭 씹어 먹습니다.

◆ 간식은 안전하고, 슬기롭게

▪ 간식으로는 신선한 과일과 우유 등을 먹으며, 과자나 탄산음료, 패스트푸드는 자주 먹지 않습니다.

◆ 식사는 가족과 함께 예의바르게

▪ 음식은 바른 자세로 앉아서 감사한 마음으로 먹고 먹을 만큼 담아서 먹고 남기지 않습니다.

가정에서 함께 하는 학교급식

▶ 월식단표와 영양소식지는 학생과 함께 읽어 봅니다.

▶ 홈페이지에 게시된 식재료 원산지 및 영양량, 알레르기 유발식품을 확인하고 학교와 연계하여 학생의 식품안전성을 확보합니다.

▶ 싫어하는 반찬도 조금씩 먹어보도록 가정에서도 지속적인 편식지도를 부탁드립니다.

◇ 옥산초 학교급식식재료 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: 월양산
 - * 수산물가공품: 국내산(오징어채,페루산)
 - * 양고기, 미꾸라지, 뱀장어, 넙치(광어), 참돔, 조피볼락
- 사용 안함!

[자료 출처 : 식품의약품안전처, 식품안전정보원, 질병관리본부]



3월 학교급식 식단 안내



월	화	수	목	금
3/3	3/4	3/5	3/6	3/7
손씻기는 건강을 지키는 가장 좋은 습관입니다! 	보리밥 쇠고기무국(5.9.16) 고등어김치조림(5.6.7.9.13) 시금치나물(4) 치즈계란말이(1.2.5.6.8) 깍두기 딸기 *에너지/단백질/칼슘/철 614.8/35.2/298.2/5.2	짜장밥(2.5.6.9.10.13.16) 연두부계란국(1.5.9) 토마토부추샐러드(12) 닭고기탕수(2.5.6.13.15.18) 배추김치(완)(9) 요구르트(2) *에너지/단백질/칼슘/철 595.8/33.3/267.9/3.5	흑미밥 김치콩나물국(5.9) 돼지갈비찜(10) 봄동들깨나물 잡채(1.5.6.10.13.16) 깍두기 핫도그(1.2.5.6.10.12.15.16.18) *에너지/단백질/칼슘/철 669.7/27.1/317.1/3.4	찹쌀현미밥 냉이된장국(5.6.9) 웰빙멸치조림(4.14) 쇠고기버섯불고기(16) 해물파래전(1.6.9.17) 배추김치(완)(9) 바나나 *에너지/단백질/칼슘/철 637.0/33.1/282.2/6.1
3/10	3/11	3/12	3/13	3/14
찰기장밥 쇠고기미역국(9.16) 숙주검정깨무침 닭갈비(2.5.6.15) 군만두/야채초무침(1.5.6.10.13.16.18) 배추김치(완)(9) 연근부각(5.6) *에너지/단백질/칼슘/철 618.4/33.7/231.2/2.7	울무차조밥 바지락순두부찌개(1.5.6.9.13.17.18) 연근우영조림(5.6.13) 유자단무지방채(1.5.6.8.13) 오리훈제볶음(5.6) 배추김치(완)(9) 한라봉 *에너지/단백질/칼슘/철 616.5/25.1/223.7/3.5	돌자반야채밥(5.16) 팽이미소장국(5.6.9) 치킨유자샐러드(1.2.5.6.13.15.18) 배추겉절이(9.13) 불고기피자(1.2.5.6.10.12.13.15.16) *에너지/단백질/칼슘/철 648.5/39.1/392.4/3.3	옥수수밥 돈육김치찌개(5.6.9.10) 장조림(1.5.6.10.13.18) 상추부추들깨무침 순살갈치전(1.2.5.6.12.13.16.18) 배추김치(완)(9) 짜먹는요구르트(2) *에너지/단백질/칼슘/철 559.2/34.8/278.2/3.4	귀리밥 배추된장국(5.6.9) 종발+보쌈(5.6.9.10) 오이돗나물무침(5.6.13) 짜장떡야채볶음(1.2.5.6.13.16) 보쌈김치(9) 쇠미역쌈(5.6.13) *에너지/단백질/칼슘/철 590.5/31.5/306.5/2.7
3/17	3/18	3/19	3/20	3/21
찰흠미밥 삼계탕(9.15) 골뱅이콩나물무침(5.6.13) 새우칠리소스볶음(1.5.6.9.12.13.18) 깍두기 사과 *에너지/단백질/칼슘/철 605.6/30.4/225.0/2.8	통일밥(6) 불낙찌개(5.6.9.13.16) 도토리묵무침(5.6) 소시지야채볶음(1.2.5.6.10.15.16) 취나물들깨볶음 오징어김치전(1.5.6) 배추김치(완)(9) *에너지/단백질/칼슘/철 661.9/31.3/255.6/4.4	카레밥(2.5.6.9.10.12.13.16.18) 미역된장국(5.6.9.18) 오이무침 닭봉데리야끼구이(2.5.6.12.13.15.16.18) 배추김치(완)(9) 오렌지 *에너지/단백질/칼슘/철 613.5/32.9/382.6/4.5	차수수밥 사골떡만두국(1.5.6.9.10.13.15.16.18) 연근완자조림(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18) 세발나물무침(5.6.13) 김구이 배추김치(완)(9) 치즈볼(1.2.5.6) *에너지/단백질/칼슘/철 671.5/29.6/259.8/3.0	강황밥 꼬치어묵국(1.5.6.9) 감자채볶음 콩나물돈육불고기(5.6.10.13) 배추김치(완)(9) 양배추/다시마쌈(5.6.13) *에너지/단백질/칼슘/철 578.1/32.0/236.7/2.7
3/24	3/25	3/26	3/27	3/28
찹쌀현미밥 육개장(1.9.13.16) 계란찜(1.2.5.6.8.9) 미역줄기볶음(1.5.6.8) 삼치구이(6) 배추김치(완)(9) 꿀떡 *에너지/단백질/칼슘/철 598.0/29.9/283.7/4.3	찰기장밥 감자옹심이들깨국(5.6.9.17) 콩나물무침(5) 목살구이/쌈장(5.6.10) 배추김치(완)(9) 상추쌈(5.6) *에너지/단백질/칼슘/철 587.4/30.8/236.7/3.8	김가루주먹밥 단호박스프(2.5.6.9.13.16.18) 보코치니샐러드(2.12) 한돈스테이크(1.2.5.6.10.12.13.15.16) 배추김치(완)(9) 잼모닝빵(1.2.5.6.13) *에너지/단백질/칼슘/철 716.4/23.7/272.6/3.2	흑미밥 설렁탕(1.2.5.6.9.13.16) 오이부추무침 매콤아귀찜(5.6.13.18) 두부계란부침(1.5.6) 깍두기 키위 *에너지/단백질/칼슘/철 598.8/34.0/227.8/5.7	보리밥 꽃게된장국(5.6.8.9) 청경채무침 참치김치볶음(5.6.9) 새우통살가스(1.5.6.9.13) 배추김치(완)(9) 방울토마토(12) *에너지/단백질/칼슘/철 655.4/24.0/293.6/2.7
3/31	◇ 알레르기 정보 - ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧계, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲ژ ◇ 영양 및 원산지 정보 안내 http://ksoksan.es.kr/ ~> 학교소식 ~> 식생활관 ◇ 학교급식은 안전하고 우수한 식재료로 균형있는 영양과 위생적인 급식을 위하여 최선을 다하고 있습니다.			
찰흠미밥 우렁된장찌개(5.6.9) 상추샐러드(12.13) 쌀스파게티(2.5.12.13.16) 치즈돈가스(1.2.5.6.10.12.13.16.18) 배추김치(완)(9) *에너지/단백질/칼슘/철 687.4/20.3/335.2/3.5				