



남원교통초 급식 알림장

2022년 6월 3일
제 2022 - 67 호
영양상담실 ☎ 626-2135

★ 학교급식이란?

자라나는 아이들에게 균형 있는 영양식을 제공함으로써, 몸과 마음이 건강하게 자랄 수 있게 올바른 식습관을 갖도록 도와주며, 나아가 우리 국민의 식생활을 개선하기 위해 실시하고 있는 단체급식을 말합니다.

★ 우리학교 급식은 이렇게 만들어지고 있습니다.

1. 한국인 영양권장량에 맞도록 식단을 작성합니다.

우리학교에서 1식에 제공되는 영양기준량(평균필요량)

구분	열량(kcal)	단백질(g)	비타민 A(RE)	비타민 B ₁ (mg)	비타민 B ₂ (mg)	비타민 C(mg)	칼슘(mg)	철분(mg)
평균 필요량	601	22.3	123.16	0.22	0.27	17.3	201.88	2.75
관장 섭취량			175.63	0.29	0.34	22.2	244.92	3.37

※ 학교급식법에 의해 학교급식은 주5일급식으로 1주일 평균 영양량을 기준으로 초등학생 인원수+유치원 원아 인원수를 나눈 계산값으로 산출합니다. (±10%운용)

- 주식은 국내산 유기농 쌀(수확연도부터 1년 이내의 것), 찰쌀, 잡곡 5~7%를 포함한 혼식을 합니다.
- 조미료 등의 식품첨가물 및 화학조미료는 전혀 사용하지 않고 다시마, 멸치, 북어머리, 디포리 등 천연재료로 육수를 만듭니다.
- 학교급식에서 쇠고기는 한우 3등급 이내, 돼지고기 국산 2등급 이내, 달걀은 친환경 유정란을 사용하고 있으며, 닭고기는 국내산 1등급에 해당하는 품질의 포장육을 사용하며, HACCP지정 업체로 축산물등급 판정서와 도축검사 증명서를 매 검수 시 첨부하여 보관합니다.
- 육류 및 생선류는 주 2회 이상, 채소류 중 나물 반찬은 주 2회 이상, 과일이나 보조식은 주 1회 이상 제공하되, 식사를 먼저 하고 후식을 섭취합니다.
- 가공식품류는 가급적 식단에서 제한하며, 부침 및 튀김 음식은 주 3회 이하로 제공합니다.
- 식단은 인스턴트식품의 사용을 가급적 지양하고 제철식품을 식단에 사용하고 있습니다.
- 염도 및 식단 검식은 매일매일 실시하고 있으며, 0.6%를 기준으로 하고 있습니다.
- 급식비 사용 내역 및 재원
(원아 및 학생 전체 무상급식/교육비 특별회계(유치원은 100%)+도청,남원시)

단위, 원(1인 1식 기준)

구분	식품비	친환경쌀,농산물/유정란	운영비	인건비	합 계
교통초	2,460	256/35	250	290	3,291
병설유치원	2,300	245/35	230	270	3,080
교직원	4,100	0	300		4,400

*교직원 급식비 산정은 중학생 급식비 이상으로 산정함(전북교육청 학교급식 기본 방향 및 급식사업 주요사항에 의거함)

★ 학교급식에 교육을 담다

- 우리 몸에 적합한 전통적인 식사의 중요성과 외식문화에 익숙한 아이들의 식습관을 바로 잡는데 각별한 관심을 가지고 지도합니다.
- 아이들이 선호하지 않은 음식(나물류, 채소류, 버섯류 등)은 조금씩이라도 배식하여 편식하는 일이 없도록 지도하고 있으며, 더 먹고 싶은 아이들은 추가로 요구하도록 지도하고 있습니다. (다만, 1인당 1개씩만 배식하는 일부 품목은 추가 배식이 안 될 수 있습니다)
- 식사 시 주변의 정리정돈, 질서지키기, 식사예절, 위생관리, 식생활습관 및 태도 등을 함양하도록 지도합니다.
- 가정에서의 올바른 식생활 실천의 기초를 익혀갈 수 있도록 지도합니다.(식사전후 인사포함)