



행복한 아침



2025학년도 학교급식 운영안내

1. 학부모 부담경감 및 교육공공성 실현으로 전라북도 내 초등학교 **학교급식비(4,400원)**는 무상으로 지원됩니다.

식품비	친환경 농산물	우수 농축산물	운영비	총계
3,230	350	350	470	4,400

2. 우리학교는 전라북도에서 생산되는 **친환경 유기농 쌀 및 친환경농산물, 우수농축산물** 구입에 필요한 예산을 지원받아 사용하고 있습니다.
3. 학교급식법령의 영양관리 기준을 준수하여 영양소가 골고루 함유된 균형 있는 식단을 구성하고 있으며, **나트륨 · 당류 저감화** 실천의 일환으로 제공되는 국의 염도를 매일 체크하고 있으며 당류 저감화를 위해 노력하고 있습니다.
4. 영양교육과정으로 식품안전 및 영양, 식생활교육 및 각종 홍보에 관한 사항을 월 1회 이상 실시합니다.
5. 사용하는 **식재료의 원산지 및 영양표시, 알레르기 유발식품, 식단표** 등을 홈페이지에 공개하고 있습니다.
6. 철저한 식품 검수 및 위생관리시스템으로 위생적이고 믿을 수 있는 급식을 운영하고 있습니다.
7. 한우(2등급 이상), 돼지고기(국내산 2등급 이상), 닭고기(국내산1등급) 및 달걀(1등급), 오리고기와 그 가공품 등은 국내산을 원칙으로 사용합니다.



빙그릇운동- 가정에서도 함께!

버려지는 음식물쓰레기를 줄여서 처리비용을 줄인다면 남은 재원을 식품비로 활용할 수 있습니다!



■ 학교급식 예절

함께하는

학교에서 급식



바른 식생활 습관 형성



나눔과 배려, 공동체 의식 함양



건강, 환경의 중요성 인식



공동생활 구성원의 자질 함양

- ▶ 식사 전 깨끗이 손 씻기
- ▶ 식사하기 전 감사 인사하기
- ▶ 골고루 맛있게 먹기
- ▶ 바른 자세로 앉아서 식사하기
- ▶ 남은 음식은 식판 한곳에 모아 깨끗이 비우기



■ 외부음식 반입금지

학교장 허가 없이 음식(빵, 아이스크림, 치킨, 과자류 등)을 교내로 반입하는 것은 학생의 안전(알레르기, 식중독 등으로 인한 안전사고 발생차단)을 위해 금지되어 있습니다. 건강하고 안전한 학교 환경이 될 수 있도록 협조 부탁드립니다. 부득이하게 외부음식을 제공해야 할 경우 반드시 **학교장의 승인 후 보존식 관리(전용용기에 1인 분량, -18°C이하 144시간)가 이루어져야 합니다.**

3/3 대체휴일 	3/4  생일밥상	3/5  수다날	3/6 	3/7 
	발아현미밥 한우미역국(16) 돼지갈비분모자찜 (5.6.10.13.18) 콩나물무침(5) 배추김치(9) 나리랑달래랑꿀떡 * 에너지/단백질/칼슘/철 658.7/26.9/139.5/3.1	작은밥 잔치국수(1.5.6) 소이허니순살치킨 (1.2.5.6.15) 양배추참깨소스샐러드 (1.5.13) 배추김치(9) 요거타임(사과)(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 563.8/23.7/219.0/2.2	혼합잡곡밥(5) 나주곰탕(1.16) 닭가슴살메추리알조림(1.15) 진미채볶음(1.5.6.13.17) 봄동겉절이 배추김치(9) 천혜향 * 에너지/단백질/칼슘/철 669.3/30.1/105.8/4.1	♥채식의날 귀리밥 몽글순두부찜뽕탕 (1.5.6.9.13.17.18) 매실소스가자미구이(5.6.13) 김치전(6.9) 숙주무침 배추김치(9) 딸기 * 에너지/단백질/칼슘/철 573.2/25.8/302.2/2.8
3/10 	3/11 	3/12  수다날	3/13 	3/14 
클로렐라밥 감자수제비(5.6) 춘천달갈비(2.15) 김부각(5.6) 배추김치(9) 청경채무침 샤인머스켓 * 에너지/단백질/칼슘/철 656.6/22.6/69.5/3.5	찰보리밥 쇠고기무국(16) 코코넛코다리강정 &애플벨리소스 감자채볶음(5) 비름나물무침(5.6) 배추김치(9) 딸기 * 에너지/단백질/칼슘/철 590.2/28.7/146.9/2.8	소고기마크니카레라이스 (2.5.6.12.13.16.18) 유부장국(1.2.5.6.7.9.18) 두부까스 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) 시저샐러드(1.2.5.6.10) 깍두기(9) 탕글머스켓코코넛젤리 * 에너지/단백질/칼슘/철 657.2/20.8/108.5/2.0	청차조밥 닭곰탕(15) 계란옷입은에그랑땡 (1.2.5.6.10.15.16) 갑오징어&브로콜리숙회 (5.6.13.17) 배추김치(9) 식혜 * 에너지/단백질/칼슘/철 569.2/24.0/74.7/2.6	혼합잡곡밥(5) 순두부달걀국(1.5) 제육볶음(5.6.10.13.18) 상추&쌈장(5.6.13) 고구마맛탕(5) 배추김치(9) 요구르트(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 592.7/27.4/107.7/2.6
3/17 	3/18 	3/19  수다날	3/20 	3/21 
한우콩나물비빔밥(5.16) & 달래간장(5.6) 두부팽이버섯된장국(5.6) 의성마늘한입떡갈비볶음 (5.6.10.13.15.16.18) 맛김 배추김치(9) 바나나 * 에너지/단백질/칼슘/철 621.1/21.2/76.1/2.9	녹미밥 꽃떡만두국(1.5.6.10.16.18) 가지나물 연양식반달불고기육전 (1.2.5.16) 뮤즐리잔멸치볶음(1.5.6.13) 배추김치(9) 천혜향 * 에너지/단백질/칼슘/철 665.8/28.6/136.7/5.9	햄김치볶음밥 (1.2.5.6.9.10.15.16) 크림스프(2.5.6.13.16) 생안심돈까스 (1.5.6.10.12.13.18) 양상추방울오리엔탈샐러드 (2.5.6.12) 깍두기(9) 미니크루아상(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 669.5/19.2/140.3/1.5	귀리밥 부대찌개(1.2.5.6.9.10.13.15.16) 안동찜닭(1.2.5.6.13.15.18) 호떡만두(1.5.6.10.16.18) 오이초무침 배추김치(9) 하루요거트썩썩(딸기)(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 620.0/24.6/73.9/5.2	채식의날♥검정쌀밥 김치어묵국(1.5.6.9) 떡볶이/누드순대(1.2.5.6.10.13.16) 4새우꼬치튀김(1.5.6.9) 시금치나물 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 670.4/19.7/129.9/2.5
3/24 	3/25 	3/26  수다날	3/27 	3/28 
클로렐라밥 돈육김치찌개(5.9.10) 크런치킹치킨(1.5.6.15.18) 미역줄기볶음(5) 깍두기(9) 과일요거트샐러드(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 620.4/31.4/117.3/6.6	발아현미밥 등뼈감자탕(10) 치즈달걀말이(1.2) 콩치무조림(5.6.13) 배추김치(9) 베이비슈(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 672.1/28.2/228.4/5.5	♥국물없는날 짜장면(5.6.10.13.16) 깨비깨비크런치탕수육 (1.5.6.10.12.13.18) 흑임자두부샐러드 (1.2.5.6.12) 단무지 깍두기(9) 제주청굴주스(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 634.1/21.4/126.5/6.3	혼합잡곡밥(5) 청국장(5.6.9) 돈육보쌈(5.6.10.13) 양배추찜 배추김치(9) 미니핫도그 (1.2.5.6.10.15.18) * 에너지/단백질/칼슘/철 664.9/32.9/150.1/2.7	간부치밥(5.6.15) 콩나물국(5) 볶음김치&스크램블에그& 김가루(1.9) 꼬들단무지무침 파인애플 * 에너지/단백질/칼슘/철 563.1/25.8/110.2/2.6
3/31 	◇ 무주중앙초등학교 학교급식 식재료 원산지 표시 안내!! * 쌀:무주군 친환경유기농쌀 * 콩:국내산,두부콩:국내산/수입산 * 배추김치(고춧가루):국내산 * 돼지고기,닭고기,오리고기/가공품:국내산 * 쇠고기:국내산(한우) * 고등어,오징어,꽃게,참조기/가공품:국내산 * 갈치/가공품:국내산, 아귀/가공품:국내산 * 낙지/가공품:베트남산, 주꾸미:베트남산, 명태:러시아산, 다량어: 원양산 * 수산물가공품:국내산(오징어채:페루산) * 양고기,미꾸라지,뱀장어,넙치(광어),참돔,조피볼락 사용 안함!			◇ 영양표시 및 원산지 정보 안내 https://school.jbedu.kr/mujuja → 열린마당 → 식생활관 → 급식게시판 ◇ 학교홈페이지 급식 게시판에 축산물이력번호를 게시하고 있습니다. ◇ 안내된 식단은 물품수급사정에 의해 변경될 수도 있습니다.
01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.게, 09.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				