



## 행복 A식지



### 2024학년도 학교급식 운영안내

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

식품비	친환경 농산물	우수 농축산물	운영비	인건비	총계
2,960	350	350	450	290	4,400

\*교직원은 유상급식으로 수익자부담금은 5,400원입니다.

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.



### 빈그릇운동- 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



공공생활 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.

# 학교급식 식단안내

3/4  생일밥상	3/5  화	3/6  수다날	3/7  목	3/8 
চাল보리밥 한우미역국(16) 돼지사태떡찜(5.6.10.13.18) 친환경등기름막국수(3.5.6.13) 봄동겉절이 배추김치(9) 딸기 * 에너지/단백질/칼슘/철 650.8/29.1/147.8/4.2	클로렐라밥 새알만두조랭이떡국 (1.5.6.10.13.15.16.18) 연양식반달볼고기육전 (1.2.5.16) 시금치나물 배추김치(9) 수제카야버터바게트(2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 633.8/23.5/64.6/4.9	작은밥 베트남쌀국수 (1.2.5.6.13.15.16.18) 오곡고구마스트링치즈롤까스 (1.2.5.6.10) 양상추키위소스샐러드 (1.2.5.6.12) 배추김치(9) 바나나 * 에너지/단백질/칼슘/철 588.9/19.4/93.6/1.9	짜장밥(5.6.10.13.16) 나가사키짬뽕국(백짬뽕) (1.5.6.9.13.17.18) 깨비깨비크런치탕수육 (1.5.6.10.12.13.18) 오이부추무침 배추김치(9) 유기농요구르트(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 668.3/22.2/111.5/5.9	검정쌀밥 들깨감자국 눈꽃치즈닭갈비(2.5.6.13.15) 미역줄기볶음 배추김치(9) 사과주스(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 590.1/20.5/141.5/1.3
3/11  일	3/12  화	3/13  수다날	3/14  목	3/15 
아미노라이스밥 시래기된장국(5.6) 간장돈육불고기(5.6.10.13.18) 감자채볶음(5) 배추김치(9) 샤인머스켓 * 에너지/단백질/칼슘/철 573.2/21.1/65.7/1.7	녹미밥 빼없는감자탕(10.13.16) 삼치테리야끼소스구이(5.6.13) 콩나물무침(5) 배추김치(9) 행운의복주머니호떡꿀떡 * 에너지/단백질/칼슘/철 587.4/26.8/94.9/2.0	치킨마크니카레라이스 (2.5.6.12.13.15.16.18) 실파달걀국(1) 치즈함박스테이크 (1.2.5.6.10.12.13.15.16.18) 간장무채장아찌 배추김치(9) 짜먹는요거트(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 651.8/26.0/166.9/2.8	귀리밥 콩나물김치국(5.9) 햄야채달걀말이 (1.2.5.6.10.15.16) 미트볼토마토스파게티 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) 깻잎양념무침 배추김치(9) 왕하트마카롱(1.2.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 612.8/20.5/130.1/2.9	통일밥(6) 청국장(5.6.9) 돈육보쌈/상추(5.6.10.13) 무말랭이무침 배추김치(9) 수수부꾸미 * 에너지/단백질/칼슘/철 640.8/31.6/96.0/3.2
3/18  일	3/19  화	3/20  수다날	3/21  목	3/22 
청차조밥 두부팽이버섯된장국(5.6) 안동찜닭(1.2.5.6.13.15.18) 달걀찜(1) 비름나물무침 배추김치(9) 굴굴이한라봉주스(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 662.9/30.8/142.9/3.8	차수수밥 돈육김치찌개(5.9.10) 뿌링클치킨(1.2.5.6.13.15) 감자조림 참나물무침 배추김치(9) 바나나 * 에너지/단백질/칼슘/철 653.0/31.7/128.6/3.2	김주먹밥 유부우동(1.2.5.6.7.9.18) 구워먹는멘츠카츠(1.5.6.10) 양상추망고소스샐러드 (1.2.5.6.12) 단무지 배추김치(9) 쿠로미초코우유(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 644.0/18.7/264.6/2.7	발아현미밥 닭곰탕(15) 한입해물완자전 (1.2.5.6.8.9.16.17.18) 마파두부(5.6.10.12.13.18) 알배기배추겉절이 섞박지(9) 배 * 에너지/단백질/칼슘/철 606.0/28.3/87.3/2.3	চাল보리밥 바지락살미역국(18) 갈치구이(5.6) 볼어묵조림(1.5.6) 숙주무침 배추김치(9) 달걀볶음(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 566.4/22.6/126.0/2.8
3/25  일	3/26  화	3/27  수다날	3/28  목	3/29 
녹미밥 부대찌개 (1.2.5.6.9.10.13.15.16) 치즈달걀말이(1.2) 떡볶이/누드순대 (1.2.5.6.10.13.16) 청경채무침 배추김치(9) 방울토마토(12) * 에너지/단백질/칼슘/철 632.3/22.5/114.1/2.9	검정쌀밥 근대된장국(5.6) 꾸꾸미돈육불고기(5.6.10.13) 쏘독참나물전(1.5.6) 배추김치(9) 구슬아이스크림(딸바)(1.2.5) * 에너지/단백질/칼슘/철 622.5/25.1/112.1/1.7	전주비빔밥(1.5.6.16) 두부콩나물국(5) 용가리떡갈비(5.6.10.15.16) 달걀후라이(1) 취나물무침 배추김치(9) 유기농요구르트(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 614.0/21.6/124.0/2.9	통일밥(6) 마라탕(1.2.3.5.6.10.13.15.16.18) 껌바로우(1.5.6.10.12.13.18) 새우애호박볶음(5.6.9.13.18) 과일요거트샐러드(2) 배추김치(9) 맛김 * 에너지/단백질/칼슘/철 658.6/22.8/106.1/7.3	혼합잡곡밥(5) 얼큰소고기국(5.16) 허브소시지볶음 (2.5.6.10.13.15.16.18) 진미채볶음(1.5.6.13.17) 미나리초무침 배추김치(9) 망고푸딩 * 에너지/단백질/칼슘/철 604.1/19.4/58.4/1.3

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

◇ 무주중앙초등학교 학교급식 식재료 원산지 표시 안내!!

\* 쌀:무주군 친환경유기농쌀 \* 콩:국내산, 두부콩:국내산  
 \* 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.