



23-8호

가정통신문 (급식 3월분)

우)54920

전주시 덕진구 심방죽로 24

전주온샘유치원

(식생활관 ☎ 070-8853-8111)

■ 급식 운영 안내

1> 2023년도 유치원 어린이 한 명당 지원되는 무상급식비는 3,500원입니다.

친환경농산물지원금 380원(유기농쌀·친환경농산물+우수농축수산물)과 바이전주부식비 지원금 40원을 포함하여 1일 1식 총 3,880원으로 급식이 운영됩니다.

2> 학교급식법령의 영양관리 기준을 준수하여 영양소가 골고루 함유된 균형 있는 식단을 제공하며 사용하는 식재료의 원산지과 함께 식단표 및 홈페이지에 내용을 공개하고 급식사진을 공개하고 있습니다.

3> 급식 조리시 화학조미료를 사용하지 않으며 가공식품의 사용을 지양하며 계절에 맞는 식재료와 전통음식을 제공 합니다

4> 식재료는 가급적 국내산을 원칙으로 하되 생산량이 적어 수급이 어려운 재료인 경우에만 수입산을 사용하며, 식재료는 전자조달시스템을 이용하여 투명하고 안전하게 공급받고 있습니다.

5> 쇠고기(한우,1등급),돼지고기,닭고기,달걀,오리고기(무항생제 닭고기,오리고기)와 그 가공품 등은 국내산을 원칙으로 사용합니다.

6> 여러가지 질환의 발생률을 예방하고자 교육부지침에 의거 나트륨 저감화와 당류 저감화를 추진하고 있습니다.

가정에서도 많은 관심 가져주시기 바랍니다.

■ 생일밥상(매월 첫 번째 급식일)

1> 한 달에 한번 매월 첫 번째 급식일날 생일밥상을 준비합니다(3월만 3.6일시)

2> 미역국과 케이크가 포함된 생일밥상입니다.

3> 각 교실에서 꼬깔모자를 쓴 어린이들에게 생일축하 노래를 불러주고 내려와서 식사를 시작합니다.

■ 급식 알레르기 표시제 알림

1> 유치원 급식은 다수의 유아를 대상으로 실시됨에 따라, 특별한 질병이 있거나 특별히 신경 써야 하는 유아에 대해서 개별식사를 제공하기에는 어려운 실정입니다. 따라서, 학부모와 유아 본인이 급식 전 메뉴에 대한 재료를 확인하는 습관이 필요합니다.

2> 유치원에서도 특정 식재료에 대한 알레르기가 있는 유아들을 파악하여 노력하겠습니다.

3> 유아들에게 제공되는 식단을 식생활관 및 유치원 홈페이지에 공개하고 있습니다. 학교급식알레르기 표시제 운영과 관련한 몇가지 제품에 대한 표시가 이루어지고 있습니다. 간혹 누락되는 경우도 있을 수 있습니다. (예: 완제품의 경우 주요 재료가 아닌 양념류의 경우는 누락 가능) 그러므로 **식품 알레르기가 있는 아동의 경우는 학부모님의 깊은 관심과 참여, 가정과 유치원의 상호 협력이 가장 중요 합니다.**

■ 어린이 식생활 지침

하나. 채소, 과일, 우유 제품을 매일 먹자.

둘 . 고기, 생선, 달걀, 콩 제품을 골고루 먹자.

셋 . 매일 밖에서 운동하고, 균형있게 먹자.

넷 . 아침을 꼭 먹자.

다섯. 간식은 영양소가 풍부한 식품으로 먹자.

여섯. 음식을 낭비하지 말자.

일곱. 식사예절을 지키자.

■ 코로나 19 예방을 위한 안전한 급식 운영

☞ 코로나19 대비 안전한 급식 운영을 위하여 최선을 다하겠습니다.

- 칸막이를 설치 한 상태에서 급식실시
- 급식 전 발열 체크 및 손 씻기
- 마스크 착용 및 안전거리 준수
- 식사 직전 손 소독 실시
- 식사 직전 마스크 벗기
- 식사 중 대화하지 않기
- 식사 중 음식 나눠먹지 않기
- 식사 후 바로 마스크 쓰기

2023.3월 급식

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
		3/1	3/2	3/3
모든생선종류 메뉴는(구이,조림 등) 순살생선으로 제공됩니다. 그러나, 생선 성격상 순살이지만 가시가 있을 수 도 있습니다. 급식 지도시 담임선생님과 영양사 선생님, 모든 교직원 모두 가시 지도에 신경 쓰고 있습니다. 가정에서도 생선 가시에 대한 안내 지도편달 부탁드립니다.	 		친환경쌀강황쌀밥 한우소고기무국(5.6.16.) 우영어육고추장볶음(5.6.12.) 배추김치(9.) 오이무침(간장/고추장)(5.6.) 꿀~떡(5.)	친환경쌀기능성쌀밥(아미노쌀) 닭고기떡국(지단, 김가루 포함)(1.5.6.13.15.) 상추무침(5.) 수제떡갈비(한우+돈육)(1.4.5.6.10.12.13.16.18.) 배추김치(9.) 딸기
			에너지/단백질/칼슘/철 445.4/18.9/157.3/2.9	에너지/단백질/칼슘/철 470.7/29.5/151.8/3.8
3/6(★3월 생일밥상★)	3/7	3/8	3/9	3/10
친환경쌀발아현미밥 한우소고기미역국(5.6.16.) 돼지고기등갈비조림(단호박포함)(5.6.10.12.13.) 배추김치(9.) 무생채 생일케익(토끼띠해)(1.2.5.6.)	친환경쌀훈합잡곡밥(5.) 돈육콩비지찌개(5.6.10.) 메추리알장조림(1.5.6.) 가지미순살카레구이(5.6.) 배추김치(9.) 골드키위	친환경쌀찰현미밥 황태들깨미역국(5.6.) 비프스튜(한우)(1.5.6.12.13.16.) 콩나물당면무침(5.6.) 배추김치(9.) 바나나	친환경쌀콩밥(서리태파쇄)(5.) 동태무국(순살)(5.6.) 썩갠두부무침(5.) 오리고기간장불고기(쌈무)(5.6.) 팝콘치킨강정(표고버섯포함)(1.5.6.12.13.15.16.18.) 배추김치(9.)	친환경쌀찰현미밥 한우소고기콩나물국(5.6.16.) 청경채된장무침(5.6.) 닭정육고구마볶음(5.6.15.) 맛있는 핫도그+케첩(1.5.6.10.12.) 깍두기(9.)
에너지/단백질/칼슘/철 525.7/33.6/176.6/3.5	에너지/단백질/칼슘/철 477.1/31.4/235/6.5	에너지/단백질/칼슘/철 471.1/25.2/212.1/4.3	에너지/단백질/칼슘/철 486.7/28.9/206.9/3.9	에너지/단백질/칼슘/철 471.6/27.1/173.4/3.1
3/13	3/14	3/15	3/16	3/17
친환경쌀기능성쌀밥(아미노쌀) 한우소고기된장국(5.6.9.13.16.) 콩나물무침(5.) 돈육동그랑땡(만둣)(1.5.6.10.) 배추김치(9.) 푸딩(샤인머스켓맛)	친환경쌀찰현미밥 순두부청국장(한우, 소고기)(5.16.) 순살고등어양념구이(5.6.7.12.13.) 오이감장파(=소고기오이 표고볶음)(5.6.) 배추김치(9.) 포도(샤인머스켓)	친환경쌀발아현미밥 닭곰탕(수삼, 대추, 지단)(1.15.) 돼지고기짜장불고기 상추무침(5.) 배추김치(9.) 우리밀초코아이스슈(6.)	친환경쌀훈합잡곡밥(5.) 달걀파국(새우살포함)(1.9.) 저나트륨멸치볶음(시리얼)(5.6.) 불고기와 방울토마토샐러드(5.6.10.12.13.) 배추김치(9.) 딸기	친환경쌀기능성쌀밥(글로렐라쌀) 한우소고기떡국(지단)(1.5.16.) 훈제오리채소볶음(5.6.) 비타민나물겉절이(5.6.) 볶은김치(9.) 골드키위
에너지/단백질/칼슘/철 455/23.9/160.6/3.6	에너지/단백질/칼슘/철 454.7/29.3/174.2/4.6	에너지/단백질/칼슘/철 487.1/30.3/159.6/3.8	에너지/단백질/칼슘/철 432.9/29.5/221.3/3.8	에너지/단백질/칼슘/철 493.6/24.7/200.6/5.6
3/20	3/21	3/22	3/23	3/24
친환경쌀찰기장밥 오리고기 무국(자숙문어, 수삼, 대추, 지단)(5.6.) 브로콜리 달걀찜(1.5.) 배추김치(9.) 꿀~떡(5.) 방울토마토오이무침(12.)	친환경쌀훈합잡곡밥(5.) 닭고기새알만두미역국(5.6.15.) 바삭간장불고기(5.6.10.) 숙주나물무침 배추김치(9.) 골드파인애플	친환경쌀콩밥(서리태파쇄)(5.) 감자옹심이수제비국(지단)(1.5.6.) 가지미순살양념구이(5.6.12.) 가지무침(5.6.) 배추김치(9.) 딸기	한우소고기카레덮밥(비엔나포함)(5.6.10.16.) 아육된장국(5.6.) 아귀순살강정(구운조랭이떡, 구운단호박포함)(1.5.6.12.13.) 배추김치(9.) 마시는딸기요거트(우향생제원유)(2.)	친환경쌀기능성쌀밥(글로렐라쌀) 한우소고기무국(5.6.16.) 돈육안심장조림(5.6.10.) 우리쌀쫄면무침(삶은메추리알)(1.5.6.) 콩나물버섯볶음(5.) 배추김치(9.)
에너지/단백질/칼슘/철 476.6/25/321/5	에너지/단백질/칼슘/철 504.9/32.5/158.2/2.6	에너지/단백질/칼슘/철 427.1/18.3/180.1/2.8	에너지/단백질/칼슘/철 465.8/23.3/206.3/4.3	에너지/단백질/칼슘/철 449.1/28.9/202.5/3.9
3/27	3/28	3/29	3/30	3/31
친환경쌀찰기장밥 오리고기들깨탕 낙지볶음(국내산)(5.6.) 계란야채말이(유기농케첩)(1.5.6.12.) 배추김치(9.) 바람떡(5.9.13.)	친환경쌀기능성쌀밥(글로렐라쌀) 아육된장국(5.6.) 돼지고기등갈비조림(단호박)(5.6.10.12.13.) 닭가슴살두부야채전(1.5.6.15.) 배추김치(9.) 대추방울토마토(친환경)(12.)	친환경쌀찰현미밥 돈육콩비지찌개(5.6.10.) 갈치카레구이(순살)(5.6.) 저나트륨멸치볶음(5.6.) 상추무침(5.) 배추김치(9.)	친환경쌀기능성쌀밥(아미노쌀) 황태어묵국(5.6.) 오징어볶음(5.6.17.) 비엔나소시지야채볶음(5무제품)(5.6.10.13.) 배추김치(9.) 콘치즈모닝빵구이(만둣)(1.2.5.6.)	친환경쌀발아현미밥 콩나물김치국(5.9.) 묵김무침(알록달록색동묵)(5.6.13.) 닭정육새우살볶음(5.6.15.) 궁중떡볶이(5.6.13.16.18.) 배추김치(9.)
에너지/단백질/칼슘/철 487.7/26.8/208.9/4.6	에너지/단백질/칼슘/철 471/28/226.9/3.4	에너지/단백질/칼슘/철 434.8/27.1/232/3.9	에너지/단백질/칼슘/철 483.5/30.2/178.8/2.5	에너지/단백질/칼슘/철 451.9/26.4/177.5/3.9
알레르기 정보				
①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ⑲잣				
학교급식 식재료 원산지표시				
쌀, 찹쌀, 현미, 죽, 누룽지 : 국내산		닭고기/가공품 : 국내산		삼치, 고등어 : 국내산
콩/두부, 콩국수, 콩비지 : 국내산		오리고기/가공품 : 국내산		오징어, 갑오징어 : 국내산
쇠고기/가공품 : 국내산(한우, 1등급)		김치/배추, 고춧가루 : 국내산		낙지 : 국내산
돼지고기/가공품 : 국내산		콩치/가공품 : 원양산		동태, 코다리: 러시아
● 위 식단은 유치원 사정과 시장물가에 의해 변동 될 수도 있습니다.				