

컬러푸드의 힘

퍼플 푸드



'안토시아닌'이라는 보라색 색소가 혈관과 심장을 건강하게 해주고, 눈 건강에도 도움을 주어요!

옐로우 푸드



'베타카로틴'이 많이 들어있어 암을 예방해주고 눈 건강에 도움을 주어요!

화이트 푸드



하얀색 식품에 들어있는 '안토크산틴'이라는 성분은 폐와 기관지, 혈관과 뼈 건강에 도움을 주어요!

그린 푸드



'클로로필'이 많이 들어있는 초록색 식품은 간을 튼튼하게 해주고 심장 건강에 도움을 주어요!

레드 푸드



'라이코펜'이라는 색소가 들어있는 빨간색 식품은 암을 예방해주고, 심장을 튼튼하게 해주어요!

블랙 푸드



검은색 식품에 들어있는 '안토시아닌'이라는 성분은 노화를 방지하고 암을 예방해줄 뿐만 아니라 기억력과 집중력을 높게 해주어요!



우리 유치원 급식에서 제공되는 생선류 모두는 순살 생선으로 제공되고 있습니다. 그러나 생선 특성상 잔가시는 있습니다. 급식시간 영양사, 담임선생님 및 모든 교직원들이 잔가시 주의에 신경 쓰고 있습니다. 가정에서도 생선메뉴 제공 하는 날 잔가시 주의에 지도 부탁드립니다.



급식모니터링을 운영하고 있습니다. 식재료 검수, 식품위생, 검식, 배식 등 급식 전반에 대한 모니터링입니다. 우리 유치원 급식모니터링은 급식소위원회에서 흡수하여 운영하고 있습니다. 급식소위원회가 아닌 학부모님께서도 급식모니터링 활동을 희망하시면 4.5(화) 까지 연락(문자) 주시기 바랍니다.(010-2943-4283)

※다만,코로나-19 감염병 대응과 관련하여 당분간 외부인 출입을 제한하여 급식모니터링을 일시중단하게 되었습니다. 양해 부탁드립니다. 추후 관련 공문 확인 후 안내해드리겠습니다.(전주교육지원청 공문 관련)



학교급식법령의 영양관리 기준을 준수하여 균형 있는 식단을 제공하고 영양정보를 공개하고있습니다. 표시사항으로 월간식단, 영양량, 식재료 원산지, 알레르기 정보, 급식 사진 및 영양정보를 유치원 홈페이지에 올리고 있습니다. 식단에 사용된 식재료 중 알레르기 대표 유발 식품 19가지를 표기하오니 알레르기의 진단이나 증상이 있는 유아는 해당 식품을 섭취하지 않도록 각별한 주의를 부탁드립니다. (알레르기 유발물질 표시대상 2020.1.1.부터 '잣' 추가)

알레르기 정보

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ⑲잣
'아황산염'은 식품의 변색을 막기 위한 식품 보존료로 사용되는 일반적인 식품 첨가물입니다.



유치원에서 제공하는 급식 이외의 학부모님 개별적으로 들어오는 외부음식은 식중독사고발생 방지를 위해 일체 반입을 금지하고 있습니다.



급식사진(식판) 은 우리유치원 홈페이지 - 알림마당 - 급식안내 에 있습니다.



2022.4월 급식



Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
				4/1(★4월 생일밥상★)
				친환경쌀기능성쌀밥(강황쌀) 닭고기미역국(15.) 바비큐족립(돈등갈비) (5.6.10.12.13.18.) 배추김치(9.) 우리밀꼬꼬케익(1.2.5.6.) 양상추바나나샐러드 (요거트소스)(1.2.5.6.12.13.)
				*에너지/단백질/칼슘/철 602.7/37.8/175.5/3.2
4/4	4/5(★식목일 이벤트 메뉴★)	4/6	4/7	4/8
친환경쌀찰현미밥 어묵국(앵그리버드어묵)(5.6.) 오징어돈육불고기 (5.6.10.17.) 계란말이케이크(만둣) (1.2.5.6.12.) 배추김치(9.) 구운도시락김(8절8매)	친환경쌀기능성쌀밥 (클로렐라쌀) 한우소고기떡국(지단/ 무염김가루(1.5.16.) 돈육안심장조림(5.6.10.13.) 크랩살숙주나물무침(8.) ★식목일 이벤트(화분컵 케이크/만둣)(1.2.5.6.11.) 배추김치(9.)	친환경쌀고구마밥 돈육콩비지찌개(5.6.10.) 건토티두부무침(5.) 간장찜닭(당면) (5.6.13.15.18.) 배추김치(9.) 청포도	친환경쌀공밥 (서리태파쇄)(5.) 오리고기들깨탕 오징어볶음(5.6.17.) 배추김치(9.) 오렌지 김자반볶음(건과류포함)	친환경쌀발아현미밥 배추된장국(5.6.) 감자채햄볶음(5.6.10.) 아삭이고추된장무침(5.6.) 돼지고기짜장불고기 (5.6.10.13.) 배추김치(9.)
*에너지/단백질/칼슘/철 456/28.9/195.3/3.9	*에너지/단백질/칼슘/철 578.6/29.1/206.8/4.3	*에너지/단백질/칼슘/철 457.5/23.5/194.9/4.4	*에너지/단백질/칼슘/철 480.2/26.6/230.9/4.1	*에너지/단백질/칼슘/철 470.4/24.2/221.9/3.5
4/11	4/12	4/13	4/14	4/15
친환경쌀찰현미밥 한우사골떡국(무염김가 루)(1.5.16.) 콩나물무침(5.) 화이트비엔나채볶음(5.6.10.) 오징어김치전(1.5.6.9.17.) 배추김치(9.)	친환경쌀공밥 (서리태파쇄)(5.) 한우소고기미역국(5.6.16.) 돈육깍창불고기 (상추+쌈장)(5.6.10.) 백링클소떡소떡(만둣) (1.2.5.6.10.12.13.) 배추김치(9.)	친환경쌀찰기장밥 닭고기육개장(1.15.) 순살고등어양념구이 (5.6.7.12.) 당면잡채(목이버섯)(1.5.6.8.10.) 스마일감자와케첩(5.6.12.) 배추김치(9.)	총무김밥(만둣) 메추리알어묵국(니모를찾 아서)(1.5.6.) 오징어야채초무침(5.6.17.) 배추김치(9.) 플레인요거트(시리얼.토 마토.키위(2.6.12.)	친환경쌀발아현미밥 오리고기들깨탕 우렁어묵고추장볶음(5.6.12.) 빠네 크림 파스타/만둣 (1.2.5.6.10.12.) 배추김치(9.) 구운도시락김(8절8매)
*에너지/단백질/칼슘/철 511.9/28/200.8/4.3	*에너지/단백질/칼슘/철 502.1/28.8/202.3/3.9	*에너지/단백질/칼슘/철 498.8/27.9/196.4/3.4	*에너지/단백질/칼슘/철 471.5/25.3/224.4/4	*에너지/단백질/칼슘/철 504.5/23.8/240.8/3.8
4/18	4/19	4/20	4/21	4/22
친환경쌀혼합잡곡밥(5.) 황태들깨미역국(5.6.) 안매운 골뱅이소면무침 (5.6.) 대패삼겹살볶음(부추양 파무침)(5.6.10.13.) 배추김치(9.)	우리밀자장면+작은밥 (오이.메추리알)(1.5.6.10.) 달걀파국(1.) 심쿵하트단무지(무색소) 후라이드치킨(정육살) (1.5.6.15.) 배추김치(9.) 단호박죽(친환경)	닭불고기야채덮밥 (5.6.13.15.) 얼갈이들깨된장국(5.6.) 메추리알장조림(1.5.6.) 배추김치(9.) 두부브로콜리샐러드 (1.5.6.12.)	친환경쌀찰기정육수수밥 행부대찌개(5무제품) (5.6.9.10.13.) 가짜미소살구이(2종맛)(5.6.12.13.) 청경채된장무침(5.6.) 배추김치(9.) 오렌지	친환경쌀찰현미밥 오징어무국(17.) 통조림공치김치조림 (5.6.9.) 돼지고기조림(5.6.10.) 잔멸치볶음(시리얼포함) (5.6.13.) 배추김치(9.)
*에너지/단백질/칼슘/철 481.4/20.8/268.5/4.3	*에너지/단백질/칼슘/철 480.6/28.9/304.5/3.9	*에너지/단백질/칼슘/철 485/29.2/267.2/5.3	*에너지/단백질/칼슘/철 475.3/24.7/202.1/3.2	*에너지/단백질/칼슘/철 478.9/33.7/292.8/3.3
4/25	4/26	4/27	4/28	4/29
친환경쌀차수수밥 참치김치두부찌개(5.) 삼색묵무침(도토리묵.치 자묵.청포묵)(5.6.) 돈육동그랑땡(만둣) (1.5.6.10.) 배추김치(9.) 골드키위	친환경쌀검정쌀밥 닭고기떡국(지단.무염 김가루포함)(1.5.6.15.) 콩나물당면무침(5.6.) 햄전(3무제품)(1.5.6.10.) 배추김치(9.) 방울토마토오이샐러드 (12.)	친환경찰현미밥(작은밥) 우동(유부+어묵+채소) (5.6.13.) 단무지무침(5무제품) 닭정육꼬치구이(만둣) (5.6.10.12.13.15.) 배추김치(9.) 저지방야쿠르트	친환경쌀기능성쌀밥 (아미노쌀) 순두부청국장(5.) 오리고기간장불고기 (상추+쌈장)(5.6.13.) 크랩살달걀전(1.5.6.8.) 배추김치(9.) 오이고추장무침(5.6.)	친환경쌀혼합잡곡밥(5.) 콩나물김치국(5.9.) 메추리알불어묵조림 (1.5.6.13.) 오리훈제(단호박구이.쌈 무.머스터드소스)(1.5.6.) 배추김치(9.)
*에너지/단백질/칼슘/철 447.7/25.2/196.7/6.4	*에너지/단백질/칼슘/철 479.9/25.5/170.6/3.5	*에너지/단백질/칼슘/철 475.8/22.6/196.4/2.7	*에너지/단백질/칼슘/철 463.8/22.8/205.8/4.8	*에너지/단백질/칼슘/철 499.3/21.4/160.9/3.5
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,잡쌀,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.				