



2022년 전주푸른샘유치원 급식운영 안내

1. 2012년부터 학부로 부담경감 및 교육공공성 실현으로 전라북도 내 무상급식이 실시되고 있습니다. 올해는 유치원 2,800원(식품비 2,550원, 운영비 250원) 이 지원 됩니다.

(친환경농산물지원금 1식 245원, 부식비지원금 1식 40원이 별도로 지원됩니다.)

2. 학교급식법 제6조 제3항에 의거 학교급식 영양기준을 적용하여 학생의 발육과 건강에 필요한 영양을 충족할 수 있는 식품으로 제공합니다.

[학교 급식용 식재료]



① 쌀 : 국내산 친환경 쌀
과 친환경 참쌀 10~20%사용, 친환경 잡곡 5~10%를 포함한 혼식

② 농산물 : 국내산 사용원칙, 친환경농산물 30% 이상 사용

③ 양념류 : 국산 및 친환경원료, HACCP제품 사용

④ 육류 : 한우 2등급 이상, 돼지고기 2등급 이상,
닭고기 1등급, 오리고기 1등급, 계란 1등급

⑤ 수산물 : 국산, 연근해산을 주로 구입하며, 일부 수입산(동태, 황태채 등), 품질인증제품 사용

⑥ 조미료 등의 식품첨가물 및 화학조미료는 전혀 사용하지 않고 다시마, 멸치, 새우 등 천연재료로 맛을 냅니다.

[식단 구성 및 급식 운영의 원칙]

▷ 전통음식 위주로 구성되며, 기호에 맞도록 조리법 개발적용

▷ 바른 식습관형성을 위해 1주에 채소류, 나물반찬 주 3회 이상, 신선한 과일 주 1회 이상, 튀긴 음식 및 가공식품 주 2회 이하 제공

▷ 칼슘*철분과 비타민류가 풍부한 식재료 사용

▷ 나트륨 줄이기 실천을 위한 국물의 염도 0.4~0.6%(국), 0.4~0.8%(찌개) 유지

▷ 당류를 줄이기 위한 간식류 제공 최소화

[학교급식 운영 과정]



☆ 건강과 안전을 위해서 이것만은 꼭 지켜주세요!



☆ 우리 학교는 급식위생관리와 더불어 철저한 방역지침 준수로 안전한 학교급식을 만들고 있습니다.



[가정에서 학부모님의 역할]

▷ 홈페이지에 게시된 식재료 원산지 및 영양량, 알레르기 유발식품을 확인하고 학교와 연계하여 학생의 식품안전성 확보를 합니다.

▷ 싫어하는 반찬도 조금씩 먹어 보도록 가정에서도 편식지도를 지속적으로 해 주세요.

[자료 출처 : 식품의약품안전처,
서울특별시학교보건진흥원]



3월 학교급식 식단 안내



| | | | | |
|---|---|--|--|---|
| ◇ 전주푸른생유치원 급식재료 원산지 표시 안내 ◇* 쌀: 전주시 친환경 쌀 * 콩: 국내산, 두부: 국내산 * 김치류&춧가루: 국내산 * 쇠고기: 국내산 한우 * 돼지고기, 닭고기, 오리고기/가공품: 국내산 * 고등어, 오징어, 꽃게, 참조기/가공품: 국내산 * 갈치/가공품: 국내산, 아귀/가공품: 국내산* 낙지/가공품: 국내산, 주꾸미/가공품: 국내산/베트남 * 명태/가공품: 러시아산 *다랑어: 원양산 *수산물가공품: 국내산 *오징어채: 국내산 *양고기,미꾸라지,뱀장어,넙치,광어,참돔,조피볼락: 사용안함 | 3/1 Tue | 3/2 Wed 수다날 | 3/3 Thu | 3/4 Fri |
| | 삼 일 절 | 새우볶음밥(1.2.5.6.9.13.) 냉이두부된장국(5.6.9.) 모듬버섯볶음(5.6.13.18.) 후라이드순살치킨(1.2.5.6.9.10.11.12.13.15.16.18.) 각두기(9.) 파인애플 * 에너지/단백질/칼슘/철 445.7/24.2/153.4/5.5 | 친환경강황밥 한우미역국(5.6.9.16.) 애호박느타리볶음(5.6.13.18.) 미트볼야채조림(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) 달래두부부침(1.5.6.) 배추김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 454.1/20.7/149/3.2 | 친환경귀리밥 사골떡만두국(1.5.6.9.10.16.18.) 건새우볶음(1.2.5.6.9.10.13.15.16.) 단호박닭간장조림(유)(5.6.13.15.) 오징어김치전(1.6.9.17.) 총각김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 497.5/27/515.4/3.6 |
| 3/7 Mon | 3/8 Tue | 3/9 Wed 수다날 | 3/10 Thu | 3/11 Fri |
| 친환경기장밥 콩나물국(5.6.9.13.16.) 돈육간장불고기(5.6.10.13.16.) 감자채햄볶음(1.2.5.6.10.15.16.) 김구이 배추김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 409.8/23.2/116.2/2.8 | 친환경녹차밥 근대된장국(5.6.9.) 계란찜(1.2.13.) 시금치무침(13.) 순살닭갈비(5.6.13.15.) 배추김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 410.3/21.9/144.5/4.1 | 20대 대통령선거 | 친환경버섯카로틴밥 부대찌개(1.2.5.6.9.10.13.15.16.) 참나물무침(5.6.) 한우잡채(5.6.13.16.) 달걀말이(1.13.) 총각김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 416.1/22.9/152.3/3.5 | 친환경발아현미밥 연두부버섯탕(5.6.9.13.) 오리훈제&소스(1.5.6.13.) 얼갈이된장무침(5.6.13.) 로제떡볶이(1.2.5.6.10.12.13.16.18.) 배추김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 628.7/24.6/198.9/3.7 |
| 3/14 Mon | 3/15 Tue | 3/16 Wed 수다날 | 3/17 Thu | 3/18 Fri |
| 친환경흑미밥 매운소고기버섯국(5.6.9.13.16.) 상추치커리무침(5.6.13.) 사각어묵채소볶음(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) 수제돈까스&소스(1.2.5.6.9.10.11.12.13.16.18.) 배추김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 562.4/27.7/124.3/2.9 | 친환경보리밥 건새우아욱된장국(5.6.9.) 안심메추리알장조림(1.5.6.10.13.) 도토리묵야채무침(5.6.13.) 순살삼치구이(2.5.6.7.12.13.16.18.) 총각김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 437.1/26.5/336.3/4 | 자장밥(2.5.6.10.13.16.) 계란북어국(1.5.6.9.10.16.18.) 고들단무지 무침 참살귀바로우(1.5.6.10.12.13.18.) 배추김치(9.) 사과 * 에너지/단백질/칼슘/철 499.8/19.7/132.2/5.9 | 친환경서리태밥(5.) 소고기무국(5.6.16.) 오이달래무침(5.6.13.) 아몬드멸치볶음(5.13.) 떡갈비채소구이(5.6.10.13.15.16.18.) 배추김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 462.6/24.2/140.2/2.9 | 친환경수수밥 닭곰탕(5.6.9.13.15.) 갈비만두찜(1.5.6.10.16.18.) 비엔나채소볶음(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) 꼬시래기볶음 각두기(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 462/22.7/187.5/5.8 |
| 3/21 Mon | 3/22 Tue | 3/23 Wed 수다날 | 3/24 Thu | 3/25 Fri |
| 친환경야미노밥 미역국(5.6.9.16.18.) 콩나물무침(5.13.) 한우버섯불고기(5.6.13.16.) 김말이튀김(1.5.6.16.) 총각김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 425.9/20.5/124.6/6.1 | 친환경영양잡곡밥(5.) 오색떡국(1.5.6.9.) 숙주미나리무침(13.) 낙시오징어간장볶음(5.6.13.17.) 완자전(1.2.5.6.10.13.15.16.) 배추김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 453/23.1/128/2.9 | 한우버섯콩나물밥(5.6.13.16.) 시금치된장국(5.6.) 무장아찌무침 돈육구구마장정(1.2.5.6.9.10.11.12.13.15.16.18.) 배추김치(9.) 배 * 에너지/단백질/칼슘/철 451.9/26.8/117.8/3.3 | 친환경율무밥 해물감자수제비(5.6.9.13.17.) 돈육갈비찜(5.6.10.12.13.15.16.) 쫄면채소무침(5.6.13.) 모듬버섯볶음(5.6.13.18.) 각두기(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 467.4/23.8/128.8/2.5 | 친환경차조밥 청국장(5.9.) 진미채간장볶음(5.13.17.) 녹두빈대떡(1.6.9.10.) 순살달고기구이(2.5.6.7.12.13.16.18.) 배추김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 422.7/25.9/138.1/3.4 |
| 3/28 Mon | 3/29 Tue | 3/30 Wed 수다날 | 3/31 Thu | 건강한 재료만 담았습니다. |
| 친환경글로렐라밥 유부어묵국(1.5.6.9.13.) 미역줄기맛살볶음 수제치킨까스&소스(1.2.5.6.9.10.11.12.13.15.16.18.) 배추김치(9.) 채소피클 * 에너지/단백질/칼슘/철 502.6/22.2/164.9/3 | 친환경도마코펜밥(12.) 오징어무국(5.6.9.13.17.) 연근조림(5.6.12.13.) 오리불고기(5.6.10.13.15.16.18.) 감자채볶음(1.2.5.6.10.15.16.) 배추김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 454.5/22.6/121.5/2.9 | 단호박카레라이스(2.5.6.10.12.13.16.18.) 바지락무국(5.6.9.13.16.18.) 청경채무침(13.) 새우튀김(1.5.6.9.) 각두기(9.) 뽕로로요구르트(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 449.6/15.9/263/3.8 | 친환경홍국밥 돈육김치찌개(5.6.9.10.13.) 궁중떡볶이(5.6.13.16.) 돌김자반(5.) 로제스파게티(1.5.6.12.13.) 총각김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 510.3/27.5/166.8/3.8 |  |

◇ 영양 및 원산지 정보 안내 <https://school.ibedu.kr/pureunsaeam>→알림마당→식생활관 소식

◇ 알레르기 정보 - ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류굴, 전복, 홍합 포함, ⑳젓

◇ 화학조미료는 사용하지 않으며 가공식품의 사용을 줄이고, 전통음식을 적극 반영하며 계절에 맞는 식재료를 선택하여 맛있고 위생적인 음식을 급식하려고 노력합니다!

◇ 수저와 젓가락, 포크를 준비하여 급식을 실시하고 있습니다.

학교급식은 모든 식기를 열탕으로 살균, 소독하여 제공함을 원칙으로 합니다. 교정용 젓가락은 열탕소독이 불가하므로, 개별적으로 준비 바랍니다.

◇ 학교홈페이지 급식 게시판에 축산물이력번호를 게시하고 있습니다.

◇ 학교사정과 식품수급 상황에 따라 식단식재료 및 원산지가 변경될 수 있습니다.