



‘신나는 교실·행복한 학교’ 전주삼천남교육통신

2022
-4호

2022년 학교급식운영 안내 / 학교급식 이야기

학교누리집 : <http://www.samnam.es.kr> 교무실 : (063) 223-2911 행정실 : 223-2913

★ 2022년 학교급식 운영 안내

1. 2011년부터 학부모 부담경감 및 교육공공성 실현으로 전라북도 내 무상급식이 실시되고 있습니다. 올해는 **초등학교 급식비 3,000원, 부식비 40원으로 2021년보다 급식비 200원, 부식비 10원이 상향**합니다.
2. 올해도 전라북도에서 생산되는 **유기농 친환경 쌀**을 사용할 예정입니다. 친환경 식재료비 지원을 받아 질 높은 급식을 실시하고 있습니다.
3. 학교급식법령의 영양관리 기준을 준수하여 영양소가 골고루 함유된 균형있는 식단을 제공하며 사용하는 식재료의 원산지와 함께 식단표 및 홈페이지에 내용을 공개하고 있습니다.
4. 식품 알레르기가 있는 학생들은 식단에 따른 알레르기 유발식품 포함 사항을 식생활관 내 주간식단표 및 홈페이지에 게시하고 있으니 참고하시기 바랍니다.
5. 화학조미료는 사용하지 않으며 가공식품의 사용을 지양하고 전통음식을 적극반영하며 계절에 맞는 음식을 제공하려고 노력합니다.
6. 한우(2등급 이상), 돼지고기(국내산 2등급 이상), 닭고기(국내산 1등급), 오리고기와 그 가공품 등은 국내산을 원칙으로 사용합니다.
7. 매주 수요일은 ‘수다날(수요일은 다 먹는 날)’을 운영하여 음식물쓰레기 줄이기를 실천하기 위해 노력합니다.
8. 칸막이가 설치된 식탁에서 식사하기와 개인 물병 또는 컵 지참으로 학생들이 보다 안전한 환경에서 급식할 수 있도록 합니다.

★ 빈그릇운동 - 가정에서도 함께!

버려지는 음식물쓰레기는 환경을 오염시키고 경제적으로도 낭비가 됩니다. 남기지 않는 습관을 가정에서도 함께 실천합시다.



★ 학교급식 이야기



인성교육은

학교교육 전체적인 맥락 속에서 이루어져야 하는 생활교육

학교 급식시간은

인성함양을 위한 중요한 시간

교사-학생, 학생-학생 간 일상적인 관계 속에 이루어질 때 효과적!

함께하는

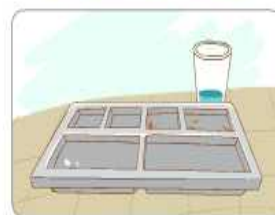
학교에서 급식



바른 식생활 습관 형성



나눔과 배려, 공동체 의식 함양



건강, 환경의 중요성 인식



공공생활 구성원의 자질 함양

★ 어린이 식생활 지침

알맞게!

제때에!

싱겁게!

즐겁게!

골고루!





3월 학교급식 식단 안내



	3/1 Tue 3.1절	3/2 Wed 유,초등 개학식	3/3 Thu 신입생환영밥상	3/4 Fri 3월 생일밥상
		<ul style="list-style-type: none">· 친환경녹차카테킨밥· 한우사골만두국(1.2.5.6.8.10.13.16.18.)· 눈꽃치즈닭갈비(2.5.6.13.15.)· 배추나물· 총각김치(9.13.)· 딸기	<ul style="list-style-type: none">· 짜장밥(2.5.6.10.15.16.)· 달걀실파국(1.5.6.)· 청경채굴소스볶음(5.6.13.18.)· 사천식당수육(1.5.6.10.12.13.16.)· 배추김치(9.13.)· 달고나우유마카롱(1.2.5.6.)	<ul style="list-style-type: none">· 친환경버섯카로틴밥· 닭미역국(5.6.15.)· 한방돼지갈비찜(5.6.10.13.)· 콩나물잡채(5.6.13.)· 배추김치(9.13.)· 인절미(5.13.)· 웃당사과요구르트(2.)
3/7 Mon	3/8 Tue	3/9 Wed 대통령선거일	3/10 Thu	3/11 Fri
<ul style="list-style-type: none">· 친환경아미노강화밥· 아욱된장국(5.6.)· 고구마닭조림(5.6.13.15.)· 고사리나물(5.)· 불고기메밀전병(1.2.3.5.6.10.15.16.18.)· 배추김치(9.13.)· 바나나	<ul style="list-style-type: none">· 친환경찰기장밥· 맑은콩나물국(5.6.)· 아삭이고추된장무침(5.6.13.)· 어묵잡채(5.6.10.13.)· 수제함박스테이크(1.2.5.6.10.12.13.)· 배추김치(9.13.)· 짜요짜요(포도)(2.)		<ul style="list-style-type: none">· 친환경글로렐라밥· 팽이버섯된장국(5.6.13.)· 참나물된장무침(5.6.)· 훈제바베큐/무쌈(2.5.6.10.13.)· 해물우동볶음(5.6.9.12.13.18.)· 배추김치(9.13.)	<ul style="list-style-type: none">· 친환경율무밥· 들깨감자수제비국(5.6.13.)· 삼색묵무침(2.5.6.13.)· 오리주물럭(5.6.13.)· 삼치데리야끼구이(5.6.12.13.)· 총각김치(9.13.)
3/14 Mon 화이트데이	3/15 Tue	3/16 Wed 수다날	3/17 Thu	3/18 Fri
<ul style="list-style-type: none">· 친환경칼슘참쌀밥· 부대찌개(떡)(1.2.5.6.9.10.12.13.)· 세발나물무침(5.6.13.)· 순살닭갈비(5.6.13.15.)· 깍두기(9.13.)· 만두탕수(1.5.6.10.12.13.15.16.)· 21곡초코롤(2.3.5.6.)	<ul style="list-style-type: none">· 친환경강황밥· 무채들깨국(5.6.)· 썩갓나물· 돼지고기간장불고기(5.6.10.13.)· 해물동그랑땡(1.5.6.9.17.)· 열무김치(9.13.)· 포도식혜	<ul style="list-style-type: none">· 돈육김치볶음밥(1.5.6.9.10.12.13.16.)· 유부우동국(5.6.8.13.)· 달걀후라이(1.)· 두부조림(5.6.13.)· 깍두기(9.13.)· 자몽요구르트(2.)	<ul style="list-style-type: none">· 친환경발아현미밥· 썩된장국(5.6.9.13.)· 시금치나물(5.6.13.)· 까르보나라(펜네)(1.2.4.5.6.10.13.15.)· 수제돈가스(1.5.6.10.12.13.)· 깍두기(9.13.)	<ul style="list-style-type: none">· 친환경글로렐라밥· 소고기무국(5.6.16.)· 한식잡채(5.6.10.13.)· 숯불맛닭볶음(5.6.12.13.15.18.)· 배추김치(9.13.)· 오렌지
3/21 Mon	3/22 Tue	3/23 Wed 국없는날	3/24 Thu	3/25 Fri
<ul style="list-style-type: none">· 친환경흑미밥· 닭떡국(5.6.13.15.)· 고등어무조림(5.6.7.)· 미나리나물(5.6.)· 제육볶음(5.6.10.13.)· 배추김치(9.13.)	<ul style="list-style-type: none">· 친환경버섯카로틴밥· 시래기두부된장국(5.6.)· 돼지고기수육/쌈장(5.6.10.13.)· 쫄면야채무침(5.6.13.)· 느타리버섯들깨나물(5.6.)· 보쌈김치(9.)	<ul style="list-style-type: none">· 친환경강황밥· 시금치카레소스(2.5.6.10.12.13.15.16.18.)· 우영땅콩조림(4.5.6.13.)· 비엔나케첩볶음(무항생제)(5.6.10.12.13.)· 깍두기(9.13.)· 골드파인애플· 인도 난(1.5.6.)	<ul style="list-style-type: none">· 친환경아미노강화밥· 육개장(5.6.13.16.)· 안동찜닭(당면)(5.6.13.15.)· 머위된장무침(5.6.13.)· 배추김치(9.13.)· 탱글뽕득핫도그(1.2.5.6.10.12.16.)	<ul style="list-style-type: none">· 친환경귀리밥· 꽃게된장국(5.6.8.13.)· 돈육매추리알장조림(1.5.6.10.13.)· 야채달걀말이(1.2.13.)· 배추김치(9.13.)· 호두과일샐러드(1.5.6.13.14.16.)
3/28 Mon	3/29 Tue	3/30 Wed 수다날	3/31 Thu	
<ul style="list-style-type: none">· 친환경버섯카로틴밥· 우렁된장국(5.6.)· 삼색나물(5.6.13.)· 호로록떡볶이(5.6.12.13.)· 훈제오리/녹차무쌈(2.5.6.16.18.)· 배추김치(9.13.)	<ul style="list-style-type: none">· 친환경녹차카테킨밥· 주꾸미무국· 냉이된장무침(5.6.)· 돈육버섯불고기(5.6.10.13.)· 소떡강정(2.5.6.10.12.13.16.)· 총각김치(9.13.)	<ul style="list-style-type: none">· 친환경찰기장밥· 닭칼국수(6.13.15.)· 오이도라지초무침(5.6.13.)· 갈비살야채볶음(2.5.6.10.12.13.15.16.)· 배추김치(9.13.)· 사과	<ul style="list-style-type: none">· 친환경보리밥· 연두부달걀국(1.5.6.)· 매콤돼지갈비찜(5.6.10.13.)· 취나물무침(5.6.)· 임연수어카레구이(2.5.6.12.13.15.16.18.)· 배추김치(9.13.)	

*위 내용은 학교사정과 식품수급 상황에 따라 식단(식재료) 및 원산지가 변경될 수 있습니다.

■ 3월 원산지 표시 ■

쌀(국내산), 소고기(국내산 한우), 돼지고기(국내산), 닭고기(국내산), 오리고기(국내산), 소, 돼지, 닭, 오리 등 육가공품(국내산), 배추김치(배추:국내산, 고춧가루:국내산), 고등어(국내산), 주꾸미(베트남산), 명태/가공품(러시아산/러시아산), 오징어/가공품(국내산/국내산), 콩/두부(국내산/국내산)

◇ 영양 및 원산지 정보 안내 <https://school.jbedu.kr/samnam> -> 알림마당 -> 식생활관 소식

◇ 알레르기 정보

- 1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.게 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산염 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴,전복,홍합포함) 19. 잣