



‘신나는 교실·행복한 학교’
전주삼천남교육통신

2021
-3호

2020년 학교급식운영 안내 / 학교급식 이야기

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

★ **2021년 학교급식 운영 안내**

1. 2011년부터 학부모 부담경감 및 교육공공성 실현으로 전라북도 내 무상급식이 실시되고 있습니다. 올해는 **초등학교 급식비 2,800원**으로 2020년과 동일합니다.
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 원산지과 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. 매월 1회 이상 국없는 날을 운영하여 나트륨 저감화를 실천하기 위해 노력합니다.
8. 칸막이가 설치된 식탁에서 한칸 띄어앉기를 통해 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!

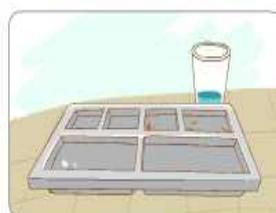
함께하는
학교에서 급식



바른 식생활 습관 형성



나눔과 배려, 공동체 의식 함양



건강, 환경의 중요성 인식



공공생활 구성원의 자질 함양

★ **어린이 식생활 지침**

알맞게! 제때에! 싱겁게!

골고루!

즐겁게!





3월 학교급식 식단 안내



| 3/1 Mon | 3/2 Tue | 3/3 Wed 수다날 | 3/4 Thu | 3/5 Fri |
|--|---|--|---|---|
| 3.1절 | <ul style="list-style-type: none"> • 친환경아미노강화밥 • 우리바다어묵탕(1.5.6.8.9.13.18.) • 눈꽃치즈닭갈비(2.5.6.13.15.) • 파프리카감자볶음(1.2.5.6.10.15.16.) • 배추김치(9.13.) • 오렌지 | <ul style="list-style-type: none"> • 카레라이스(2.5.6.10.12.13.16.18.) • 계란실파국(1.8.18.) • 시금치나물(5.6.13.) • 통살명태커틀릿(1.5.6.13.) • 깍두기(9.13.) • 요거타임(사과)(2.) | <ul style="list-style-type: none"> • 유기농쌀밥 • 쇠고기미역국(5.6.8.9.15.16.18.) • 콩나물무침(5.) • 수제햄버거스테이크(1.2.5.6.10.12.13.16.) • 총각김치(9.13.) • 블루베리무스케익(1.2.5.6.) | <ul style="list-style-type: none"> • 친환경칼슘찹쌀밥 • 근대된장국(5.6.8.13.18.) • 훈제오리부추볶음(2.5.6.16.) • 탕글동동 • 오다리까스/소스(1.5.6.13.17.) • 봄동겉절이(9.13.) • 김구이 |
| 3/8 Mon | 3/9 Tue | 3/10 Wed 수다날 | 3/11 Thu | 3/12 Fri |
| <ul style="list-style-type: none"> • 친환경흑미밥 • 생새우아육국(5.6.9.13.) • 양배추찜/쌈장(13.) • 매콤목살야채볶음(5.6.10.13.) • 삼색야채달걀말이(1.2.5.6.10.) • 깍두기(9.13.) • 썩개떡(5.13.) | <ul style="list-style-type: none"> • 친환경홍국쌀밥 • 감자들깨국(5.8.13.18.) • 돈육메추리알장조림(1.5.6.10.13.16.) • 청경채나물 • 주꾸미야채볶음(5.6.) • 깍두기(9.13.) • 우리밀새싹쿠키(1.2.5.6.) | <ul style="list-style-type: none"> • 친환경발아찰현미밥 • 오징어무국(8.13.17.18.) • 돼지고기수육/쌈장(5.6.9.10.13.) • 풀면야채무침(메)(1.5.6.13.) • 보쌈김치(9.) • 딸기 | <ul style="list-style-type: none"> • 친환경칼슘찹쌀밥 • 시금치된장국(5.6.8.18.) • 목은지사태찜(5.6.8.9.10.13.18.) • 새송이버섯볶음(5.6.13.) • 순살코다리강정(2.4.5.6.12.13.18.) • 양념깻잎지 | <ul style="list-style-type: none"> • 친환경찰기장밥 • 돈육김치찌개(5.8.9.10.13.18.) • 안동찜닭(5.6.8.13.15.) • 미역줄기맛살볶음 • 총각김치(9.13.) • 메이플피칸파이(1.2.5.6.13.14.) |
| 3/15 Mon | 3/16 Tue | 3/17 Wed 수다날 | 3/18 Thu | 3/19 Fri |
| <ul style="list-style-type: none"> • 친환경강황밥 • 소고기무국(辛)(5.6.8.16.18.) • 돼지갈비찜(5.6.10.13.) • 미나리나물(5.6.) • 두부찰도그를(2.5.6.10.15.) • 배추김치(9.13.) | <ul style="list-style-type: none"> • 친환경차수수밥 • 시래기된장국(5.6.8.18.) • 숙주나물 • 순살닭갈비(5.6.13.15.) • 참치야채전(1.5.6.9.13.16.18.) • 총각김치(9.13.) • 꿀 | <ul style="list-style-type: none"> • 친환경차조밥 • 부대찌개(면)(1.2.5.6.8.9.10.12.13.15.16.18.) • 취나물무침(5.6.) • 건파래볶음(5.13.) • 탕수육(1.2.5.6.10.12.13.) • 깍두기(9.13.) | <ul style="list-style-type: none"> • 친환경올무밥 • 맑은콩나물국(5.8.18.) • 오리엔탈훈제오리샐러드(2.5.6.12.16.18.) • 마파두부(5.6.10.12.13.18.) • 배추김치(9.13.) • 무지개떡 | <ul style="list-style-type: none"> • 친환경보리밥 • 청국장찌개(5.8.9.13.18.) • 고등어감자조림(5.6.7.13.) • 달걀찜(1.2.) • 깍두기(9.13.) • 멘토사(1.2.5.6.9.10.12.16.) |
| 3/22 Mon | 3/23 Tue | 3/24 Wed 수다날 | 3/25 Thu | 3/26 Fri |
| <ul style="list-style-type: none"> • 친환경발아찰현미밥 • 썩된장국(5.13.) • 세발나물초무침(5.6.13.) • 오삼불고기(5.6.10.13.17.) • 어묵잡채(1.5.6.10.13.) • 배추김치(9.13.) • 망고감귤젤리 | <ul style="list-style-type: none"> • 친환경아미노강화밥 • 두부김치찌개(5.8.9.16.18.) • 오이부추겉절이(5.6.13.) • 버섯들깨탕(5.6.) • 수제돈까스(1.2.5.6.10.12.13.16.18.) • 웃담딸기요구르트(2.) | <ul style="list-style-type: none"> • 해물짜장밥(1.5.6.9.10.13.) • 썩갠나물 • 계란후라이(1.) • 깍두기(9.13.) • 바나나 • 관동만두(1.5.6.10.11.12.13.15.16.18.) | <ul style="list-style-type: none"> • 친환경강황밥 • 육개장(1.8.13.16.18.) • 꼬시래기무침(5.6.13.) • 새우살애호박버섯볶음(5.9.13.) • 닭봉데리야끼구이(1.2.5.6.12.13.15.16.18.) • 배추김치(9.13.) | <ul style="list-style-type: none"> • 친환경칼슘찹쌀밥 • 닭곰탕(8.13.15.18.) • 고사리나물(5.) • 제육볶음/상추쌈(5.6.10.13.) • 배추김치(9.13.) • 고다치즈모닝빵(1.2.5.6.) |
| 3/29 Mon | 3/30 Tue | 3/31 Wed 수다날 | <p style="text-align: center;">■ 3월 친환경농산물 사용 내역 ■</p> <p style="text-align: center;">감자, 건고추, 고구마, 고구마줄기, 고사리, 깻잎, 느타리버섯, 당근, 마늘, 무, 무시래기, 열갈이, 부추, 상추, 새송이버섯, 팽이버섯, 숙주나물, 시금치, 썩갠, 양배추, 양파, 콩나물, 대파, 표고버섯, 애호박, 양배추, 유기농쌀, 찹쌀, 귀리, 강황라이스, 아미노라이스, 발아찰현미, 홍국쌀, 기장, 보리, 울무, 차조, 흑미, 혼합잡곡, 칼슘찹쌀 등</p> | |
| <ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5.) • 순두부찌개(1.5.8.9.13.18.) • 고구마줄기볶음(5.6.) • 골뱅이사과무침(5.6.13.) • 치즈견과스테이크/캐플주스(1.2.4.5.6.10.12.13.14.15.16.19.) • 깍두기(9.13.) | <ul style="list-style-type: none"> • 친환경찰기장밥 • 냉이된장국(5.6.8.13.18.) • 도라지오이무침(5.6.13.) • 한우불고기(5.6.13.16.) • 버터플라이새우(1.5.6.9.) • 배추김치(9.13.) | <ul style="list-style-type: none"> • 비빔밥(1.5.6.10.13.16.) • 무채들깨국(5.6.) • 쫄득이 복만두(5.6.10.16.) • 배추김치(9.13.) • 골드파인애플 | | |

■ 3월 원산지 표시 ■

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

*위 내용은 교육부 방침에 따라 변경될 수 있습니다.

◇ 영양 및 원산지 정보 안내 <http://www.samnam.es.kr> -> 알림마당 -> 급식 -> 게시판

◇ 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