



‘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 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. 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

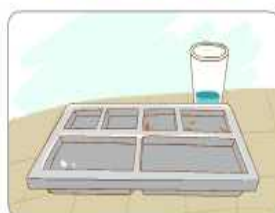
학교에서 급식



바른 식생활 습관 형성



나눔과 배려, 공동체 의식 함양



건강, 환경의 중요성 인식



공공생활 구성원의 자질 함양

★ 어린이 식생활 지침

알맞게!

제때에!

싱겁게!

즐겁게!

골고루!





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">친환경아미노강화밥우리바다어묵탕(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">유기농쌀밥쇠고기미역국(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">친환경칼슘찜쌀밥근대된장국(5.6.8.13.18.)훈제오리부추볶음(2.5.6.16.)탱글통통오다리까스/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">친환경흑미밥생새우아육국(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">친환경홍국쌀밥감자들깨국(5.8.13.18.)돈육메추리알장조림(1.5.6.10.13.16.)청경채나물주꾸미야채볶음(5.6.)깍두기(9.13.)우리밀새싹쿠키(1.2.5.6.)	<ul style="list-style-type: none">친환경발아찰현미밥오징어무국(8.13.17.18.)돼지고기수육/쌈장(5.6.9.10.13.)폴면야채무침(메)(1.5.6.13.)보쌈김치(9.)딸기	<ul style="list-style-type: none">친환경칼슘찜쌀밥시금치된장국(5.6.8.18.)묵은지사태찜(5.6.8.9.10.13.18.)새송이버섯볶음(5.6.13.)순살코다리강정(2.4.5.6.12.13.18.)양념겉절이	<ul style="list-style-type: none">친환경찰기장밥돈육김치찌개(5.8.9.10.13.18.)안동찜닭(5.6.8.13.15.)미역줄기맛살볶음총각김치(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">친환경강황밥소고기무국(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">친환경차수수밥시래기된장국(5.6.8.18.)숙주나물순살닭갈비(5.6.13.15.)참치야채전(1.5.6.9.13.16.18.)총각김치(9.13.)꿀	<ul style="list-style-type: none">친환경차조밥부대찌개(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">친환경올무밥맑은콩나물국(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">친환경보리밥청국장찌개(5.8.9.13.18.)고등어감자조림(5.6.7.13.)달걀찜(1.2.)깍두기(9.13.)멘보샤(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">친환경발아찰현미밥썩된장국(5.13.)세발나물조무침(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">친환경아미노강화밥두부김치찌개(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.)썩갓나물계란후라이(1.)깍두기(9.13.)바나나관동만두(1.5.6.10.11.12.13.15.16.18.)	<ul style="list-style-type: none">친환경강황밥육개장(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">친환경칼슘찜쌀밥닭곰탕(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	■ 3월 친환경농산물 사용 내역 ■ 감자, 건고추, 고구마, 고구마줄기, 고사리, 깻잎, 느타리버섯, 당근, 마늘, 무, 무시래기, 열갈이, 부추, 상추, 새송이버섯, 팽이버섯, 숙주나물, 시금치, 썩갓, 양배추, 양파, 콩나물, 대파, 표고버섯, 애호박, 양배추, 유기농쌀, 찰쌀, 귀리, 강황라이스, 아미노라이스, 발아찰현미, 홍국쌀, 기장, 보리, 울무, 차조, 흑미, 혼합잡곡, 칼슘찜쌀 등	
<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">친환경찰기장밥냉이된장국(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.)쫄면이 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