

 전주용흥중학교 http://www.yongheung.ms.kr	3월 영양소식지	전주시 완산구 장승배기로 12 (삼천동1가 306-36번지)
교훈 - 명륜(明倫) 면학(勉學) 창의(創意)		063) 237-2732~3 예체능보건부

● 학교급식 운영

체계적인 급식 운영과 영양, 식생활 교육을 통한 건강한 육성을 위해 **학교 교육과정과 연계하여 교육의 일환으로 운영**합니다.

본교 급식 운영 경비는 전라북도교육청과 전라북도, 전주시에서 전액 지원되고 있으며, **친환경 농산물, 친환경쌀, 지역산가공품, HACCP지정업체 제품** 등 안전하고 우수한 식재료를 우선 구매하여 사용하고 있습니다.

● 학교급식 위생·안전 주요 추진 사항

-위생관 리시스템(HACCP)

식단작성, 식재료 구입, 검수, 식재료의 전처리 및 조리 전과정, 배식, 세척 등 학교급식 운영 매 공정에서 발생할 수 있는 위험요소를 사전에 예방하기 위하여 중점적으로 관리하는 위생 시스템

-알 레르기유발 식 품표시제

난류, 우유, 메밀, 땅콩, 대두, 밀, 고등어, 게, 새우, 돼지고기, 복숭아, 토마토, 아황산류(원장), 호두, 닭고기, 쇠고기, 오징어, 조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 잣 등 알레르기 유발 식재료를 식단에 표시하여 공지 및 게시

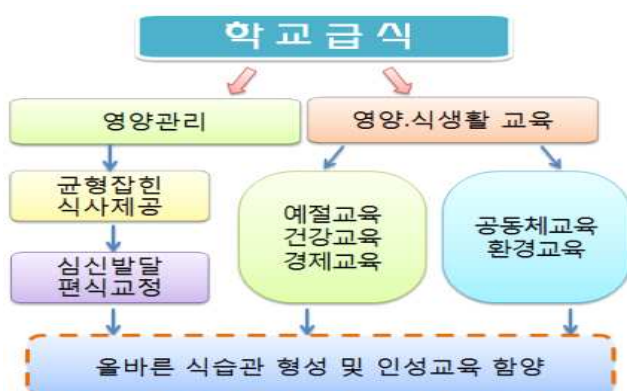
-영 양표시제

식단에 대한 열량 및 단백질·지방·칼슘·비타민 등 주요 영양량을 표시하여 게시

-학 교급식 식재료 원산지 표시대상

쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소고기<유산양 포함> 및 그 가공품, 배추김치<가공품 포함>의 배추와 고춧가루, 쌀밥(밥, 죽, 누룽지), 콩(두부류<가공두부, 유바는 제외>), 콩국수, 콩비지 수산물(넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 낙지, 명태, 고등어, 갈치, 명태<황태, 북어 등 건조한 것은 제외>, 오징어, 꽃게, 참조기) 및 그 가공품 다랑어, 아귀 및 주꾸미


<그림 및 자료출처 : 식품의약품안전처 및 학교급식기본계획>



● 2025년 학교급식 운영 안내

1. 2011년부터 학부모 부담경감 및 교육공공성 실현으로 전라북도 내 무상급식이 실시되고 있습니다. 올해 급식비는 **중학교 4960원(식품비 4,450원, 운영비 510원)**이 지원됩니다.
 (친환경농산물지원금 460원)

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 쌀과 친환경 현미 15~20%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, 닭고기1등급, 오리고기1등급, 계란(무항생제,1등급)

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

⑥ 조미료 등의 식품첨가물 및 화학조미료는 사용하지 않고 다시마, 멸치 등 천연재료를 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 주 2회 이하 제공

▷ 나트륨 줄이기 실천을 위한 국물의 염도0.4~0.6% (국), 0.6~0.9%(찌개) 측정 및 유지

▷ 당류를 줄이기 위한 간식류 제공 최소화

▷ 1주 1회 **[수다날]** 운영(수요일은 다 먹는 날)





3월 학교급식 식단 안내



- ◇ 화학조미료는 사용하지 않으며 가공식품의 사용을 줄이고, 전통음식을 적극 반영하며 계절에 맞는 식재료를 선택하여 맛있고 위생적인 음식을 급식하려고 노력 합니다.
- ◇ 학교홈페이지 급식 게시판에 축산물이력번호를 게시하고 있습니다
- ◇ 학교사정과 식품수급 상황에 따라 식단(식재료) 및 원산지가 변경될 수 있습니다.

★알레르기정보: ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧계, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 등의 알레르기 유발식품을 표시하였습니다. 해당식품에 특정증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 급식시 각별한 주의를 부탁드립니다.

3/3 Mon	3/4 Tue	3/5 Wed	3/6 Thu	3/7 Fri
대체공휴일	<ul style="list-style-type: none"> 쌀밥 한우미역국(5.6.16) 갈비찜(5.6.10.13) 한식잡채(1.5.6.8.10.13.16) 돌나물사과무침(5.6.13) 배추김치(9) 꽃카롱(1.2.6) 	<ul style="list-style-type: none"> 새우볶음밥+자장소스(1.5.6.9.10.12.13.16) 미소된장국(5.6) 꿔바로우(1.4.5.6.10.13) 갈떡갈떡(1.5.6.10.12.13.15) 배추김치(9) 유산균음료(2) 	<ul style="list-style-type: none"> 강황쌀밥 쇠고기무국(16) 순살양념치킨(5.6.12.13.15) 고등어구이(5.6.7) 숙주무침 배추김치(9) 오렌지 	<ul style="list-style-type: none"> 수수밥 돈육두부김치찌개(5.6.9.10.13) 간장오리불고기(5.6.13) 어묵볶음(1.5.6.13.18) 애호박느타리볶음(9) 깍두기(9) 또띠아피자(1.2.5.6)
	에너지 857.0 단백질 38.7 칼슘 220.1 철분 3.2	에너지 767.9 단백질 30.6 칼슘 291.0 철분 3.4	에너지 879.7 단백질 47.0 칼슘 170.3 철분 3.0	에너지 786.7 단백질 35.0 칼슘 332.0 철분 3.4
3/10 Mon	3/11 Tue	3/12 Wed	3/13 Thu	3/14 Fri
<ul style="list-style-type: none"> 쌀밥 냉이된장국(5.6.9) 제육볶음/상추쌈(5.6.10.13) 동그랑땡(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18) 달래오이무침(5.6.13) 배추김치(9) 딸기 	<ul style="list-style-type: none"> 현미밥 모듬햄부대찌개(1.2.5.6.9.10.15.16) 닭봉조림(5.6.13.15) 해물파전(1.5.6.9.17) 시금장무침(5.6.13) 배추김치(9) 비타말기맛쥬스(13) 	<ul style="list-style-type: none"> 팽초고기주먹밥(1.5.6.10.13) 잔치국수(1.5.6.9) 국물떡볶이(1.2.5.6.10.13.15.16) 고기만두찜(1.5.6.10.16.18) 깍두기(9) 요구르트(2) 	<ul style="list-style-type: none"> 기장밥 꼬치어묵국(1.5.6) 소불고기(2.5.6.13.16) 감자조림(5.6.13) 콩나물무침(5) 배추김치(9) 서진이네핫도그(1.2.5.6.10.12.13.16) 	<ul style="list-style-type: none"> 보리밥 조랭이떡국(1.5.6.16) 수제치킨까스+머스타드소스(1.2.5.6.13.15) 갈치무조림(5.6) 꽃마늘대무침(5.6.13) 배추김치(9) 방울토마토 포도음료(13)
에너지 796.6 단백질 41.2 칼슘 235.5 철분 6.1	에너지 750.4 단백질 32.2 칼슘 267.7 철분 3.7	에너지 797.0 단백질 31.4 칼슘 241.4 철분 2.9	에너지 871.1 단백질 46.9 칼슘 268.1 철분 5.7	에너지 858.2 단백질 44.2 칼슘 182.1 철분 3.2
3/17 Mon	3/18 Tue	3/19 Wed	3/20 Thu	3/21 Fri
<ul style="list-style-type: none"> 쌀밥 등뼈감자탕(5.6.10) 크림떡갈비(2.5.6.10.15.16.18) 날치알달걀말이(1.5.13) 미나리초무침(13) 배추김치(9) 바나나우유(2) 	<ul style="list-style-type: none"> 차조밥 설렁탕(1.5.6.13.16) 숯불닭다리살구이(5.6.12.13.15) 꼬시래기무침(13) 오이소박이(13) 배추김치(9) 과일타르트(1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> 나물비빔밥(5.6.13) 약고추장(5.6.13.16) 달걀국(1) 새우튀김/타르타르소스(1.5.6.9.13) 배추김치(9) 꿀떡+요구르트(2) 	<ul style="list-style-type: none"> 혼합잡곡밥(5) 닭개장(15) 해물우동볶음(2.5.6.9.12.13.16.17.18) 비엔나야채볶음(2.5.6.10.12.13.15.16) 도토리묵상추무침(5.6.13) 배추김치(9) 요구르트(2) 	<ul style="list-style-type: none"> 귀리밥 건새우아욱국(5.6.9) 통살돈강정(2.5.6.10.13) 미트볼야채볶음(1.2.5.6.10.12.13.15.16) 얼갈이된장무침(5.6) 배추김치(9) 생크림와플(1.2.5.6)
에너지 758.1 단백질 34.7 칼슘 303.1 철분 5.2	에너지 838.1 단백질 42.2 칼슘 220.1 철분 3.2	에너지 809.9 단백질 22.4 칼슘 291.0 철분 3.4	에너지 899.4 단백질 45.7 칼슘 217.8 철분 5.0	에너지 786.9 단백질 21.36 칼슘 174.0 철분 3.7
3/24 Mon	3/25 Tue	3/26 Wed	3/27 Thu	3/28 Fri
<ul style="list-style-type: none"> 쌀밥 바지락미역국(5.6.18) 수육*파채(5.6.10.13) 쫄면(5.6.13) 옥수수콘치즈구이(1.2.5.6.8.13) 보쌈김치(9) 골드키위 	<ul style="list-style-type: none"> 기장밥 닭다리삼계탕(1.5.15) 가자미구이(2.5.6.12.13.16.18) 매콤감자조림(5.6.13) 오이고추무침(5.6) 배추겉절이(9.13) 초코칩파배기페이스트리(1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> 베이컨김치볶음밥+달걀후라이(1.2.5.6.9.10.13.15.16.18) 작은우동(1.2.5.6.8.9) 닭꼬치(5.6.15) 단무지 배추김치(9) 청꿀쥬스(13) 	<ul style="list-style-type: none"> 수수밥 바지락순두부찌개(1.5.10.18) 순살삼계탕(5.6.13.15) 삼치구이(2.5.6.12.13.16.18) 치커리사과무침(1.2.5.6.13) 배추김치(9) 망고요거트(2) 	<ul style="list-style-type: none"> 토마토스파게티+마늘빵(1.2.5.6.10.12.13.16) 작은밥 김치콩나물국(5.9) 목살쪽잡스테이크(2.5.6.10.12.13.15.16.18) 황도샐러드(5.6.11.12) 배추김치(9) 아이스쥬(1.2.5.6)
에너지 834.5 단백질 30.2 칼슘 303.1 철분 5.2	에너지 761.0 단백질 39.5 칼슘 220.1 철분 3.2	에너지 837.3 단백질 35.7 칼슘 291.0 철분 3.4	에너지 753.6 단백질 39.2 칼슘 217.8 철분 5.0	에너지 927.7 단백질 26.8 칼슘 174.0 철분 3.7
3/31 Mon	<p>◇ 우리학교 학교급식 식재료 원산지 표시(20가지) 안내</p> <p>- 그 외 자세한 내용은 홈페이지 http://www.yongheung.ms.kr/ - 용흥소식 - 급식실 - 급식게시판 참조</p> <p>* 쌀(밥,죽,누룽지,떡): 국내산 * 콩/콩가루: 국내산 * 두부: 대두:국내산 * 배추김치(배추,고춧가루): 국내산(찌개용,반찬용)</p> <p>* 닭고기,오리고기 /가공품: 국내산/국내산 * 돼지고기/가공품: 국내산/국내산*수입산(스팸) * 소고기 및 소고기가공품 : 국내산한우/국내산</p> <p>* 명태(코다리)/ 가공품: 러시아산/러시아산 * 주꾸미: 베트남산 * 고등어,삼치,오징어,참조기: 국내산 * 갈치: 세네갈산,수입산,중국산</p> <p>* 아귀: 국내산,중국산 * 낙지: 베트남산, 수입산, 중국산 * 다랑어: 원양산,수입산 * 꽃게: 중국산,수입산 * 미꾸라지:국내산</p> <p>* 오징어가공품: 페루산, 칠레산, 중국산, 수입산</p> <p>* 양고기, 뱀장어, 넙치(광어), 조피볼락, 참돔, 가라비, 우렁쟁이, 전복, 방어 및 부세는 미사용</p>			
에너지 790.3 단백질 44.0 칼슘 185.8 철분 3.1				