

## 3월- 영양 식생활 교육자료



### 유치원급식은 어떻게 이루어 질까요?

#### 유치원급식

: 자라나는 유아들에게 균형 있는 영양식을 제공함으로써 몸과 마음이 건강하게 자랄 수 있도록 도와주고 영양교육을 통해 영양과 건강에 대해 바르게 이해하며 유아 스스로 올바른 식습관을 갖도록 지도합니다.

##### 급식계획 및 영양교육

성장기에 맞는 영양권장량과 기호도를 고려한 물론 전통 식품과 제철 식품을 이용하여 식단을 작성

##### 식품구입 및 검수

구매된 급식재료의 수량, 규격, 품질, 신선도, 위생상태 등을 꼼꼼히 확인하여 안전한 급식이 되도록 관리함

##### 조리지도 및 검식

조리과정에서 영양 손실이 발생하지 않도록 지도. 조리 방법의 변화로 맛의 다양화. 배식 전에 검식하여 음식의 모양, 색, 질감, 위생상태 확인

#### 우리유치원 영양관리

1. 학교급식법 영양기준량에 맞도록 식단을 작성합니다.

열량(kcal)	단백질(g)	비타민A(mg)	비타민B <sub>1</sub> (mg)	비타민B <sub>2</sub> (mg)	비타민C(mg)	칼슘(mg)	철분(mg)
431.29	8.32	76.60	0.15	0.17	11.83	147.46	1.76

2. 주식은 친환경쌀(햇토미)을 포함한 혼식을 원칙으로 합니다.
3. 조미료 등의 식품첨가물 및 화학조미료가 아닌 다시마, 멸치, 새우 등 천연재료로 맛을 냅니다.
4. 식재료는 가급적 국내산(한우 1등급, 돼지고기 1등급, 닭고기 1등급)을 원칙으로 하며, 수급이 불가능할 경우에는 수입산(수산물)을 사용합니다.
5. 식품위생 및 안전관리 강화를 위하여 HACCP시스템을 적용하고 있습니다.
6. 식단은 가공식품 사용을 지양하며 제철에 맞는 식재료와 전통음식을 제공합니다.
7. 2024학년도 유아 1식당 식품비는 3,030원(유아학비 지원 별도)으로 운영됩니다.

#### 알레르기 유발식품 표시제

알레르기 유발식품으로부터 유아의 건강을 보호하기 위하여 급식식단표에 알레르기 유발식품 정보 공지

**공지방법** : 알레르기 유발식품이 표시된 월간식단표를 가정통신문으로 안내하고 유치원 홈페이지에 게시

**표시방법** : 알레르기를 유발할 수 있는 식재료가 표시된 주간 식단표를 식당에 게시

(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)아황산류, (14)호두, (15)닭고기, (16)쇠고기, (17)오징어, (18)조개류(굴, 전복, 홍합 포함), (19)잣



[그림출처: 2016 교육부 식품알레르기 교육참고자료]

##### 식단표(예)

차수수밥, 육개장 (5.6.13.16.), 갈치살구이 (5.6.13.)  
버섯잡채 (1.2.5.6.8.10.13.), 배추김치 (9.13.)

학부모님께서서는 자녀의 식품알레르기 증상여부 확인 후 급식에서 주의할 수 있도록 지도부탁드립니다.

#### 축산물 안심 서비스



맘 편한 서비스는 축산물품질평가원에서 제공하는 서비스로 유치원에서 사용하는 축산물의 정보 조회가 가능한 서비스입니다. 국내산 축산물 이력 표시가 확대 시행되어 유치원 급식에 사용된 축산물의 이력번호를 표시하고 게시하여야 하므로, 유치원 홈페이지를 통하여 학부모님께 유치원 급식에 사용된 축산물의 이력번호를 조회할 수 있도록 함으로써 축산물 이력표시제(이력번호 게시 또는 표시)를 준수하고 있습니다.