



10/9 <b>Mon</b>	10/10 <b>Tue</b>	10/11 <b>Wed</b>	10/12 <b>Thu</b>	10/13 <b>Fri</b>
 <p>· (돈육)카레라이스 (2.5.6.10.12.13.16.) · 콩나물국(5.13.) · 수제돈까스&amp;소스 (1.2.5.6.10.12.13.18.) · 배추김치(9.13.) · 오이부추겉절이(9.13) · 요거타임(사인머스켓)(2.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 619.3/27.1/90.0/2.6</p>	<p>· 클로렐라밥 · 육개장(1.5.6.13.16) · 메추리알우렁어묵간장조림 (1.5.6.13.18.) · 달콤양념순살치킨강정 (2.5.6.13.15.18) · 배추김치(9.13.) · 총각김치(9.13.) · 미니초코링(1.2.5.6.13.) · 유지양상추샐러드(12.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 572.5/28.1/114.8/4.5</p>	<p>· 잡곡밥(5) · 시래기된장국(5.6.13.) · 돼지고기수육(5.6.9.10.13) · 무말랭이양념무침(13) · 백김치(9.13.) · 해물볶음우동 (5.6.7.9.13.17.18.20.) · 고구마맛탕(5.13) · 보쌈김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 712.8/33.5/194.5/3.2</p>	<p>· 잡곡밥(5) · 물냉면(1.3.5.6.13.16) · 콩나물돈육불고기 (5.6.10.13) · 고기찜만두 (1.5.6.10.13.16.18) · 배추김치(9.13.) · 반달무쌈(13.) · 요구르트(2.13.) · 상추치커리무침(5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 925.7/43.8/149.1/5.5</p>	
<p>· 찰현미밥 · 참치김치국(5.9.13.16.18) · 돼지갈비(간장)찜 (5.6.10.13.18.20.) · 미역줄기볶음(5.13.) · 배추김치(9.13.) · 파래돌김자반(5.13.) · 소떡소떡 (1.5.6.10.12.13.15.18.) * 에너지/단백질/칼슘/철 726.1/33.3/131.8/4.5</p>	<p>· 찰보리밥 · 소고기무국(5.6.13.16.18) · 오징어불고기&amp;소면 (5.6.13.17.18.) · 배추김치(9.13.) · 깍두기(9.13.) · 케이준샐러드 (1.2.5.6.12.13.15.18) · 우리쌀호떡(1.2.4.5.6.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 773.4/32.6/104.9/2.6</p>	<p>· 햄김치볶음밥 (1.2.5.6.9.10.13.15.16.18) · 누룽지 · 미트볼파리고추볶음 (1.2.5.6.10.13.15.16) · 계란후라이(1.5.13.) · 배추김치(9.13.) · 김(개별포장)(13.) · 바나나라떼(5.13.) · 시래기된장지짐(5.6.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 721.5/25.4/144.3/2.9</p>	<p>· 잡곡밥(5) · 사골떡만두국 (1.5.6.10.13.16.18) · 닭정육고추장볶음 (5.6.13.15) · 열갈이무침(5.13.) · 고구마튀김(1.5.6.13.) · 배추김치(9.13.) · 포도 * 에너지/단백질/칼슘/철 755.8/27.0/186.7/3.9</p>	<p>· 차수수밥 · 얼큰(돈육)순두부국 (1.5.6.9.10.13.17.18) · 오리훈제&amp;머스터드 (1.2.5.6.13) · 계란찜(1.2.9.13.) · 쫄면야채무침(5.6.13) · 배추김치(9.13.) · 사과워터젤리(13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 701.8/41.1/110.2/5.5</p>
<p>· 찰현미밥 · 닭고기칼국수(5.6.13.15.18) · 돈육간장불고기(파채) (5.6.10.13.18.20.) · 콩나물볶음(5.13.) · 과일요거트샐러드 (1.2.5.6.11.12.13.20.) · 배추김치(9.13.) · 도토리묵상추무침. (5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 713.9/38.5/96.7/3.8</p>	<p>· 찰보리밥 · (들깨)돼지등뼈감자탕 (5.6.10.13) · 오리정육김치볶음(5.6.9.13) · 햄맛살계란말이 (1.2.5.6.10.15.16) · 쪽파김치(5.13.) · 배추김치(9.13.) · 배 * 에너지/단백질/칼슘/철 723.4/48.5/201.0/6.8</p>	<p>· 한우콩나물밥&amp;간장양념장 (5.6.13.16.18) · 건새우아욱된장국(5.6.9.13.) · 아채비빔만두 (1.5.6.10.13.15.16.18) · 닭봉데리아구이 (1.2.5.6.12.13.15) · 파인애플스틱(20.) · 꿀떡(5.13.) · 배추김치(9.13.) · 무생채(9.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 665.3/30.6/217.0/5.7</p>	<p>· 흑미밥 · 야채짬뽕국(5.6.9.17.18) · 마파두부(5.6.10.12.13.18) · 동파육(5.6.10.13.18) · 배추김치(보)(9.13.) · 도깨비핫도그&amp;케첩 (1.2.5.6.10.12.16) · 반달무쌈(13.) · 청경채맛살볶음. (5.6.13.18) * 에너지/단백질/칼슘/철 674.2/40.5/183.2/4.2</p>	<p>· 잡곡밥(5) · 추어탕(5.6.13) · 수제치킨까스&amp;소스 (1.2.5.6.12.13.15) · 무채나물(5.6.13.) · 배추김치(9.13.) · 당면김말이(오)(1.5.6.16) · 치즈떡볶이(1.2.5.6.12.13) · 사과즙(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 722.1/27.4/327.4/8.2</p>
<p>· 찰현미밥 · 청국장(5.6.9) · (매실)돈육고추장불고기 (5.6.10.13) · 수제두부탕수육 (5.6.12.13.20.) · 잡채(1.5.6.10.13.18) · 배추김치(9.13.) · 굴 · 상추야채쌈(5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 684.7/37.0/163.5/5.3</p>	<p>· 찰보리밥 · 맑은어묵국(1.5.6.13.18) · 매콤닭고기간장찜 (5.6.13.15.18.20.) · 오징어야채초무침(5.6.13.17) · 배추김치(9.13.) · 호빵(1.2.5.6) · 샐러드주스(오렌지맛)(13) · 단호박조림(5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 722.6/35.3/114.0/2.7</p>	<p>☆ 학교에서 제공하는 급식 이외에 학부모님 개별적으로 들어오는 외부음식은 식중독 사고 발생 위험이 있으므로 일체 반입을 금지합니다. ◇ 영양 및 원산지 정보 안내 : <a href="http://www.전주덕일초등학교.kr">http://www.전주덕일초등학교.kr</a> -&gt; 알림방 -&gt; 급식 ◇ 알레르기정보 - 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 20. 파인애플 ⇒ 해당식품에 특정증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 각별한 주의를 부탁드립니다. ⇒ 아황산염은 식품의 변색을 막기 위한 식품 보존료로 사용되는 일반적인 식품첨가물입니다.</p>		
<p>10/16 <b>Mon</b></p>	<p>10/17 <b>Tue</b></p>	<p>10/18 <b>Wed</b></p>	<p>10/19 <b>Thu</b></p>	<p>10/20 <b>Fri</b></p>