



은화교육통신

더불어
바르게
굳세게

홈페이지 : <http://www.eunhwa.sc.kr> 교무실 220-0902 식생활관 220-0993

여름철 주의해야 할 식중독!

일찍 찾아온 더위로 병원성대장균 등 식중독 발생위험이 높아짐에 따라 음식물의 조리·보관·섭취에 각별한 주의가 필요합니다. 그렇다면 식중독에 대해 알아볼까요?

■ 식중독이 뭔가요?

병원성 세균이나 독성물질에 오염된 음식을 먹고, **설사·구토·발열·복통** 등을 일으키는 증세를 말해요

고열

구토

오한

설사

■ 왜 여름에 많이 걸리나요?

세균은 35~36°C 내외에서 번식 속도가 가장 빠릅니다. 한 마리였던 식중독균은 기온이 30~35°C일 때, 2시간 이내에 100만 마리까지 증식하기 때문입니다. 따라서 기온이 높은 여름철에 세균성 식중독의 위험이 가장 높으므로 각별한 주의가 필요합니다.

■ 주의할 점은 뭘죠?

여름철 식중독 발생을 예방하기 위해서는 채소류는 염소 소독액(100ppm)에 5분간 침지하여 소독한 후 깨끗한 물로 3회 이상 씻은 다음에 바로 섭취해야 합니다. 바로 섭취하지 않을 경우에는 실온에 방치하지 말고 반드시 냉장(10°C이하)보관하여야 합니다. 냉장시설이 구비되어 있지 않은 피서지, 캠핑장 등에서는 아이스박스 등을 준비하여 안전하게 보관하여야 합니다. 육류는 75°C이상에서 1분 이상 가열하고 달걀은 생으로 섭취하는 것을 피하여야 하며, 어패류는 흐르는 수돗물에 세척하고 중심온도 85°C이상에서 1분 이상 가열 조리하여야 합니다.

식중독 예방을 위해 꼭 알아야 할 4가지

짜주 손씻기

특히 요리 전, 식사 전에 비누 거품을 충분히 내어 꼼꼼히 손을 씻도록 합니다.

채소,과일은 깨끗이 씻어먹기

생으로 먹는 채소, 과일은 전용 세척제 등으로 깨끗이 씻어 먹습니다.

물은 끓여 먹기

가급적 물은 끓여서 먹고 상온에 오래된 물은 먹지 않습니다.

음식물은 충분히 끓여 먹기

음식물은 중심온도 85°C 이상이 되도록 충분히 끓여서 먹습니다.

7월의 절기(대서)-7.23

〈연잎유미죽〉

여름 중 가장 무덥다는 절기입니다. 대서를 전후해서 폭염이 기승을 부리며, 중복 무렵에 해당되어 보양 음식을 마련해 먹습니다. 수박 과 참외 등 여름 과일이 풍성하여 더위에 지친 입맛을 살려주는 시기입니다.

8월의 절기(처서)-8.23

입추와 백로 사이의 절기입니다. 이 무렵 더위도 꺾이면서 신선한 가을바람이 불기 시작하며, 일교차가 가장 심하다고 합니다.

〈삼계탕〉

2019년 7~8월 식단표

일자	요일	조식	중식	석식
7/1	월		*친환경클로렐라밥 *청국장찌개 5.9.13. *메밀막국수 1.3.5.6.13. *미역줄기볶음 5. *춘천식담갈비 5.6.10.13.15. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 792.6/39.7/284.8/7	영양잡곡밥 5. *부대찌개 2.5.6.8.9.10.13. *오징어오이생채 5.6.13.17. *삼색냉채 1.5.6.13. *돈까스 1.2.5.6.10.12.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 1312.4/72.6/240/8.4
7/2	화	*쌀밥 5. *동태찌개 5.9.13. *숙주미나리무침 *비빔만두 1.2.5.6.10.13.16.18. *참치김치볶음 5.6.9.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 807.7/41.1/221.8/7.2	*친환경버섯카로틴밥 *호박된장국 5.6.13. *갈치무조림 5.6.13. *시금치된장무침 5.6. *고추잡채&꽃빵 1.5.6.8.10.13.18. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 698.8/33.7/179.2/5.8	영양잡곡밥 5. *오징어무국 9.13.17. *돼지갈비찜 5.6.10.13. *폴면야채무침 5.6.13. *과리고추멸치볶음 5.6.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 1082.1/60/438.2/6.5
7/3	수	*쌀밥 5. *새우살호박국 9.13. *미트볼케첩조림 1.5.6.10.12.13. *돈육불고기 5.6.10.13. *고사리들깨볶음 *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 1087.2/53.5/1370.2/8.7	*치킨마요덮밥 1.4.5.6.12.13.15. *콩나물김치국 5.6.9.13. *단무지 *가지볶음 5.6. *청경채겉절이 9.13. *찰토마토(고) 12. * 에너지/단백질/칼슘/철분 546.3/26.7/262.2/4.7	영양잡곡밥 5. *감자수제비 1.5.6.13. *썩갠나물무침 *닭볶음탕 5.6.13.15. *배추김치 9.13. *요구르트(요거타임) 2. * 에너지/단백질/칼슘/철분 1027.7/46.9/246/12.2
7/4	목	*쌀밥 5. *팽이버섯국 1.5.13. *계란찜 1.2.5.6.9.13. *파프리카쌈장 5.6.13. *한우불고기 5.6.13.16. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 927.4/54.6/238.6/10	*친환경서리태파쇄밥 5. *쇠고기미역국 5.6.16. *메밀된장무침 3.5.6. *팽이버섯오리불고기 5.6.13. *두부구이/양념장 5.6. *알감자버터구이 2.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 694.8/35/218.9/6.3	영양잡곡밥 5. *들깨무채국 9.13. *편육상추쌈 5.6.9.10.13. *무말랭이무침 13. *고구마야채튀김 2.5.6. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 962.9/36/271.5/6.4
7/5	금	*쌀밥 5. *돈육김치찌개 5.9.10.13. *오이부추무침 5.6.13. *햄부침 1.2.5.6.10. *열무김치 9.13. *단호박죽 13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 905.1/40.7/192.7/6.7	*친환경토마코펜쌀밥 12. *배추된장국 5.6.13. *오향장육&깻잎쌈 5.6.9.10.13.18. *오이스틱쌈장 5.6.13. *탕평채 1.3.5.6.10.13.16.18. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 572.9/25.7/216.9/4.9	<div style="border: 2px solid purple; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>“1830 손 씻기 운동” (1일 8번이상 30초이상 손씻기)</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 밖에서 놀고 난 후 ➢ 화장실에 볼일을 본 후 ➢ 식사하기 전  </div>
7/8	월		*친환경아미노밥 *두부된장찌개 5.6.13. *매콤달걀개오븐구이 5.6.12.13.15.18. *참나물된장무침 5.6. *버섯들깨볶음 5.6. *배추김치 9.13. *머스크메론 * 에너지/단백질/칼슘/철분 742.1/34.7/289.2/7.2	*영양잡곡밥 5. *어묵국 1.5.6.13. *얼갈이된장무침 5.6. *돈육불고기 5.6.10.13. *잡채 1.5.6.8.10.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 1011.4/39.4/300.5/8.7
7/9	화	*쌀밥 5. *순두부찌개 1.5.6.10.13. *깻잎조림 5.6.13. *오리고기훈제 1.5.13. *감자볶음 2.5.6.10. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 930.4/57.1/300.8/13.6	*친환경녹차카테킨쌀밥 *오이냉국 13. *상추부추무침 5.6.13. *오징어볶음 5.6.13.17. *햄감자볶음 2.5.6.10. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 581.9/26.9/106.5/7.1	*영양잡곡밥 5. *떡만두국 1.5.6.10.13.16. *비엔나케첩조림 2.5.6.10.12.13. *고춧잎된장무침 5.6. *삼치양념장구이 5.6.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 1118.5/52.3/660.4/10.5
7/10	수	*쌀밥 5. *참치김치찌개 5.9.13. *콩치김치조림 5.6.7.9.13. *달걀 1.5.6.13.15. *도시락김 13. *열무김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 957.7/62.8/230.1/7.6	*새우볶음밥&짜장소스 1.2.5.6.9.10.12.13.18. *해물짬뽕국 5.6.9.10.12.13.17. *단무지 *배추김치 9.13. *양상추과일샐러드 1.5.6.12.13. *고기왕만두 1.5.6.10.13.16.18. * 에너지/단백질/칼슘/철분 741.5/38.7/659.6/4.4	*영양잡곡밥 5. *김치감자탕 5.6.9.10.13. *양배추쌈-간장 5.6. *숙주미나리무침 *낙지떡볶음 5.6.13. *깍두기(완) 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 805/32.8/142.4/5.1

7/11	목	<ul style="list-style-type: none"> *쌀밥 5. *근대된장국 5.6.9.13. *두부조림 5.6.13. *참나물된장무침 5.6. 섭산적버섯볶음 2.5.6.10.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 1192.9/50.1/474.2/9.9 	<ul style="list-style-type: none"> *친환경찰기장밥 *묵은지닭찜 1.5.6.9.13.15. *계란말이 1.2.5.6.10.13. *배추김치 9.13. *아귀맑은탕 5.6.13.18. *불고기퀘사디아 2.5.6.10.12.13.18. * 에너지/단백질/칼슘/철분 711/36.4/229.1/6.5 	<ul style="list-style-type: none"> *영양잡곡밥 5. *양송이 스프 2.5.6.13. *돈육메추리알조림 1.5.6.10.13. *천사채샐러드 1.5.6.13. *생선가스 1.2.5.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 1134.4/39.3/200.8/6.3
7/12	금	<ul style="list-style-type: none"> *쌀밥 5. *콩나물김치국 5.6.9.13. *돼지갈비찜 5.6.10.13. *치킨브래스트샐러드 1.5.12.13.15. *깻잎순볶음 5.6. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 989.2/46.1/336.3/5.4 	<ul style="list-style-type: none"> *친환경찰현미밥 *고구마순된장무침 5.6. *깍두기(완) 9.13. *닭다리삼계탕 13.15. *수박 *연근칩그린샐러드 1.2.5.6.9.13.16.18. * 에너지/단백질/칼슘/철분 644.9/28.5/115.2/6.4 	
7/15	월		<ul style="list-style-type: none"> *친환경차수수밥 *떡만두국 1.5.6.10.13.16. *콩나물무침 5. *파채간장불고기 5.6.10.13. *오징어김치전 1.5.6.9.13.17. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 882/45.7/211.5/6.9 	<ul style="list-style-type: none"> *카레라이스 2.5.6.10.13. *콩나물국 5.13. *가지볶음 5.6. *오징어포볶음 5.6.13.17. *배추김치 9.13. *케이준샐러드 1.5.6.13.15. * 에너지/단백질/칼슘/철분 1186.6/53.7/163.2/7.1
7/16	화	<ul style="list-style-type: none"> *쌀밥 5. *들깨버섯국 9.13. *무쌈 1.2.4.5.6.10.13.18. *춘천식닭갈비 5.6.10.13.15. *어묵햄볶음 1.2.5.6.10.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 962.3/49.2/255/9 	<ul style="list-style-type: none"> *친환경잡곡밥 5. *돈육김치찌개 5.9.10.13. *궁중떡볶이 5.6.12.13.16. *부추맛살무침 1.5.6.13. *치킨가스와의마토소스 1.2.5.6.12.13.15. *알타리김치 9.13. *수제마늘바게트 1.2.5.6.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 963.9/36.1/152.4/7.9 	<ul style="list-style-type: none"> *영양잡곡밥 5. *육개장 1.13.16. *언양식반달불고기&어린잎 1.5.6.10.15.16.18. *비빔국수 1.5.6.13. *파프리카쌈장 5.6.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 1293/53.8/254.3/9.5
7/17	수	<ul style="list-style-type: none"> *쌀밥 5. *영양닭죽 13.15. *계란찜 1.2.5.6.9.13. *김쪽파무침 13. *파인애플돼지고기볶음 5.6.10.13.18. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 1285.9/65.4/208.5/10.5 	<ul style="list-style-type: none"> *오징어덮밥 5.6.13.17. *실파계란국 1.13. *도토리묵무침 5.6. *새송이볶음 5. *배추김치 9.13. *포도-캠벨 * 에너지/단백질/칼슘/철분 548.1/26.9/234.3/6 	<ul style="list-style-type: none"> *영양잡곡밥 5. *두부된장찌개 5.6.13. *매운돼지갈비찜 5.6.10.13. *채소앤쌈장 5.6.13. *잔멸치볶음 5.6.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 984.1/52.6/360.3/6.4
7/18	목	<ul style="list-style-type: none"> *쌀밥 5. *호박고추장찌개 5.6.13. *모듬숙회 5.6.13. *오리주물럭 5.6.13. *치킨너겟 1.2.5.6.12.13.15. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 846.5/41.5/233.4/7.8 	<ul style="list-style-type: none"> *친환경녹차칼슘잡쌀밥 *쇠고기무국 13.16. *베이컨고구마줄기볶음 5.6.10. *두부김치두루치기 5.6.9.10.13. *열무김치 9.13. *브로콜리두부샐러드 1.5.6.12.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 741.2/39.9/284.1/7.7 	<ul style="list-style-type: none"> *영양잡곡밥 5. *버섯전골 13. *미트볼계찜조림 1.5.6.10.12.13. *닭안심카레볶음 1.2.5.6.13.15.16. *부추치커리무침 5.6.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 1028/59.9/170.1/9.7
7/19	금	<ul style="list-style-type: none"> *쌀밥 5. *아귀맑은탕 5.6.13.18. *부추무침 5.6.13. *쭈꾸미돈육볶음 5.6.10.13.18. *스크램블에그&소시지 1.2.5.6.10.13.15. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 1227/66.9/237.5/12.8 	<ul style="list-style-type: none"> *영양잡곡밥 5. *어묵국 1.5.6.13. *고등어무조림 5.6.7.13. *느타리호박볶음 5. *통살새우가스 1.2.5.6.9.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 943.4/50.7/310/16.3 	
8/19	월		<ul style="list-style-type: none"> *친환경홍국쌀밥 *어묵국 1.5.6.13. *열무된장무침 5.6. *쭈꾸미돈육볶음 5.6.10.13.18. *배추김치 9.13. *샐러드파스타 1.5.6.12.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 813.3/36.1/316.9/6.3 	<ul style="list-style-type: none"> *영양잡곡밥 5. *호박고추장찌개 5.6.13. *탕평채 1.3.5.6.10.13.16.18. *건파래볶음 13. *두툼함박스테이크 1.2.5.6.10.12.13.15.16. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 *983.7/40.3/261.3/5.4
8/20	화	<ul style="list-style-type: none"> *김치볶음밥 2.5.6.9.10.13. *닭미역국 5.6.15. *가지볶음 5.6. *계란후라이 1.5. *배추김치 9.13. *단호박죽 13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 996.1/50.9/160/6.2 	<ul style="list-style-type: none"> *친환경아미노밥 *김치감자탕 5.6.9.10.13. *비엔나계찜조림 2.5.6.10.12.13. *참나물된장무침 5.6. *오리주물럭 5.6.13. *배추김치 9.13. *야채탱글가마보코스틱 1.5.6.8.12.13.16. * 에너지/단백질/칼슘/철분 923.8/44.8/219.7/7.3 	<ul style="list-style-type: none"> *영양잡곡밥 5. *오이냉국 13. *매운돼지갈비찜 5.6.10.13. *도라지생채 5.6.13. *잔멸치볶음 5.6.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 952/43.4/219.2/5.7

8/21	수	<ul style="list-style-type: none"> *쌀밥 5. *청국장찌개 5.9.13. *오이부추무침 5.6.13. *햄감자볶음 2.5.6.10. *생선까스 1.2.5.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 917/46/274.7/7 	<ul style="list-style-type: none"> *친환경버섯카로틴밥 *콩나물국 5.13. *오징어오이생채 5.6.13.17. *얼갈이된장무침 5.6. *목살스테이크&채소구이 5.6.10.12.13.16. *배추김치 9.13. *바나나 * 에너지/단백질/칼슘/철분 779.5/46/266.5/11.6 	<ul style="list-style-type: none"> *영양잡곡밥 5. *호박알콩가루된장국 5.6.13. *얼무된장무침 5.6. *골뱅이야채무침 5.6.13. *닭볶음탕 5.6.13.15. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 901.4/48.6/403.5/7.6
8/22	목	<ul style="list-style-type: none"> *쌀밥 5. *연두부김치국 5.6.9.13. *계란찜 1.2.5.6.9.13. *김쪽파무침 13. *무생채 9.13. *낙지떡볶음 5.6.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 926.3/48.1/525.7/8.8 	<ul style="list-style-type: none"> *친환경찰기장밥 *낙지연포탕 5.8.13.18. *삼색시금치나물 1.5.6. *파프리카잡채 1.5.6.8.10.13. *치즈닭갈비 2.5.6.10.13.15. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 747/36.3/249/7.6 	<ul style="list-style-type: none"> *짜장밥 2.5.6.10.13. *실파계란국 1.13. *두부조림 5.6.13. *단무지 *배추김치 9.13. *노랑잡채만두 1.5.6.10.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 882.3/39.2/451.9/7.9
8/23	금	<ul style="list-style-type: none"> *쌀밥 5. *대구찌개 5.9.13. *참나물된장무침 5.6. *두부고추장볶음 5.6.10.13. *도시락김 13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 751.3/36.2/297.8/5.2 	<ul style="list-style-type: none"> *친환경클로렐라밥 *부대찌개 2.5.6.8.9.10.13. *느타리호박볶음 5. *유자청고구마맛탕 5.6.13. *등갈비푹김 5.6.10.12.13. *얼무김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 911.6/37.8/192.8/5.7 	
8/26			<ul style="list-style-type: none"> *친환경찰현미밥 *꽃게탕 5.6.8.9.13. *미트볼케첩조림 1.5.6.10.12.13. *훈제오리숙주볶음 1.5.6.13.18. *김쪽파무침 13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 676.4/33.5/229.8/8.5 	<ul style="list-style-type: none"> *영양잡곡밥 5. *호박된장국 5.6.13. *쫄면야채무침 5.6.13. *둔육불고기 5.6.10.13. *오징어포볶음 5.6.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 1020.9/50.1/161.5/7.3
8/27		<ul style="list-style-type: none"> *쌀밥 5. *북어포계란국 1.5.13. *쇠고기메추리알장조림 1.5.6.13. *숙주미나리무침 *새우들깨버섯볶음 9.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 872.9/49.2/436.9/12.7 	<ul style="list-style-type: none"> *친환경토마코펜쌀밥 12. *둔육순두부찌개 1.5.6.10.13. *모듬숙회 5.6.13. *오징어볶음 5.6.13.17. *계란말이 1.2.5.6.10.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 705.9/33.9/196.7/6.1 	<ul style="list-style-type: none"> *영양잡곡밥 5. *양송이소프 2.5.6.13. *오이부추무침 5.6.13. *순대야채볶음 5.6.10. *돈까스 1.2.5.6.10.12.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 1315.6/45.3/181.3/10.3
8/28		<ul style="list-style-type: none"> *쌀밥 5. *콩나물김치국 5.6.9.13. *시금치된장무침 5.6. *치킨너겟 1.2.5.6.12.13.15. *자반고등어구이 5.6.7.13. *깻잎김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 833.9/49.5/274.6/7.4 	<ul style="list-style-type: none"> *김밥볶음밥 1.2.5.6.9.10.13.16. *미니우동 1.5.6.9.13. *가지볶음 5.6. *두부구이/양념장 5.6. *배추김치 9.13. *아오리사과 * 에너지/단백질/칼슘/철분 733.3/31.6/367.7/7.2 	<ul style="list-style-type: none"> *영양잡곡밥 5. *팽이버섯국 1.5.13. *콩치김치조림 5.6.7.9.13. *브로콜리숙회 5.6.13. *햄부침 1.2.5.6.10. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 927.2/59.5/306/8.1
8/29		<ul style="list-style-type: none"> *쌀밥 5. *참치김치찌개 5.9.13. *연두부양념장 5.6. *미역줄기볶음 5. *오징어부추전 1.5.6. *얼무김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 748/42.1/267.3/6.3 	<ul style="list-style-type: none"> *친환경잡곡밥 5. *대구맑은탕 5.6.9.13.18. *매운돼지갈비찜 5.6.10.13. *어묵파리고추볶음 1.5.6.13. *감자크로켓 1.2.5.6.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 730.9/36/166.2/4.6 	<ul style="list-style-type: none"> *영양잡곡밥 5. *둔육김치찌개 5.9.10.13. *새송이볶음 5. *목살양념구이 5.6.10.13. *알타리김치 9.13. *요구르트 2. * 에너지/단백질/칼슘/철분 874/46.6/149.2/11.1
8/30		<ul style="list-style-type: none"> *쌀밥 5. *영양닭죽 13. *도토리묵&양념장 5.6. *콩나물무침 5. *삼치카레구이 2.5.6.7.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 1099.8/52.5/123.4/6.1 	<ul style="list-style-type: none"> *친환경서리태파쇄밥 5. *육개장 1.13.16. *닭찜 1.5.6.13.15. *고구마순된장무침 5.6. *프랑크소시지볶음 2.5.6.10.12.13. *배추김치 9.13. * 에너지/단백질/칼슘/철분 696.5/35.2/200.3/8.3 	

■원산지정보

쌀	국내산(친환경쌀)	배추김치, 찌개용(배추, 고춧가루)	국내산
닭고기/닭고기가공품	국내산	달걀	국내산
쇠고기(한우)/쇠고기가공품	국내산	돼지고기/돼지고기가공품	국내산
오리고기/오리고기가공품	국내산	갈치, 고등어, 오징어, 꽃게, 참조기	국내산
미꾸라지	중국산	대구	국내산
명태	러시아산	낙지	베트남

■알레르기정보

- ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩
 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨
 새우⑩돼지고기 ⑪복숭아⑫토
 마토 ⑬아황산염⑭호두⑮닭고
 기⑯쇠고기⑰오징어⑱조개
 류(굴, 전복, 홍합포함)

■ 학교사정과 식품수급 상황에 따라 식단 및 원산지가 변경될 수 있습니다.