


제 2020 - 39 호	가 정 통 신 문	전주한일고등학교
 誠實 · 勤勉 和合 · 奉仕 創造 · 開拓		http://hanilgo.hs.kr 전주시 완산구 백제대로 442 교무실 ☎063-274-2162 행정실 ☎063-274-2161

코로나19 예방 학교급식 운영 방법

1. 등교 수업 대비 학교급식 준비상황

- 가. 식생활관 대청소 및 방역 실시
- 나. 등교 전 조리기구 세척·소독 실시
- 다. 급식관계자 코로나19 감염병 예방교육
- 라. 급식 관계자 건강상태(발열, 기침 등) 매일 2회 이상 확인 및 기록
- 마. 납품업체 위생관리 체크(배송직원 건강상태 및 배송차량 소독여부, 출입시 마스크 착용 등)

2. 학교 급식지도

- 가. 4교시 후 발열확인 및 안전거리 지도 : 선임 담임교사 6분
 - 계획된 학급별로 이동
 - 손씻기 또는 손소독제 사용
 - 여학생(실내이동), 남학생(실외이동)
- 나. 식당내 급식지도 : 선임 담임교사 4분
 - 줄서기(안전거리), 배식, 퇴식, 음용수 지도
 - 배식대 앞에서 대기 했다가 음식이 담어진 식판을 들고 식사하기
 - 1줄 앞기(마스크 식탁 앞에 놓기, 대화하지 않기, 음식 나눠 먹지 않기)
 - 1차(190명) 식사 후 음수대, 컵, 식탁, 의자 수시 소독 관리(70%알콜 분무후 1회용 타올로 닦기)

5월20일 ~ 6월14일 학교급식 식단 안내문

식품안전에 대한 사회적인 관심이 높아감에 따라 학생들에게 제공되는 학교급식 식단에 식재료 원산지뿐 아니라 **알레르기 유발식품 표시제**를 2012년 9월부터 전국의 모든 학교에서 실시하게 되었습니다.

식품 알레르기란 식품의 특정 단백질에 의한 비정상적인 면역반응 결과 **피부(두드러기 등), 소화기(구토, 설사 등), 호흡기(기침, 호흡곤란 등), 순환계(아나필락시스 쇼크)**에서 이상 반응이 나타나는 현상입니다.

특정 식품에 알레르기 반응을 보이는 학생들은 **의사의 정확한 진단**을 받고 알레르기 유발식품 섭취를 피하는 것이 최선의 관리방법입니다.

이에 우리학교에서도 알레르기 유발식품을 학교급식 식단에 안내할 예정이니 참고하셔서 **병원진단**을 받거나 **확실한 증상**이 있는 학생들이 해당 식품을 섭취하지 않도록 가정에서 잘 지도해 주시기 바랍니다.

식단에 표시될 13가지 알레르기 유발식품의 종류는 ①난류(가금류),②우유,③메밀,④땅콩,⑤대두,⑥밀,⑦고등어,⑧게,⑨새우,⑩돼지고기,⑪복숭아,⑫토마토,⑬아황산염,⑭호두,⑮닭고기,⑯쇠고기,⑰오징어,⑱조개류(굴,전복,홍합)⑲잣입니다. 이들 식품을 사용하거나 이들 식품의 성분을 함유한 식품 또는 식품 첨가물을 이용한 식품이 사용된 음식명에 해당 알레르기 유발식품이 아래와 같이 번호로 표시됩니다.

해당 식품에 특정 증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.

성장기 학생들이 특정 식품을 계속적으로 섭취하지 않을 경우 영양적 불균형이 발생할 수 있으니 가정에서는 대체 식품이나 음식을 제공하여 주시면 건강에 많은 도움이 될 것으로 사료됩니다.

※ 상기 메뉴는 학교 일정에 따라 변경될 수도 있습니다.

<식단 및 영양량 표시는 뒷면에....>

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

★ 우리학교 급식에 사용되는 식재료의 원산지입니다.

(그 외 식재료의 원산지는 학교 홈페이지 급식게시판을 참고)

구분	쇠고기	돼지고기	닭고기	갈치/명태	식육가공	친환경쌀	콩(콩가공품)	고등어,삼치,바지락,오징어,미꾸라지,꽃게,조기	낙지,바지락살/꾸꾸미
원산지	국내산 한우	국내산	국내산	세네갈/ 러시아	국내산	국내산	국산(수입,외국산)	국내산	중국산/베트남산

☞ 베이컨:수입산

★ 영양표시제 및 원산지 정보 안내 : 학교 홈페이지->한일소식->식생활관->급식게시판

★ 식단표는 식재료 수급 상황과 일정에 따라 변경 될 수 있습니다.

2020년 5월 20일

전주안일고등학교장

요 일			5월20일(수)	5월21일(목)	5월22일(금)	5월23일(토)	5월24일(일)
조 식							
평 균 값							
여 래			5월20일(수)	5월21일(목)	5월22일(금)	5월23일(토)	5월24일(일)
개 식			불닭소스날치알 주먹밥(김가루)(1.2.5.6.13.15.1 6.18.) 한우쌀국수(중)(1.5.6.15.16.18.) 수제랍스타버터 치즈구이(반마리 (1.2.5.6.8.10. 12.13.16.) 배추김치(셀)(9. 13.) 딸기요거트드레 싱(셀)(1.2.5.) 키워드레싱(셀)(1.5.6.13.) 골레도르레드카 펫치즈케이크(1. 2.5.6.13.) 양상추샐러드(셀 (5.12.13.)	기장밥 실파계란국(1.9 .13.) 청경채나물(셀) (5.6.) 파채돈육불고기 (5.6.10.13.) 사각어묵깻잎전 (1.5.6.13.) 배추김치(셀)(9 .13.) 비스쿼&딸기잼(1.2.5.6.10.13.) 케첩(12.13.) 핫초코(2.13.)	쌀밥(셀) 가쓰오장국(1.5 .6.9.13.) 찐순대&소금(셀 (6.10.13.) 후루룩떡볶이(일품)(1.5.6.8. 13.) 우리밀꼬마김말 이(1.5.6.16.18 .) 배추김치(셀)(9 .13.) 피크닉(청포도) (5.13.)		
평 균 값			에너지/단백질 /칼슘/철분 1026.3/50/525 .5/19.9	에너지/단백질 /칼슘/철분 928.1/48.2/23 8.8/4.2	에너지/단백 질/칼슘/철분 939.5/21/247 .2/17.3		
여 래			5월20일(수)	5월21일(목)	5월22일(금)	5월23일(토)	5월24일(일)
조 식					찰현미밥 얼큰콩나물국(5 .9.13.) 브로콜리숙회(셀)/초장(셀)(5 .6.13.) 순살닭야채볶음 (5.6.13.15.) 두부구이/양념 장(1.5.6.) 고르곤졸라피자 (1.2.5.6.) 배추김치(셀)(9 .13.)		
평 균 값					에너지/단백 질/칼슘/철분 828.7/59.5/3 07.8/5.3		

요일	5월25일(월)	5월26일(화)	5월27일(수)	5월28일(목)	5월29일(금)	5월30일(토)	5월31일(일)
주식							
평균							
요일	5월25일(월)	5월26일(화)	5월27일(수)	5월28일(목)	5월29일(금)	5월30일(토)	5월31일(일)
주식	카레라이스(2.5.6.10.13.16.) 콩나물국(5.9.13.) 오이상추무침(셀)(5.6.13.) 참쌀수수부꾸미(5.6.) 맛초킹순살치킨(4.5.6.13.15.) 배추김치(셀)(9.13.) 파인애플	차수수밥 돼지고기짜글이찌개(5.6.9.10.13.) 갈치무조림(셀)(5.6.13.) 미트볼야채볶음(1.2.5.6.10.12.13.) 옥수수감자전&초간장(셀)(1.5.6.13.) 배추김치(셀)(9.13.) 바나나	쌀밥 얼큰순두부찌개(일품)(1.5.6.9.10.13.18.) 시금치나물(셀)(5.6.) 돼지고기육전(1.5.6.10.13.) 배추김치(셀)(9.13.) 초간장(셀)(5.6.13.) 수제오레오브라우니(1.2.5.6.13.) 우유	기장밥 우렁된장국(5.6.13.) 청포묵실파김가루무침(셀)(5.6.13.) 치즈불닭(1.2.5.6.12.13.15.16.18.) 야채계란말이(1.5.13.) 배추김치(셀)(9.13.) 자유시간(미니)(2.5.6.13.)	마파두부덮밥(일품)(5.6.10.12.13.) 미역국(5.6.13.) 오징어스틱(1.5.6.12.17.18.) 배추김치(셀)(9.13.) 딸기요거트드레싱(셀)(1.2.5.) 치킨소스(달콤)(5.6.12.13.) 키워드레싱(셀)(1.5.6.13.) 군고구마배(셀) 양상추샐러드(셀)(5.12.13.)		
평균	에너지/단백질/칼슘/철분 986.1/50.5/164.9/5.1	에너지/단백질/칼슘/철분 929.7/50.2/133.6/5.1	에너지/단백질/칼슘/철분 954.1/45.5/474.7/6.8	에너지/단백질/칼슘/철분 900.8/60.6/438.4/6.2	에너지/단백질/칼슘/철분 933.1/36.7/169.2/4		
요일	5월25일(월)	5월26일(화)	5월27일(수)	5월28일(목)	5월29일(금)	5월30일(토)	5월31일(일)
주식	찰현미밥 부대찌개&라면사리(1.2.5.6.9.10.13.15.) 돼지갈비찜(5.6.8.10.13.) 참나물무침(셀)(5.6.) 오징어부추전(1.5.6.17.) 오징어부추전배추김치(셀)(9.13.) 초간장(셀)(5.6.13.) 요거트푸딩(2.5.13.)	불닭소스날치알주먹밥(김가루)(1.2.5.6.13.15.16.18.) 수제웨이감자&케첩(5.12.13.) 배추김치(셀)(9.13.) 크림이갈릭핫도그(1.2.5.6.10.13.) 블루베리드레싱(셀)(13.) 키워드레싱(셀)(1.5.6.13.) 시리얼(초코후레이크)/우유(2.5.6.13.) 양상추샐러드(셀)(5.12.13.)	찰흑미밥 오리탕(5.6.13.) 오징어콩나물찜(5.6.13.17.) 팔미어파이(1.2.5.6.13.) 구이한판함(2.6.10.) 배추김치(셀)(9.13.) 토마토&꿀(셀)(12.) 몰다시마(셀)/초장(셀)(5.6.13.)	참치김치우리팜밥버거(호일)(2.5.6.9.10.13.) 가쓰오장국(1.5.6.9.13.) 야채비빔만두(물만두)(1.2.5.6.9.10.) 총각김치(셀)(9.) 도라에몽슈크림만쥬(1.2.5.6.13.) 쥬시쿨(자두맛)(5.13.) 고추지(셀)	찰현미밥 감자수제비국(5.6.9.13.) 양배추찜(셀)&쌈장(셀)(5.6.13.) 돈육고추장불고기(5.6.10.13.) 해물완자전(1.5.6.8.9.17.18.) 배추김치(셀)(9.13.) 파인애플		
평균	에너지/단백질/칼슘/철분 919.9/47.3/167/4	에너지/단백질/칼슘/철분 922.3/25.7/376.4/5.4	에너지/단백질/칼슘/철분 901.3/61.9/174.1/4.9	에너지/단백질/칼슘/철분 835.1/37.8/171.1/8.6	에너지/단백질/칼슘/철분 785.3/46.7/159.1/5.9		

요일	6월1일(월)	6월2일(화)	6월3일(수)	6월4일(목)	6월5일(금)	6월6일(토)	6월7일(일)
주식			찰현미밥(셀) 미트볼데리야끼 볶음(1.2.5.6.10 .13.15.) 구운김(셀)/간장 (셀)(5.6.13.) 배추김치(셀)(9. 13.) 누룽지(셀) 단감 청포도 깐쇼칠리새우(1. 2.5.6.9.12.13.1 6.18.)	서리태밥(셀)(5 .) 얼큰콩나물국(5 .9.13.) 돈육계란장조림 (1.5.6.10.13.) 미역줄기볶음(셀)(13.) 오징어김치전(1 .5.6.9.13.17.) 배추김치(셀)(9 .13.) 누룽지(셀) 시리얼(프로스 트콘)/우유(2.5 .6.13.)	찰보리밥(셀) 한우미역국(5.6 .13.16.) 갈치무조림(셀) (5.6.13.) 통그릴비엔나케 첩볶음(1.2.5.6 .10.12.13.) 야채계란말이(1 .5.13.) 배추김치(셀)(9 .13.) 누룽지(셀) 바나나	수제웨이감자& 케첩(5.12.13.) 주식행박(1.2.5 .6.10.16.) 배추김치(셀)(9 .13.) 누룽지(셀) 이삭토스트(반 절)(1.2.5.6.10 .12.13.15.16.) 치킨소스(매콤) (5.6.12.13.) 시리얼(아몬드) /우유(2.5.6.13 .) 옥수수수프(2.5 .6.)	찰현미밥(셀) 뜨덕이만두국(1 .5.6.10.13.18.) 연두부(벌크)&양 념장(5.6.13.) 오징어콩나물찜 (5.6.13.17.) 근대나물무침(셀)(5.6.) 배추김치(셀)(9 .13.) 누룽지(셀) 키위(반쪽) 김가루(국)(13.)
영양성분			에너지/단백질 /칼슘/철분 897.8/27.5/14 8.6/5.6	에너지/단백질 /칼슘/철분 951.6/48.8/38 7.7/8	에너지/단백 질/칼슘/철분 901.4/41.9/1 58.2/4.6	에너지/단백 질/칼슘/철분 923.9/34.2/4 19/6	에너지/단백 질/칼슘/철분 811.6/53.1/2 20.1/7.4
요일	6월1일(월)	6월2일(화)	6월3일(수)	6월4일(목)	6월5일(금)	6월6일(토)	6월7일(일)
주식	오므라이스&데 리야끼소스(일 품)(1.2.5.6.10 .12.13.) 얼갈이된장국(5 .6.13.) 청경채나물(셀) (5.6.) 푸실리양상추샐 러드(흑임자소 스)(1.5.6.13.) 배추김치(셀)(9 .13.) 꿀떡(5.13.) 통그릴소시지도 피아(1.2.5.6.1 0.12.13.)	차수수밥 추어탕(5.6.13.) 매운버섯잡채(1. 5.6.8.13.) 돈육데리야끼구 이(5.6.10.13.) 배추김치(셀)(9. 13.) 아이스망고 상추(셀)&쌈장(셀)(5.6.13.) 쌈무	쌀밥(중) 미니탄면(1.2. 4.5.6.10.12.13. 15.18.) 마카로니콘샐러 드(1.5.6.13.) 수제왕돈까스/돈 까스소스(일품)(1.2.5.6.10.12.1 3.18.) 배추김치(셀)(9. 13.) 토마토&꿀(셀)(1 2.) 요구르트(2.)	기장밥 참치김치찌개(5 .6.9.13.) 참나물무침(셀) (5.6.) 진미채고추장조 림(5.6.13.17.) 뽕잎참쌀도넛(1 .2.5.6.13.) 퀴진더블스테이 크(1.5.6.10.16 .) 깍두기(셀)(9.1 3.) 데미소스(6.12. 13.16.) 복숭아홍차(11)	치밥(1.2.5.6.1 2.13.15.16.18.) 복어채감자국(1 3.) 까르보나라(1.2 .5.6.10.13.) 배추김치(셀)(9 .13.) 말기요거트드레 싱(셀)(1.2.5.) 참깨드레싱(셀) (5.) 오렌지 양상추샐러드(셀)(5.12.13.)	무생채보리비빔 밥(소-양념장)(5.6.13.) 바지락수제비(일품)(5.6.9.13 .18.) 오이부추무침(셀)(13.) 수제탕수육&소 스(1.5.6.10.13 .) 배추김치(셀)(9 .13.) 청포도 우리밀슈크림봉 어빵(1.2.5.6.1 3.)	찰보리밥 얼큰순대국(5.6 .9.10.13.) 브로콜리숙회(셀)/초장(셀)(5 .6.13.) 버섯오리주물럭 (5.6.13.) 볼어묵골소스볶 음(1.5.6.13.) 배추김치(셀)(9 .13.) 애플라임푸딩(1 .5.13.)
영양성분	에너지/단백질 /칼슘/철분 924.7/42.7/27 6/6.1	에너지/단백질 /칼슘/철분 788.3/57/225. 8/6.1	에너지/단백질 /칼슘/철분 917.9/52.4/16 6.9/3.4	에너지/단백질 /칼슘/철분 819.8/41.6/15 5.7/6	에너지/단백 질/칼슘/철분 931/44/185.3 /3.6	에너지/단백 질/칼슘/철분 840.1/64.7/3 45.2/20.2	에너지/단백 질/칼슘/철분 931.6/45.9/1 55.8/7.6
요일	6월1일(월)	6월2일(화)	6월3일(수)	6월4일(목)	6월5일(금)	6월6일(토)	6월7일(일)
주식	찰현미밥 얼큰콩나물국(5.9.13.) 닭김치볶음(5. 6.9.13.15.) 두부구이/양념 장(1.5.6.) 삼치엿장구이(셀)(5.6.13.) 깍두기(셀)(9. 13.) 오렌지	잔치국수(일품)(1.5.6.9.13.) 무말랭이무침(셀) (5.6.13.) 깐풍만두(비비고) (1.5.6.10.13.1 6.18.) 배추김치(셀)(9. 13.)샐러드미니 버거(버터롤)(1. 2.5.6.13.) 양념장(잔치국수 -일품)(5.6.) 초간장(셀)(5.6. 13.)	찰흑미밥 동태찌개(5.6.13 .18.) 느타리애호박볶 음(셀)(5.9.13.) 소세지야채볶음(2.5.6.10.12.13. 15.) 도통동그랑땡전2 (1.2.5.6.10.15. 16.) 배추김치(셀)(9. 13.) 키위(반쪽)	쌀밥(셀) 어묵무국(1.5.6 .13.) 쫄면(계란)&양 념장(일품)(1.5 .6.13.18.) 불고기피자(2.5 .6.10.12.14.15 .16.) 배추김치(셀)(9 .13.) 갈릭딤핑소스(1 .2.5.6.) 빅썬(사과)(5.1 3.) 단무지(셀)	찰현미밥 얼큰순두부찌개 (1.5.6.9.10.13 .) 돼지갈비찜(5.6 .8.10.13.) 오코노미야끼전 (1.5.6.13.) 배추김치(셀)(9 .13.) 파인애플 물다시마(셀)/ 초장(셀)(5.6.1 3.)	기장밥 닭개장(13.) 두부조림(5.6.1 3.) 시금치나물(셀) (5.6.) 에그토르티아까 스(1.2.5.6.10. 13.) 미니생참깨볼(1 .2.5.6.13.) 배추김치(셀)(9 .13.) 돈까스소스-2kg (5.6.12.13.)	날치알새우볶음 밥(5.6.9.13.) 얼갈이된장국(5 .6.13.) 무말랭이무침(셀)(5.6.13.) 수제닭봉데리야 끼구이(5.6.13. 15.) 팔미어파이(1.2 .5.6.13.) 배추김치(셀)(9 .13.) 오이피클(셀)(1 3.) 요구르트(2.)
영양성분	에너지/단백질 /칼슘/철분 770.6/45.3/19 8.6/4.7	에너지/단백질 /칼슘/철분 908.8/30/136. 1/2.4	에너지/단백질 /칼슘/철분 780.8/39.8/16 2.6/5.2	에너지/단백질 /칼슘/철분 856.1/31/168. 5/9.5	에너지/단백 질/칼슘/철분 811.5/44.9/1 76.8/4.9	에너지/단백 질/칼슘/철분 813.5/52.6/1 73.3/5.6	에너지/단백 질/칼슘/철분 835.4/43/286 .2/4.4

요일	6월8일(월)	6월9일(화)	6월10일(수)	6월11일(목)	6월12일(금)	6월13일(토)	6월14일(일)
주식	<p>찰흑미밥(셀) 두부김치국(5.9.13.) 고등어무조림(셀)(5.6.7.13.) 부추잡채&꽃빵(5.6.10.13.) 순살닭고구마볶음(5.6.13.15.) 깍두기(셀)(9.13.) 누룽지(셀) 사과(셀) 청포도</p>	<p>기장밥(셀) 얼큰어묵무국(1.5.6.13.) 한우메추리알장조림(1.5.6.13.16.) 참나물야채전(1.5.6.) 배추김치(셀)(9.13.) 누룽지(셀) 초간장(셀)(5.6.13.) 깨찰김부각(셀)(5.13.) 시리얼(프로스트콘)/우유(2.5.6.13.)</p>	<p>찰현미밥(셀) 얼큰순두부찌개(1.5.6.9.10.13.) 한우탕평채(2.5.6.13.16.) 순살치킨까스(80g)(1.5.6.13.15.) 배추김치(셀)(9.13.) 누룽지(셀) 돈까스소스-2kg(5.6.12.13.) 배(셀) 오렌지 물다시마(셀)/초장(셀)(5.6.13.)</p>	<p>서리태밥(셀)(5.) 얼큰새우탕(5.6.9.13.) 얼갈이나물(셀)(5.6.) 부들어묵고추장볶음(1.5.6.13.) 더블치즈스테이크(110g)(1.2.5.6.10.16.) 배추김치(셀)(9.13.) 누룽지(셀) 스테이크소스(5.6.12.13.16.) 시리얼(첵스)/우유(2.5.6.13.)</p>	<p>찰보리밥(셀) 얼큰북어채무국(13.) 야채계란찜(1.5.9.13.) 취나물무침(셀)(5.6.) 돈육간장불고기(5.6.10.13.) 배추김치(셀)(9.13.) 누룽지(셀) 골드키위쥬스(5.13.)</p>	<p>찰흑미밥(셀) 참치김치찌개(5.6.9.13.) 청경채나물(셀)(5.6.) 닭감자볶음(간장)(5.6.13.15.) 진미채고추장조림(5.6.13.17.) 깍두기(셀)(9.13.) 누룽지(셀) 시리얼(오레오오즈)/우유(2.5.)</p>	<p>찰현미밥 아욱된장국(5.6.9.13.) 아귀콩나물찜(셀)(5.6.13.) 등심돈까스(1.5.6.10.) 배추김치(셀)(9.13.) 누룽지(셀) 브라우니(1.2.5.6.13.) 돈까스소스-2kg(5.6.12.13.) 도시락김(5g)(13.)</p>
에너지	에너지/단백질/칼슘/철분 899.7/58.6/156.7/6.1	에너지/단백질/칼슘/철분 982.5/41.2/354.1/7	에너지/단백질/칼슘/철분 815.6/37/219.1/7.2	에너지/단백질/칼슘/철분 956.9/43.3/411.7/4.6	에너지/단백질/칼슘/철분 858.4/45.8/143.2/4.5	에너지/단백질/칼슘/철분 949.6/55.6/398.4/6.6	에너지/단백질/칼슘/철분 738.7/36.3/286.1/5.1
요일	6월8일(월)	6월9일(화)	6월10일(수)	6월11일(목)	6월12일(금)	6월13일(토)	6월14일(일)
주식	<p>매운잡채덮밥(1.5.6.8.13.) 가쓰오장국(1.5.6.9.13.) 단무지무침(셀) 생선까스&타르타르소스(1.2.5.6.13.) 배추김치(셀)(9.13.) 짜장소스(반찬칸)(5.6.10.13.) 초코칩쿠키(1.2.5.6.13.)</p>	<p>차수수밥 조랭이떡국(1.6.13.) 돼지갈비찜(5.6.8.10.13.) 두부구이/양념장(1.5.6.) 꿀치고추장구이(셀)(5.6.13.) 배추김치(셀)(9.13.) 방울토마토(12.)</p>	<p>콩나물국밥(일품-데친오징어)(5.9.13.17.) 상추부추무침(셀)(5.6.13.) 수제치킨불닭소스구이(1.2.5.6.13.15.) 깍두기(셀)(9.13.) 모닝빵안버터(1.2.5.6.13.) 도시락김(5g)(13.)</p>	<p>기장밥 부대찌개&라면사리(1.2.5.6.9.10.13.15.) 시금치나물(셀)(5.6.) 버섯오리주물럭(5.6.13.) 해물완자전(1.5.6.8.9.18.) 배추김치(셀)(9.13.) 파인애플 갯잎무쌈</p>	<p>쌀밥(셀) 푼고추된장무침(셀)(5.6.) 배추김치(셀)(9.13.) 장각영양닭죽(일품)(13.15.) 치킨소스(매콤)(5.6.12.13.) 망고생크림와플(1.2.5.6.13.) 모듬야채튀김(1.5.6.)</p>	<p>쌀밥(셀) 한우육개장칼국수(5.6.13.16.18.) 뽕잎참쌀도넛(1.2.5.6.13.) 속가득납작왕군만두(1.5.6.10.) 배추김치(셀)(9.13.) 초간장(셀)(5.6.13.) 단무지(셀) 요구르트(2.)</p>	<p>찰보리밥 얼큰북어채무국(13.) 시금치나물무침(셀)(5.6.) 돈육고추장불고기(5.6.10.13.) 어묵잡채(1.5.6.8.10.13.) 배추김치(셀)(9.13.) 초간장(셀)(5.6.13.) 골드키위쥬스(5.13.)</p>
에너지	에너지/단백질/칼슘/철분 967.5/31.7/149.3/3.4	에너지/단백질/칼슘/철분 906.2/49.7/141.2/4.7	에너지/단백질/칼슘/철분 942.1/57/150.5/5.5	에너지/단백질/칼슘/철분 959.6/41.8/193.8/7.3	에너지/단백질/칼슘/철분 879.4/41.2/152.8/4.9	에너지/단백질/칼슘/철분 780.4/26.7/124.1/6.2	에너지/단백질/칼슘/철분 854.1/39.4/122.4/3.3
요일	6월8일(월)	6월9일(화)	6월10일(수)	6월11일(목)	6월12일(금)	6월13일(토)	6월14일(일)
주식	<p>찰현미밥 돈육김치찌개(5.6.9.10.13.) 콩나물무침(고추가루-셀)(5.) 야채계란말이(1.5.13.) 남도떡갈비구이(5.6.10.13.) 깍두기(셀)(9.13.) 데리야끼파채(5.6.13.) 바나나</p>	<p>비빔밥(1.5.6.13.) 팽이버섯된장국(5.6.9.13.) 건과류멸치볶음(셀)(4.5.6.9.13.14.) 또띠아치즈소시지롤(1.2.5.6.10.12.13.15.) 배추김치(셀)(9.13.) 약고추장(5.6.10.13.) 배즙(5.13.) 곡물바(5.)</p>	<p>찰흑미밥 꽃게탕(8.13.18.) 명엽채간장조림(5.6.13.) 고사리들깨볶음(셀)(13.) 감자샐러드알떡스테이크(1.5.6.10.13.15.) 배추김치(셀)(9.13.) 사과(셀) 시나몬츄러스(1.2.5.6.13.)</p>	<p>김가루주먹밥(13.) 유부된장국(5.6.13.) 불고기볶음우동(고추장-일품)(5.6.10.13.) 꽃맛살콘샐러드(1.5.6.13.18.) 소떡소떡&소스(1.2.5.6.10.12.13.) 배추김치(셀)(9.13.) 엔요(2.)</p>	<p>찰현미밥 얼큰어묵무국(1.5.6.13.) 연근조림(셀)(5.6.13.) 오징어김치전(1.5.6.9.13.17.) 미니돈까스/케첩(1.5.6.10.12.13.15.) 배추김치(셀)(9.13.) 블루베리파이(1.2.5.6.13.) 핫초코(2.13.)</p>	<p>기장밥 청국장찌개(5.9.13.) 낙지콩나물찜(5.6.13.) 무생채(셀)(9.13.) 돈육갯잎전(1.5.6.10.13.) 배추김치(셀)(9.13.) 초코롤케익(1.2.5.6.13.) 초간장(셀)(5.6.13.) 청포도</p>	<p>우리팜김치볶음밥(2.5.6.9.10.13.) 얼갈이된장국(5.6.9.13.) 오복채무침(셀)(5.6.13.) 고구마맛탕(5.13.) 치즈스위트콘구이(1.2.5.13.) 깍두기(셀)(9.13.) 율무차(2.)</p>
에너지	에너지/단백질/칼슘/철분 831.3/44.8/167.8/5.5	에너지/단백질/칼슘/철분 933.5/39/244.6/6.1	에너지/단백질/칼슘/철분 939.5/41.2/209.3/4.6	에너지/단백질/칼슘/철분 951.1/39.2/332.8/10.1	에너지/단백질/칼슘/철분 818.5/35/170.6/4.7	에너지/단백질/칼슘/철분 802.6/52.6/238.2/6.9	에너지/단백질/칼슘/철분 910.6/29.3/339.1/4.5