

발행일: 2019. 06. 25.	가정통신문		부서: 행정실	
			담당자: 학비담당 김세형	
(54572) 전북 익산시 금마면 고도길 85	교무실	TEL (063)836-6012 FAX (063)724-4252	행정실	TEL (063)836-6010 FAX (063)836-8683

2019학년도 7월 학교급식비 및 기숙사비를 아래와 같이 납입고지 하오니 **2019. 7. 1(월) 까지** 해당 금액을 납부하여 주시기 바랍니다.

1. 7월 학교급식비

구분	금액	산출기초	비고
1주차 귀가	108,000원	• 3,600원*30식 = 108,000원	• 기간 : 7/1 ~ 7/17 • 방학일 : 7/17(수)
매주 귀가	90,000원	• 3,600원*25식 = 90,000원 - 토요일 조식포함	
통학	39,600원	• 3,600원*11식 = 39,600원	

2. 납부 기한 및 방법

가. 납부기간: 2019. 6. 25.(화) ~ 7. 1.(월)

나. 이체예정일: 매주 화, 목요일 - 해당 요일에 잔고 있을 시 수납됨.

다. 납부방법: 스쿨뱅킹 및 신용카드(신용카드 신청자에 한함)

※ 스쿨뱅킹 신청계좌의 잔액 부족 시 출금되지 않으니, 반드시 통장 잔고를 확인바랍니다.

2019. 06. 25.



IKSAN HIGH SCHOOL
익산고등학교장
(직인생략)

발행일: 2019. 06. 25.	가정통신문		익산고등학교	
			식생활관	
(54572) 전북 익산시 금마면 고도길 85	교무실	TEL (063)836-6012 FAX (063)724-4252	행정실	TEL (063)836-6010 FAX (063)836-8683

식품안전에 대한 사회적인 관심이 높아감에 따라 학생들에게 제공되는 학교급식 식단에 식재료 원산지뿐 아니라 **알레르기 유발식품 표시제를 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 본교에서도 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**입니다. 이들 식품을 사용하거나 이들 식품의 성분을 함유한 식품 또는 식품 첨가물을 이용한 식품이 사용된 음식명에 해당 알레르기 유발식품이 아래와 같이 번호로 표시됩니다.

해당식품에 특정증상을 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.

2019. 06. 25.



IKSAN HIGH SCHOOL
익산고등학교장

(직인생략)

“미래의 지도자를 양성하는 학교” “전국 자율학교의 선도학교”

발행일: 2019. 06. 25.	가정통신문	익산고등학교
		식생활관
(54572) 전북 익산시 금마면 고도길 85	교무실	TEL (063)836-6012 FAX (063)724-4252
	행정실	TEL (063)836-6010 FAX (063)836-8683

요일	7월 1일(월)	7월 2일(화)	7월 3일(수)	7월 4일(목)	7월 5일(금)	7월 6일(토)	7월 7일(일)
조식	<ul style="list-style-type: none"> 현미밥 부대찌개 1.2.5.6.9.10. 시금치나물무침(1) 해물완자달걀전 1.5.6.9. 배추김치 9. 골드키위 	<ul style="list-style-type: none"> 쌀보리밥(1) 노가리채미역국 제육볶음(전지+후지) 5.6.10. 초핑햄감자채볶음 1.2.5.6.10. 두부달걀전/양념장 1.5.6. 배추김치 9. 	<ul style="list-style-type: none"> 차조밥 감자수제비국 6. 미트볼칠리소스조림 2.5.6.10.12.13. 깻잎양념지 5.6.13. 배추김치 9. 비타초코우유(청) 2.13. 	<ul style="list-style-type: none"> 보크라이스(쇠고기) 1.5.6.9.13. 시금치된장국(친환경) 5.6. 찰떡볶은어묵조림 1.5.6.12.13. 상추겉절이(+부추)-친환경 5.6. 배추김치 9. 사과(홍로) 	<ul style="list-style-type: none"> 기장밥 참치김치찌개 5.9. 비엔나야채볶음 2.6.10.12. 야채달걀찜 1.2.9. 미역오이초무침(1) 깍두기 9. 	미운영	미운영
중식	<ul style="list-style-type: none"> 기장밥 닭미역국 5.6. 상추겉절이(+부추)-친환경 5.6. 곱창낙지볶음 10. 깍두기 9. 군만두(철판) 5.6.10. 공통양념(매일점심)-친환경 	<ul style="list-style-type: none"> 흑미밥 순두부찌개 5.10.13. 오이고추된장무침 5.6. 무쌈(4) 13. 고구마단호박전(친환경) 1.5. 닭갈비구이(구이용) 5.6.12.13.15.16.18. 배추김치 9. 공통양념(매일점심)-친환경 	<ul style="list-style-type: none"> 흑미밥 유부조밥(네모) 3.5. 열무냉면 1.3.5.13. 대패삼겹살불고기(삼+전) 2.5.6.10.13. 냉면무김치 13. 수박(50인) 공통양념(매일점심)-친환경 	<ul style="list-style-type: none"> 혼합잡곡밥 5. 아구해물탕 5. 참나물오리엔탈소스무침 2.6. 매밀김치전병(70) 2.3.5.6. 수제떡갈비&감자샐러드 1.2.5.6.10.12.13.16. 깍두기 9. 공통양념(매일점심)-친환경 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경수수밥 말은콩나물국(친환경) 5. 초핑햄감자채볶음 1.2.5.6.10. 오리주물럭(고구마)&깻잎무쌈 2.5.6.13. 배추김치 9. 아추(아이스크림쥬러스) 1.2.5.6.13. 공통양념(매일점심)-친환경 	미운영	미운영
석식	<ul style="list-style-type: none"> 쌀보리밥(1) 순대국(일품) 5.6.10. 깻잎양념지 5.6.13. 사각어묵볶음 5.6. 오징어까스/타르타르소스 1.5.6.13. 배추김치 9. 	<ul style="list-style-type: none"> 오삼불고기덮밥 10. 얼갈이배추된장국(친환경) 5.6. 단무지채무침(포들) 새우샐러드(어니언유자) 1.5.6.9.12.13. 배추김치 9. 아이스슈(바바리안) 1.2.5.6.13. 	<ul style="list-style-type: none"> 현미밥 부대찌개 1.2.5.6.9.10. 깻잎순볶음(돼지) 5.6.10. 양념김구이 삼치소금구이(뼈有)/간장 깍두기 9. 	<ul style="list-style-type: none"> 검정콩밥 5. 떡만두국(새알만두 4개) 1.5.6.10.13. 춘천닭갈비(고추장-고구마) 5.6.8. 건설우애호박나물볶음 9.13. 배추김치 9. 곤약젤리(돌) 2.5.13. 	미운영	미운영	미운영

2019. 06. 25.



IKSAN HIGH SCHOOL
익산고등학교장

(직인생략)

“미래의 지도자를 양성하는 학교” “전국 자율학교의 선도학교”

발행일: 2019. 06. 25.	가정통신문	익산고등학교	
		식생활관	
(54572) 전북 익산시 금마면 고도길 85	교무실	TEL (063)836-6012 FAX (063)724-4252	행정실 TEL (063)836-6010 FAX (063)836-8683

요일	7월 8일(월)	7월 9일(화)	7월 10일(수)	7월 11일(목)	7월 12일(금)	7월 13일(토)	7월 14일(일)
조식	<ul style="list-style-type: none"> 현미밥 사각어묵국1.5.6.13. 매운콩나물무침(1)5. 건파래자반 낙지당면볶음5.6.8. 깍두기9. 	<ul style="list-style-type: none"> 무말랭이무침 참치김치볶음5.9. 누룽지탕 콩푸레이크(아몬드)/우유2.5.6.13. 맥모닝1.2.5.6.10.12.13. 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경수수밥 복어달걀국1.5. 콩치김치조림(통)9.13. 미니새송이버섯볶음 싸먹는햄(아침, 구이한판)2.6.10. 배추김치9. 사과(홍로) 	<ul style="list-style-type: none"> 햄계란볶음밥(아침) 1.2.5.6.10.13. 콩나물김치국(멸치)5.9. 파리고추달걀장조림1.5.6. 오곡치킨너겟/머스터드소스1.5.6. 알타리무김치9. 짜요짜요(1개씩)2. 	<ul style="list-style-type: none"> 쌀보리밥(1) 순두부찌개5.10.13. 단호박돈갈비찜(후지)10. 치커리사과무침(친환경)13. 깍두기9. 고로케(고감콘)&케첩1.6.12.13. 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경수수밥 닭미역국5.6. 열무된장무침(친환경)5.6. 오징어채소볶음5.6. 스팸구이3(우리팜)1.2.6. 배추김치9. 	<ul style="list-style-type: none"> 혼합잡곡밥 5. 아묵국(친환경)5.6. 진미채조림1.5.6.13. 갯잎등그랑뎡(3)1.2.5.6.10. 깍두기9. 바나나
요일	7월 8일(월)	7월 9일(화)	7월 10일(수)	7월 11일(목)	7월 12일(금)	7월 13일(토)	7월 14일(일)
중식	<ul style="list-style-type: none"> 혼합잡곡밥 5. 육개장 파리고추매추리알조림1.5.6.13. 수육/쌈배추/쌈장5.6.10. 배추김치9. 망고수박 공통양념(매일점심)-친환경 	<ul style="list-style-type: none"> 검정콩밥 5. 물만두국-쇠고기 1.5.6.10. 목은지닭볶음탕5.6. 갯잎순볶음(돼지)5.6.10. 야채튀김1.5.6. 깍두기9. 공통양념(매일점심)-친환경 	<ul style="list-style-type: none"> 잡채밥/짜장소스 5.6.8.10. 흑미밥 찜뽕국6.9. 단무지채무침 방울탕수육&후르츠S1.5.6.10.11.12.13. 배추김치9. 요구르트(액상)로로-플레인맛2. 공통양념(매일점심)-친환경 	<ul style="list-style-type: none"> 쌀보리밥(1) 노가리채미역국 등뼈당면찜(갈비+등뼈)8.10. 숙주미나리무침(친환경) 마늘중탕볶음2.6.10. 깍두기9. 공통양념(매일점심)-친환경 	<ul style="list-style-type: none"> 주먹밥(김가루) 떡볶이(까르보나라)1.2.5.6.10.12.13. 무비트피클(깍두기)13. 양배추샐러드-치킨세트1.5.12.13.16. 카사바칩(허니버터)2.5. 반반치킨1.2.4.5.6.12.13.14.15.16.18. 배추김치9. 포카리(245) 공통양념(매일점심)-친환경 	<ul style="list-style-type: none"> 현미밥 목은지감자탕5.6.9.10.13. 우무묵냉국(오이냉국)13. 수제돈가스/소스1.5.6.10.12. 깍두기9. 복숭아11. 공통양념(매일점심)-친환경 	<ul style="list-style-type: none"> 흑미밥 햄계란볶음밥/짜장소스1.2.5.6.10.13.16. 콩나물김치국(멸치)5.9. 단무지채무침 새우샐러드(어니언양자)1.5.6.9.12.13. 배추김치9. 모듬에이드(청정,컵)5.13.
요일	7월 8일(월)	7월 9일(화)	7월 10일(수)	7월 11일(목)	7월 12일(금)	7월 13일(토)	7월 14일(일)
석식	<ul style="list-style-type: none"> 미니밥 탄탄멘(탄탄면,라면)1.2.4.5.6.9.10.12.13. 단무지채무침 배추김치9. 찜고기만두5.6.10. 쿨피스(혼합) 	<ul style="list-style-type: none"> 현미밥 돈육김치찌개(찌개)5.9.10. 청경채된장무침(친환경)5.6. 떡갈비(5,타원)&머스터드1.5.6.10.13. 알타리무김치9. 얼려먹는요구르트2. 	<ul style="list-style-type: none"> 흑미밥 닭곰탕(도리육)&당면사리1.8. 파리고추달걀장조림1.5.6. 김치육원전1.5.9.10.13. 깍두기9. 망고스틱(60g,개별)13. 	<ul style="list-style-type: none"> 친환경수수밥 얼큰만두전골(쫄면)3.1.2.5.6.9.10.13.15.16.18. 미역줄기볶음5.6. 가자미구이/양념장5.6. 배추김치9. 차두 	<ul style="list-style-type: none"> 기장밥 오리탕 오이고추된장무침5.6. 삼색소시지야채볶음2.6.10. 참치옥수수콘전1.5.6. 배추김치9. 	<ul style="list-style-type: none"> 유부초밥(네모,3) 5. 단무지채무침 라볶이1.5.6. 춘권튀김(5)1.6.10. 매실주스 	<ul style="list-style-type: none"> 흑미밥 감자수제비국6. 무쌈(4)13. 오삼불고기5.6.10. 고추튀김(2)1.5.6.10. 양념김구이 배추김치9.

2019. 06. 25.



IKSAN HIGH SCHOOL
익산고등학교장

(직인생략)

“미래의 지도자를 양성하는 학교” “전국 자율학교의 선도학교”

발행일: 2019. 06. 25.	가정통신문	익산고등학교
		식생활관
(54572) 전북 익산시 금마면 고도길 85	교무실 TEL (063)836-6012 FAX (063)724-4252	행정실 TEL (063)836-6010 FAX (063)836-8683

요일	7월 15일(월)	7월 16일(화)	7월 17일(수)	7월 18일(목)	7월 19일(금)	7월 20일(토)	7월 21일(일)
조식	<ul style="list-style-type: none"> 쌀보리밥(1) 쇠고기미역국 고추장멸치볶음(고추장)5.13. 옛날소시지전 배추김치9. 비요프(랜덤)2.11. 	<ul style="list-style-type: none"> 파리고추매추리알조림(1) 무말랭이무침 누룽지탕 치즈케이크1. 사과(홍로) 바나나우유(180)2. 	<ul style="list-style-type: none"> 현미밥 사각어묵국1. 미트볼칠리소스조림2.5.6.10.1 매운콩나물무침(1)5. 알감자버터구이(중이컵)1.2.5. 배추김치9. 				
중식	<ul style="list-style-type: none"> 주먹밥(김가루) 메밀소바(일품)1.3.5.6. 야채샐러드&참깨흑임자D1.4. 배추김치9. 피자돈까스(치킨까스)1.2.5.6. 시리얼단호박샐러드1.2.5.6.13 요구르트(남양)2. 공통양념(매일점심)-친환경 	<ul style="list-style-type: none"> 혼합잡곡밥 5. 오징어무국5. 치즈닭갈비2. 마늘중앙념무침 야채달걀말이 각두기9. 공통양념(매일점심)-친환경 	<ul style="list-style-type: none"> 흑미밥 맑은유부우동국물(중식)1.5.6. 매콤해물볶음우동5.6.8.9.12.13. 왕새우튀김(2개씩)5.9. 배추김치9. 메로나쭈쭈바 공통양념(매일점심)-친환경 야채피클(모듬피클)13. 				
석식	<ul style="list-style-type: none"> 현미밥 아욱국(친환경)5.6. 오리훈제/머스터드소스1.5. 양파부추겉절이 메밀김치전병(70)2.3.5.6. 배추김치9. 	<ul style="list-style-type: none"> 장조림버터밥 콩나물김치국(멸치)5.9. 무비트피클(각둑)13. 회오리감자(치즈맛)5. 배추김치9. 오라메(음료) 	미운영				

2019. 06. 25.



IKSAN HIGH SCHOOL

익산고등학교장

(직인생략)