

3월 학교급식 식단 안내

	월요일	화요일	수요일	3월 1일 목요일	3월 2일 금요일
조식				3.1절 휴일	토요일
중식					
석식					
	3월 4일	3월 5일	3월 6일	3월 7일	3월 8일
조식	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경백미밥 • 물만두달걀국 (1.5.6.10.16.18) • 도토리묵/양념장 • 돈육오징어볶음(10.17) • 배추김치(9) • 떠먹는요구르트 (요거특)(2.6) 	<ul style="list-style-type: none"> • 참치야채죽(5.16.18) • 배추김치(9) • 달걀햄치즈토스트 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) • 크랜베리아몬드그레놀라/우유(2.5.6) • 조각사과 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경백미밥 • 누룽지 • 간장어묵조림(1.5.6) • 양념깻잎지(5) • 주꾸미삼겹살볶음 (5.6.10.13.18) • 매콤김치볶음(9) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경백미밥 • 열무된장국(5.6) • 떡갈비데리야끼조림 (5.6.10.13.15.16.18) • 참소라야채무침 • 배추김치(9) • 동바나나우유(2) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경백미밥 • 두부김치국(5.9) • 미트볼야채조림 (1.2.5.6.10.13.15.16.18) • 콘샐러드(1.5.13) • 바삭한치킨너겟/머스타드(1.2.5.6.13.15) • 깍두기(9)
중식	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5) • 돈육순두부찌개 (1.5.6.10) • 시금치나물 • 닭강자볶음(5.6.15) • 파래김자반 • 봉동겉절이(5.6) • 복덩이옹이쌈슈 (1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5) • 소고기미역국(16) • 콩나물무침(5) • 돈육김치볶음(9.10) • 매콤로제떡볶이 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) • 총각김치(9) • 딸기 	<ul style="list-style-type: none"> • 추가밥 • 바지락칼국수 (5.6.9.18) • 왕만두/간장 (1.5.6.10.16.18) • 마늘종락교무침 • 통살닭꼬치/양념소스 (5.6.12.13.15) • 배추겉절이(13) • 진한망고주스(13) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5) • 꽃게탕(8.18) • 두부팽이버섯조림(5.6) • 양배추찜/쌈장(5.6) • 간장돼지불고기 (5.6.10.13) • 배추겉절이(13) • 국화빵(슈크림)(1.2.6) 	<ul style="list-style-type: none"> • 비빔밥/약고추장 (5.6.10.16) • 숙련장국(5.6) • 감자채맛살볶음 • 계란후라이(1) • 우리쌀떡함박스테이크/소스(1.2.5.6.10.12.13.15.16) • 배추김치(9) • 제주감귤주스(13)
석식	<ul style="list-style-type: none"> • 제육당면덮밥 (5.6.10.13) • 냉이된장국(5.6) • 상추치커리겉절이(5.6) • 새우튀김/칠리소스 (1.5.6.9.12.13) • 배추김치(9) • 쿠키번(1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5) • 동등빠감자탕(10) • 바베큐소스닭조림 (6.12.13.15) • 숙주나물 • 오징어김치전 (1.5.6.9.17) • 배추김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5) • 짬뽕수제비국 (5.6.9.13.17.18) • 열갈이고추장무침 • 돈육떡볶음(5.6.10) • 마늘행구이/케첩 (1.2.5.6.10.12.15.16) • 배추김치(9) • 짜먹는워터젤리(망고) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5) • 돼지고기짜글이찌개 (5.9.10) • 계란장조림(1.5.6) • 청포묵상추무침 • 닭살떡볶음(15) • 깍두기(9) • 오프크랜베리쿠키 (1.2.4.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5) • 새알만두달걀(1.5.6.10.15.16.18) • 돈육참스테이크 (1.2.5.6.10.12.13.16) • 해물볶음우동 (5.6.9.13.17.18) • 호박버섯볶음 • 배추김치(9)

	3월 11일	3월 12일	3월 13일	3월 14일	3월 15일
조식	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경백미밥 · 열갈이된장국(5.6) · 진미채조림(5.6.17) · 닭감자볶음(5.6.15) · 하트치즈연어가스/칠리소스(1.2.5.6.12.13) · 배추김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> · 소고기낙지죽(16) · 피자토스트(1/2)(1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 배추김치(9) · 오레오오즈/우유(2.5.6) · 오렌지 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경백미밥 · 연두부맑은국(5) · 메추리알곤약조림(1.5.6.13) · 매콤채볶음(5.6.10.13.18) · 배추김치(9) · 아몬드후레이크/우유(2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경백미밥 · 소고기떡국(16) · 참치김치볶음(5.9.16.18) · ㅋㅋ돈가스(5.6.10.12.13.16.18) · 짬두기(9) · 비피더스(사과)(2) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 매콤콩나물국(5) · 바베큐소스닭조림(6.12.13.15) · 마카로니샐러드(1.5.6.13) · 배추김치(9) · 브라우니쿠키(1.2.5.6)
중식	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 한우육개장(13.16) · 야채계란찜(1.2) · 청경채무침(5.6) · 눈꽃치즈볼닭(2.5.6.13.15) · 배추김치(9) · 수제애플망고라떼(2.13) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 매콤콩나물볶어국(5) · 오이달래무침(5.6) · 비엔나야채볶음(2.5.6.10.15.16) · 데리야끼닭봉구이(5.6.13.15) · 배추김치(9) · 듀얼썸파이(1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> · 돈육카레라이스(2.5.6.10.12.13.16.18) · 팽이버섯두부된장(5.6) · 고들단무지무침 · 양상추샐러드/참깨드레싱(5.6.12.13) · 치즈등쪽돈가스(1.2.5.6.10.12.13.18) · 배추김치(9) · 요구르트(2) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 간새우미역국(9) · 간장돼지갈비떡찜(5.6.10.13) · 매콤콩나물무침(5) · 고추잡채(5.6.10.13.18) · 배추겉절이(13) · 치즈에그타르트(1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> · 추가밥 · 해물짬뽕면(대)(5.6.9.13.17.18) · 유자단무지맛살냉채(5.6.13) · 과일요거트샐러드(2.12) · 꺾바로우/소스(1.5.6.10.12.13.18) · 배추김치(9)
석식	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 나가사끼짬뽕국(6.9.13.17.18) · 삼치무조림(5.6) · 배추무침 · 파채탕수육(1.5.6.10.12.13.18) · 총각김치(9) · 청사과에이드 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 얼큰무채국 · 꽃맛살브로콜리샐러드/참깨드레싱(1.5.6.8.18) · 닭고구마볶음(5.6.15) · 두부달걀전/양념(1.5.6) · 트리플치즈크리스마스파이(1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 배추김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경백미밥 · 참치김치찌개(5.9.16.18) · 미나리무생채 · 오리떡볶음(5.6) · 수제햄오믈렛(1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 총각김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 소고기배추국(16) · 오이치커리무침(5.6) · 고추장어묵볶음(1.5.6) · 데리야끼멘츠카츠/소스(1.2.5.6.10.12) · 짬두기(9) · 조각파인애플 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경백미밥 · 아육된장국(5.6) · 고구마생크림샐러드(1.2.5) · 뼈없는닭갈비(5.6.15) · 관쇼새우(1.5.6.9.12.13) · 배추김치(9)
	3월 18일	3월 19일	3월 20일	3월 21일	3월 22일
조식	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경백미밥 · 시금치된장국(5.6) · 오이부추무침 · 고추장어묵볶음(1.5.6) · 어니언떡갈비/소스(1.2.5.6.10.15) · 배추김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> · 짬뽕죽(5.6.9.13.18) · 짬두기(9) · 콘푸레이크/우유(2.5.6) · 에그마요샌드위치(1.2.5.6.13) · 딸기 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경백미밥 · 얼큰닭무국(15) · 황도토마토샐러드(5.6.11.12) · 오리훈제부추볶음(5.6.13.18) · 배추김치(9) · 미니애플파이(1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경백미밥 · 바지락무국(18) · 매콤콩나물무침(5) · 간장양념돼지등심불고기(5.6.10.13) · 배추김치(9) · 오레오오즈/우유(2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경백미밥 · 소고기배추국(16) · 파리고추돼지고기장조림(5.6.10) · 상추부추무침(5.6) · 파래오징어가스/케첩(1.5.6.12.17.18) · 배추김치(9)
중식	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 김치어묵국(1.5.6.9) · 크림소스미트볼(1.2.5.6.10.13.15.16) · 봉추찜닭(5.6.12.13.15) · 상추겉절이(5.6) · 총각김치(9) · 딸기 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 새알만두달걀국(1.5.6.10.15.16.18) · 봉동된장무침(5.6) · 깻잎무쌈 · 오리야채볶음(5.6) · 해물야채전(1.5.6.9.13.17) · 짬두기(9) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 된장찌개(5.6) · 매콤콩나물무침(5) · 한우버섯불고기(5.6.13.16) · 새우튀김도피아를(1.2.5.6.9.12.13) · 배추겉절이(13) · 엔요요구르트(2) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 영양닭죽(15) · 돈등뼈김치찜(9.10) · 오이부추무침 · 카레갈치구이(2.5.6.12.13.16.18) · 짬두기(9) · 통초코칩패스츄리(1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> · 햄김치볶음밥(1.2.5.6.9.10.13.15.16) · 쪽파계란국(1) · 치커리유자청무침(1.2.5.6) · 과일요거트샐러드(2.12) · 수제순살치킨/양파크림소스(1.2.5.6.15) · 파김치(9)
석식	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 소고기사골떡국(13.16) · 양념깻잎지(5) · 돈육주꾸미볶음(5.6.10.13.18) · 짬두기(9) · 갈릭파이(1.2.5.6) · 샤인머스켓 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 배추들깨국 · 시래기고등어조림(7) · 실곤약야채무침(5.6.13) · 간장돼지불고기(5.6.10.13) · 짬두기(9) · 달고나우유마카롱(1.2.6) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 곰탕/소면(5.6.13.16) · 부추겉절이(5.6) · 돈육야채볶음(5.6.10) · 치즈그릴비엔나볶음(2.5.6.10.15.16) · 짬두기(9) 	<ul style="list-style-type: none"> · 김가루주먹밥 · 가스오유부장국(1.2.5.6.7.9.13.18) · 찰순대찜+깨소금(2.5.6.10.13.16) · 매콤떡볶이(1.2.5.6.13) · 김말이/오징어링튀김(1.5.6.12.13.16.17) · 배추김치(9) · 쿨피스(복숭아)(11.12) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 부대찌개(1.2.5.6.9.10.15.16) · 갯손나물 · 사과샐러드(1.5.11) · 오징어떡볶음(5.6.13.17.18) · 두부담은찰도그를(1.2.5.6.10.12.13.15) · 배추김치(9)

	3월 25일	3월 26일	3월 27일	3월 28일	3월 29일
조식	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경백미밥 · 건새우시금치국(5.6.9) · 오이무침(5.6) · 피자돈까스/소스(1.2.5.6.10.12.13.18) · 밥에싸먹는햄(1.2.5.6.10.15.16) · 배추김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> · 계란야채죽(1) · 배추김치(9) · 후르트리/우유(2.5.6) · 모닝빵버거(1.2.5.6.10.12.15.16) · 바나나 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경백미밥 · 소고기배추국(16) · 매콤닭봉그릴구이(5.6.13.15.18) · 스펀감자구이(1.2.5.6.10.15.16) · 맛김 · 깍두기(9) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경백미밥 · 누룽지 · 어묵피망볶음(1.5.6) · 매콤김치볶음(9) · 치킨텐더/머스타드(1.5.6.13.15.18) · 콘푸레이크/우유(2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경백미밥 · 소고기사골떡국(13.16) · 청경채무침(5.6) · 연양식반달볼고기/소스(1.2.5.6.10.11.12.13.15.16) · 배추김치(9) · 딸기크림케이크(1.2.5.6)
중식	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 순대국(2.5.6.10.13.16) · 콩나물무침(5) · 단호박닭볶음(15) · 야채달걀말이(1) · 배추김치(9) · 토마토베리샐러드(1.2.5.6.12) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 냉이된장국(5.6) · 돼지수육(2.5.6.10.13) · 쫄면야채무침(5.6) · 상추/쌈장(5.6) · 배추겉절이(13) · 요거타임(사과)(2) 	<ul style="list-style-type: none"> · 추가밥 · 잔치국수/양념장(5.6) · 골뱅이야채무침(5.6) · 돈육콩나물볶음(5.6.10) · 고구마튀김(5.6) · 배추겉절이(13) · 포도주스(13) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 돈육김치찌개(5.9.10) · 오리훈제/머스타드(1.5.6.13) · 해물콩나물찜(5.6.9.13.17.18) · 부추겉절이(5.6) · 깍두기(9) · 딸기잼팔미어파이(1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> · 참치마요덮밥(1.5.6.13.16.18) · 유부된장국(5.6) · 도토리묵야채무침(5.6) · 매콤김치볶음(9) · 매콤돈육강정(1.5.6.10.12) · 조각파인애플
석식	<ul style="list-style-type: none"> · 간장계란밥(1.5.6) · 맑은콩나물북어국(5) · 도라지무생채 · 돈육김치볶음(9.10) · 소떡소떡/양념소스(1.5.6.10.12.13.15.16) · 총각김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경백미밥 · 한우육개장(13.16) · 열갈이고추장무침 · 오징어야채볶음/소면(5.6.13.17.18) · 녹두만두전(1.5.6.10) · 배추김치(9) · 치즈에그타르트(1.2.5.6) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 닭미역국(15) · 떡갈비데리야끼조림(5.6.10.13.15.16.18) · 비빔야채만두(1.5.6.10.15.16.18) · 느타리버섯볶음 · 배추김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 어묵무국(1.5.6.7.13.18) · 참나물도라지초무침(5.6) · 닭감자볶음(5.6.15) · 햄전/케첩(1.2.5.6.10.12.15.16) · 배추김치(9) 	<ul style="list-style-type: none"> · 친환경잡곡밥(5) · 감자들깨국 · 춘천식닭갈비(5.6.15) · 잡채크로켓/케첩(1.2.5.6.12.15.16) · 배추김치(9) · 키위사과주스(13)

○ 학교사정과 식품수급 상황에 따라 위 식단(식재료) 및 원산지가 변경될 수 있습니다.

○ **우리학교 급식은** 쌀(국내산친환경),김치(배추:국내산,고춧가루:국내산),축산물(소:국내산,돼지:국내산,닭:국내산,오리:국내산),수산물(갈치·명태·낙지 :수입산, 오징어·고등어 :국산) 식육가공품 :국내산·수입산을 사용합니다.

○ **알레르기 유발 식품** - ①난류(가금류)②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기⑪복숭아⑫토마토⑬아황산염⑭호두⑮닭고기⑯닭고기⑰오징어⑱조개류(굴,전복,홍합포함)⑲잣

위의 식품 중 알레르기가 있는 학생은 식생활관에서 지도할 수 있도록 알려주시기 바랍니다. 아울러 식품알레르기가 심각한 학생은 **건강과 안전을 위해 병원 진단 및 치료**를 받거나, 해당 식품을 섭취하지 않도록 가정에서도 **연계하여 잘 지도**해 주시기 바랍니다.

○ 학교홈페이지 급식게시판에 축산물이력번호를 게시하고 있습니다.