

♥ 식단표 ♥

	9월02일(월)	9월03일(화)	9월04일(수)	9월05일(목)	9월06일(금)
중 식	<ul style="list-style-type: none"> • 잡곡밥 • 어묵탕 5,6,16,18 • 사태김치찜 5,6,9,10,13 • 피자돈카츠/케찹1,2,5,6,10,12,16 • 오이초무침5,6 • 깍두기 6,9 • 망고푸딩 2 • 구운김(개)-학교공급 	<ul style="list-style-type: none"> • 잡곡밥 • 소고기무국 5,6,16 • 통새우까스 1,5,6,9,16,17 • 비엔나볶음 5,6,10,12,15,16 • 콘슬로우샐러드 1,5,16 • 배추김치 6,9 • 초코머핀 1,2,5,6 	<ul style="list-style-type: none"> • 잡곡밥 • 콩나물국5,6 • 닭불고기 6,9,15,18 • 진미채무침 5,6,17 • 건파래볶음 5 • 배추김치 6,9 • 멘보샤 1,5,6,8,9,17,18 • 블루베리주스13(지역산가공품) 	<ul style="list-style-type: none"> • 잡곡밥 • 유부된장국 5,6 • 간장불고기 5,6,9,10,18 • 깐쇼새우1,5,6,9,12 • 치커리유자청무침 • 배추김치 6,9 • 오렌지 • 허니카스테라1.2.5.6.-학교공급 	<ul style="list-style-type: none"> • 잡곡밥 • 소고기미역국 5,6,16 • 떡갈비 1,5,6,10,12,15,16,18 • 계란야채찜 1,5,6 • 청경채무침 • 배추김치 6,9 • 딤섬 2,5,6,10,16
영 양 성 분	에너지(kcal) 686.50 당질(g) 100.42 단백질(g) 36.69 지질(g) 15.84 비타민A(R.E) 226.75 티아민(mg) 0.36 리보플라빈(mg) 0.39 비타민C(mg) 35.68 칼슘(mg) 312.26 철분(mg) 5.70	에너지(kcal) 721.52 당질(g) 104.34 단백질(g) 18.59 지질(g) 25.65 비타민A(R.E) 40.54 티아민(mg) 2.62 리보플라빈(mg) 0.19 비타민C(mg) 100.48 칼슘(mg) 98.44 철분(mg) 2.90	에너지(kcal) 674.80 당질(g) 91.74 단백질(g) 40.65 지질(g) 14.96 비타민A(R.E) 97.56 티아민(mg) 0.29 리보플라빈(mg) 0.37 비타민C(mg) 20.11 칼슘(mg) 12.28 철분(mg) 6.19	에너지(kcal) 705.01 당질(g) 100.44 단백질(g) 27.45 지질(g) 20.44 비타민A(R.E) 199.21 티아민(mg) 0.92 리보플라빈(mg) 0.27 비타민C(mg) 33.64 칼슘(mg) 160.69 철분(mg) 5.04	에너지(kcal) 678.33 당질(g) 96.61 단백질(g) 28.12 지질(g) 19.82 비타민A(R.E) 505.66 티아민(mg) 0.75 리보플라빈(mg) 0.38 비타민C(mg) 29.51 칼슘(mg) 196.45 철분(mg) 5.77

위 식단은 식자재 수급상황에 따라 달라질 수 있습니다.

♥ 식품알레르기정보 ♥	♥ 원산지정보 ♥
(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,홍합포함) (19)잣	쌀 : 국내산 김치(배추) : 국내산 / 김치(고춧가루) : 국내산 돼지고기 : 국내산 / 소고기 : 국내산 닭 절단육 : 국내산 / 닭 정육 : 국내산 / 오리고기 : 국내산 고춧가루 : 국내산 오징어, 고등어, 삼치 : 국내산 / 낙지, 꽃게 : 중국산 콩, 두부류 : 국내산