



가정통신문

제2021 - 151호
발송일 2022.2.28.
문의전화 251-4920

제 목

2022년 3월 영양소식 및 식단



2022학년도 학교급식 운영 안내



1. 우리 학교는 학부모 부담경감 및 교육 공공성 실현을 목적으로 전체 무상급식을 실시합니다.
 전라북도에서 **친환경 쌀, 친환경 농산물비, 바이전주 우수상품 부식비**를 지원받아 전북에서 생산되는 무농약 쌀, 관내에서 생산되는 친환경농산물과 지역 우수가공품을 사용한 건강한 급식을 제공하고 있습니다.
 (친환경쌀:117원, 친환경농산물:210원, 부식비:40원 = 367원)

무상급식비				친환경 지원금	부식비	합계	비고
식품비	운영비	인건비	계				
2,870원	240원	590원	3,700원	327원	40원	4,067원	전년대비 식품비 200원, 부식비 10원 인상

2. 학교급식법령의 영양관리 기준을 준수하여 균형 있는 식단을 제공하고 영양정보를 공개합니다.
 표시사항으로 **월간식단, 영양량, 식재료 원산지, 알레르기 정보, 식단 사진 및 영양정보**를 학교 홈페이지에 공개합니다. 식단에 사용된 식재료 중 알레르기 대표 유발 식품 19가지를 표기하오니 알레르기의 진단이나 증상이 있는 학생은 해당 식품을 섭취하지 않도록 각별한 주의를 부탁드립니다.
 (알레르기 유발물질 표시대상 2020.1.1.부터 '잣' 추가)
3. 학생들의 여러 가지 질환의 발생률을 예방하고자 교육부 지침에 의거 나트륨 저감화와 당류 저감화를 추진하고 있습니다.
4. 철저한 식품 검수 및 위생관리시스템(HACCP)으로 위생적이고 안전한 급식을 운영하는데 최선을 다하고 있습니다.
5. 화학조미료는 사용하지 않으며 다시마, 멸치 등의 천연 재료를 사용하고, 가공식품의 사용을 지양하고 계절에 맞는 전통음식을 제공하고자 노력합니다.
6. 한우, 돼지고기(국내산 2등급 이상), 닭고기(국내산 1등급), 오리고기와 그 가공품 등은 국내산을 원칙으로 사용합니다. (*외국산 사용시 별도 표기)
7. 코로나19 방역을 위하여 외부인 출입을 자제하기 위하여 학교급식 학부모모니터링을 일시 중단하고자 합니다.
8. 같은 공간에 모여 식사하여 코로나19 감염 위험이 높은 식생활관 특성상 학생 간 접촉을 최소화하는 방안을 모색하여 식탁 칸막이 설치, 지정좌석제 등의 방역활동을 하고 있습니다.

3월 학교급식 식단 안내

		3/1	3/2	3/3	3/4
	월	화	수	목	금
조식			흰쌀밥 팽이버섯아욱된장국(5.6.) 돈육고추장불고기(5.6.10.13.) 동그랑땡달걀부침(1.2.5.6.10.13.) 배추김치(9.13.) 미니메이플피칸파이(1.2.5.6.13.) 비타민주스(2.13.)	흰쌀밥 김치감자옹심이만두국(1.5.6.9.10.13.) 삼치엿장구이(5.6.13.) 순살닭갈비조림(5.6.13.15.) 구운달걀(1.) 배추김치(9.13.) 검은깨검은콩두유(5.13.)	흰쌀밥 돈육호박고추장찌개(5.6.10.13.) 두부양념조림(5.6.13.) 오리훈제/머스타드(1.5.12.13.) 배추김치(9.13.) 고소한아몬드후레이크/우유(2.5.6.13.)
			*에너지/단백질/칼슘/철 895.8/41.8/205/5.6	*에너지/단백질/칼슘/철 1009.2/54.7/355.8/4.7	*에너지/단백질/칼슘/철 1025.8/45.7/370.8/8.3
중식			친환경발아현미밥 삼겹살김치찌개(5.9.10.13.) 돼지갈비떡간장조림(5.6.10.13.) 청경채된장무침(5.6.) 무생채(5.6.9.13.18.) 왕새우튀김/타르타르소스(1.5.6.9.13.) ♥안녕2022어흥케이크♥(1.2.5.6.)	클로렐라밥 해물짬뽕국(6.8.9.10.12.13.17.18.) 상추겉절이(5.6.13.) 닭살콩나물겨자냉채(5.6.13.15.) 돈육&버섯강정(1.2.4.5.6.10.12.13.18.) 배추김치(9.13.) 레인보우구슬아이스크림(1.2.5.)	새우볶음밥(1.5.6.9.10.12.13.18.) 브로콜리크림수프/식빵(2.5.6.13.) 오이피클 비엔나채소볶음(2.5.6.10.12.15.) 가지나물볶음(5.6.13.18.) 배추김치(9.13.) 과일(오렌지)
			*에너지/단백질/칼슘/철 1073.6/40.9/162.7/5.2	*에너지/단백질/칼슘/철 836.9/48.8/137.1/4.4	*에너지/단백질/칼슘/철 835.6/33.1/163/4
석식	◆식재료 원산지◆ (변동 있을시 별도표기) 쌀:국내산, 김치류/고춧가루:국내산/국내산, 쇠고기:국내산(한우)/국내산, 돼지고기/가공품:국내산/국내산, 닭고기/가공품:국내산/국내산, 오리고기/가공품:국내산/국내산, 명태/가공품:러시아산/러시아산, 주꾸미:베트남산, 낙지:베트남산, 다랑어(가공품):원양산, 두부:미국,캐나다,호주, 콩:국내산, 새우/가공품:베트남산/베트남산, 오징어:국내산/칠레,페루산,중국산, 런천미트:돼지고기(미국,스페인,프랑스),닭고기(국내산), 베이컨:미국,네덜란드,캐나다산, 바지락살:국내산		흰쌀밥 동태찌개(5.6.13.) 토마토카레미트볼(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) 오이무침(5.6.13.18.) 갈릭닭봉땃구이(2.5.6.12.13.15.18.) 배추김치(9.13.) 과일(딸기)	흰쌀밥 감자수제비(1.5.6.13.) 콩치무조림(5.6.13.) 돼지고기찜(수육,전지)(2.5.6.10.13.) 양배추숙쌈/쌈장(5.6.18.) 배추김치(9.13.) 청포도피크닉(2.13.)	
			*에너지/단백질/칼슘/철 984.2/47.2/163.8/5	*에너지/단백질/칼슘/철 989.6/57.7/172.5/5.7	

* 알레르기 정보 *

①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲ژ

3월 학교급식 식단 안내

	3/7	3/8	3/9	3/9	3/10
	월	화	수	목	금
조식	흰쌀밥 김치어묵국(1.5.6.9.13.) 돼지갈비간장조림(5.6.10.13.) 굴림만두튀김/칠리소스(1.5.6.10.12.13.16.18.) 배추김치(9.13.) 레몬에이드(2.13.) 마약옥수수피자(1.2.5.6.12.13.15.)	간장달걀밥(1.5.6.13.18.) 두부실파된장국(5.6.13.) 갈비교자만두(1.5.6.10.16.18.) 매콤콩나물무침(5.13.) 떡볶이(1.5.6.12.13.18.) 배추김치(9.13.) 사랑해사과씨(2.13.)		흰쌀밥 민물새우매운탕(5.6.9.) 오리간장불고기(5.6.13.) 깻잎고기전(1.5.6.10.13.) 배추김치(9.13.) 망고플리토(5.13.)	햄달걀김볶음밥(1.2.6.10.13.) 한우사골조랭이떡국(1.13.16.) 후르츠탕수육&간장소스(1.5.6.10.11.13.) 배추김치(9.13.) 사과주스(2.13.) 바바리안헬도넛(1.2.5.6.)
	*에너지/단백질/칼슘/철 1022.4/51.5/128/6.8	*에너지/단백질/칼슘/철 1030.1/37.2/221.1/10.7		*에너지/단백질/칼슘/철 819.5/37.4/413.6/5.2	*에너지/단백질/칼슘/철 1068/45.5/101.3/5.1
중식	친환경발아현미밥 열무된장국(5.6.13.) 무생채(5.6.9.13.18.) 달래봄동겉절이(13.) 돈채채소볶음/꽃빵(5.6.10.13.) 떡갈비/데리마요소스(1.5.6.10.13.15.16.18.) 탐미유배주스(2.13.)	클로렐라밥 부추닭곰탕(5.6.13.15.) 브로콜리&초고추장(5.6.13.) 돈육고추장불고기(5.6.10.13.) 돈육잡채(5.6.8.10.13.) 더블치즈볼(1.2.5.6.) 배추김치(9.13.)	대통령 선거일	친환경혼합잡곡밥(5.) 쇠고기무국(5.16.) 상추쌈&쌈장(5.6.) 롱롱새우/타르타르소스(1.5.6.9.13.18.) 돈육된장소스구이(5.6.10.13.18.) 배추김치(9.13.) 과일(딸기)	율무밥 바지락칼국수(1.5.6.8.13.18.) 매콤한순살닭갈비조림(5.6.13.15.) 도토리묵김치무침(5.6.9.13.) 카레고등어구이(2.5.6.7.13.) 각두기(9.13.) 생크림플레인요거트(2.)
	*에너지/단백질/칼슘/철 992.8/48.7/150.3/5.9	*에너지/단백질/칼슘/철 977.8/47.9/94.5/4.1		*에너지/단백질/칼슘/철 959/47.2/165.3/7.9	*에너지/단백질/칼슘/철 1032.5/56.7/257.1/6.2
석식	귀리밥 부대찌개(1.2.5.6.9.10.13.15.16.) 무장아찌무침(5.13.) 스팀두부&볶음김치(5.9.13.) 청파래오징어까스/타르타르소스(1.2.5.6.13.17.) 초코초코롤(1.2.5.6.13.)	돈육김치볶음밥(1.2.5.6.9.10.13.) 북어포달걀국(1.5.6.13.) 매운꼬치어묵(1.5.6.13.) 마카로니채소샐러드(1.5.6.13.) 스팸구이(5.6.10.12.13.16.) 배추김치(9.13.) 과일(파인애플)		친환경차수수밥 고추기름순두부찌개(5.6.9.10.13.18.) 무생채(5.6.9.13.18.) 청포묵김가루무침(3.5.6.13.) 비빔채소만두(1.5.6.10.13.) 숯불닭살구이(5.6.12.13.15.18.) 엔요요요르트100ml(2.)	친환경보리밥 닭개장(13.15.) 참나물된장무침(5.6.) 까르보나라떡볶이(2.5.6.10.12.13.16.18.) 유린돈까스(1.2.5.6.10.13.) 배추김치(9.13.) 초코칩트위스트(1.2.5.6.13.)
	*에너지/단백질/칼슘/철 1071/42.1/199.8/5.9	*에너지/단백질/칼슘/철 831.9/36.4/171.4/3.8		*에너지/단백질/칼슘/철 1042.8/60.3/203.5/4	*에너지/단백질/칼슘/철 1144/31.5/192.7/5.8

*** 알레르기 정보 ***

①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣

3월 학교급식 식단 안내

	3/14	3/15	3/16	3/17	3/18
	월	화	수	목	금
조식	흰쌀밥 쇠고기무국(5.16.) 스틱떡갈비간장조림(2.5.6.10.13.16.) 오징어김치전(5.6.9.13.17.) 옛날씨앗호떡(1.2.4.5.6.13.) 배추김치(9.13.) 유기농우리쌀식혜	새송이돈육장조림(5.6.10.13.) 매콤사각어묵채볶음(5.6.13.) 배추김치(9.13.) 영양닭죽/면기(13.15.) 전남친토스트(1.2.5.6.13.) 200ml 딸기우유(2.)	흰쌀밥 얼큰북어무국(13.) 한우떡잡채(5.6.13.) 허브훈제치킨구이(5.6.12.13.15.16.) 배추김치(9.13.) 잭스초코/우유(2.5.6.13.)	흰쌀밥 돈육된장찌개(5.6.10.13.) 통살오징어바강정(1.5.6.12.13.17.) 오리훈제/머스타드/무쌈(1.5.12.13.) 배추김치(9.13.) 딸기크림롤케이크(1.2.5.6.)	베이컨김치볶음밥(1.2.5.6.9.10.13.) 근대된장국(5.6.9.13.) 오징어링튀김/케첩(1.4.5.6.12.13.17.) 꼬들단무지무침(13.) 배추김치(9.13.) 인절미갈릭토스트(1.2.6.) 뽕로유유산균요구르트(2.)
	*에너지/단백질/칼슘/철 968.9/36.1/110/4.2	*에너지/단백질/칼슘/철 909.4/51.7/321.3/5.7	*에너지/단백질/칼슘/철 1079.3/59.5/625/9.9	*에너지/단백질/칼슘/철 1063.2/44.5/128.2/5.1	*에너지/단백질/칼슘/철 857.2/28.3/232.5/3.2
중식	친환경혼합잡곡밥(5.) 참치김치찌개(5.6.9.13.) 돼지갈비떡매운조림(5.6.10.13.) 토마토카프레제샐러드(1.2.5.6.12.13.) 행감자채볶음(2.5.6.10.13.15.) 열무김치(9.13.) 크로플/메이플시럽(1.2.5.6.13.14.)	현미밥 크래미달걀탕(1.5.6.8.13.) 고등어김치조림(5.6.7.9.13.) 취나물된장무침(5.13.) 간풍탕수육(1.5.6.10.11.12.13.18.) 배추김치(9.13.) 핫치킨토마토피자(2.5.6.12.13.15.16.)	친환경혼합잡곡밥(5.) 신의주찰순대국(5.6.10.13.16.) 파리달걀장조림(1.5.6.13.) 부추양파겉절이(9.13.) 돈육고추장불고기(5.6.10.13.) 어떡햄어떡햄/소스(1.2.5.6.10.12.13.15.16.) 깍두기(9.13.)	클로렐라밥 어묵무국(1.5.6.13.) 돌나물고추장무침(5.6.13.) 모듬채소튀김(1.5.6.8.) 눈꽃치즈로제함박스테이크(1.2.5.6.10.12.13.15.18.) 배추김치(9.13.) 비타민주스(2.13.)	차조밥 김치떡볶이만두국(1.5.6.9.10.13.) 안심폭찹스테이크(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) 무생채(5.6.9.13.18.) 숙주나물무침 싸먹는행구이/케첩(6.10.13.) 무지개떡
	*에너지/단백질/칼슘/철 935.6/47.5/347.6/5.1	*에너지/단백질/칼슘/철 945/48.9/236/8	*에너지/단백질/칼슘/철 1037.4/59.3/152.3/7	*에너지/단백질/칼슘/철 961.5/33.7/224.6/4	*에너지/단백질/칼슘/철 848.8/52.4/99.5/7.3
석식	율무밥 닭고기수제비(5.6.9.13.15.) 김치오리양념볶음(5.6.9.13.18.) 도시락김(13.) 배추김치(9.13.) 수제파게트(1.2.5.6.) 웃담딸기요구르트(2.)	오므라이스/소스(1.2.5.6.10.12.13.) 한우미역국(5.6.16.) 콩나물무침(하얏게)(5.) 두끼후루룩떡볶이(1.5.6.12.13.18.) 와플해쉬브라운/케첩(5.6.12.) 배추김치(9.13.)	친환경보리밥 열갈이된장국(5.6.13.) 고추참치두부조림(5.6.13.18.) 닭감자간장볶음(5.6.13.15.) 배추김치(9.13.) 불고기피타브레드(1.2.5.6.10.12.13.15.18.) 사랑해사과C(2.13.)	친환경발아현미밥 호박꽃게탕(5.6.8.13.17.18.) 순두부달걀찜(1.5.) 상추쌈&쌈장(5.6.) 삼겹살구이&마늘, 새송이(10.13.) 배추김치(9.13.) 떡먹는젤리데르뜨복숭아(11.)	친환경흑미밥 돼지등뼈얼갈이국(5.6.10.) 간쑤새우&오리엔탈샐러드(1.4.5.6.9.12.13.) 파채돈육고추장불고기(5.6.10.13.) 굴소스가지볶음(5.6.13.18.) 배추김치(9.13.) 초코브라우니(1.2.5.6.13.)
	*에너지/단백질/칼슘/철 1081.6/42.4/291.7/5	*에너지/단백질/칼슘/철 1033.5/38.7/180.1/4.6	*에너지/단백질/칼슘/철 1083.4/58.3/214.2/6.9	*에너지/단백질/칼슘/철 1003.9/48/160/6.2	*에너지/단백질/칼슘/철 1051/50.2/241.5/7.5

* 알레르기 정보 *

①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣

3월 학교급식 식단 안내

	3/21	3/22	3/23	3/24	3/25
	월	화	수	목 2,3학년 연합평가	금
조식	흰쌀밥 생새우애호박국(5.9.13.) 녹두만두전(1.5.6.9.10.13.18.) 부들어묵고추장볶음(1.5.6.13.) 닭살두반장볶음(5.6.12.13.15.18.) 배추김치(9.13.) 오라떼(13.)	김밥볶음밥(1.2.5.6.10.13.18.) 팽이버섯무채된장국(5.6.13.) 양상추샐러드/키워드레싱(1.2.5.6.13.) 새우링튀김&칠리소스(1.5.6.9.12.13.) 배추김치(9.13.) 포도워터젤리(2.13.)	흰쌀밥 감자옹심이만두국(1.5.6.10.13.) 돈육간장볼고기(5.6.10.13.) 해물파전(1.5.6.9.13.17.) 배추김치(9.13.) 오곡코코볼/우유(2.5.6.13.)	흰쌀밥 오징어무국(5.13.17.) 순살닭갈비조림(5.6.13.15.) 블랙퍼스트소시지/홀그레인머스(1.2.5.6.10.12.13.) 배추김치(9.13.) 수제마늘토스트(1.2.5.6.13.) 요구르트(65ml)(2.)	흰쌀밥 맑은미역국(5.6.13.) 돈육자장볶음(2.5.6.10.13.) 비엔나소시지구이/케첩(5.6.10.12.13.15.) 배추김치(9.13.) 고메앙버터모닝빵(1.2.5.6.10.12.15.16.18.) 초코우유(2.)
	*에너지/단백질/칼슘/철 793.7/43.1/157.1/4.8	*에너지/단백질/칼슘/철 857.4/29.7/258.7/6.2	*에너지/단백질/칼슘/철 1028.6/51.8/341.2/8.5	*에너지/단백질/칼슘/철 934.4/48.1/171.6/3.8	*에너지/단백질/칼슘/철 993.5/50.1/305/4.8
중식	친환경혼합잡곡밥(5.) 냉이김치국(5.6.9.13.) 연두부&양념간장(5.6.13.) 흑임자푸시리샐러드(1.5.6.12.13.18.) 자메이카장각닭다리구이(5.6.12.13.15.16.18.) 배추김치(9.13.) 과일(바나나)	아미노쌀밥 참치미역국(5.6.18.) 세발나물고추장무침(5.6.) 양념치킨(1.2.4.5.6.12.13.15.18.) 불닭맛김(13.) 파김치(9.) 스위트플럼주스(2.13.)	수제돈가스덮밥(가츠동)(1.2.5.6.7.10.12.13.18.) 두부유부장국(5.6.13.) 도토리묵상추무침(5.6.13.18.) 깍두기(9.13.) 사과빅썬(5.13.) 던킨글레이즈드노트(1.2.5.6.)	친환경발아현미밥 돈육호박고추장찌개(5.6.10.13.) 새송이메추리알장조림(1.5.6.13.) 쫄면채소무침(5.6.13.) 육전(연양식볼고기)&파채(1.2.5.16.) 배추김치(9.13.) 카카오그레놀라요거밀(2.)	친환경흑미밥 어묵우동(1.5.6.9.13.) 오이부추무침(9.13.) 토마토에그스크램블(1.5.12.) 돈육숙주고추장볶음(5.6.10.13.) 깍두기(9.13.) 꿀떡(13.)
	*에너지/단백질/칼슘/철 917/44.9/188.8/6.3	*에너지/단백질/칼슘/철 822.9/37.7/97.3/4.6	*에너지/단백질/칼슘/철 821.5/41.4/141.9/4.2	*에너지/단백질/칼슘/철 938.4/50.3/356.5/10.1	*에너지/단백질/칼슘/철 995/49.1/139.7/4.3
석식	토마코펜쌀밥(12.) 얼큰콩나물국(5.13.) 돼지갈비떡간장조림(5.6.10.13.) 짬뽕소룡포(1.5.6.9.10.13.16.18.) 청경채된장무침(5.6.) 배추김치(9.13.) 수제카스테라파배기(1.2.4.5.6.13.)	현미밥 고추기름순두부찌개(5.6.9.10.13.18.) 알감자간장조림(5.6.13.) 양념깻잎장아찌(5.9.13.18.) 오리훈제/머스타드/무쌈(1.5.12.13.) 배추김치(9.13.) 또띠아아몬드칩(2.5.6.13.)	친환경보리밥 돈육김치찌개(5.6.9.10.13.) 로제찜닭/파르팔레(1.2.5.6.12.13.15.16.18.) 열갈이된장무침(5.6.13.) 삼색소시지채소볶음(2.5.6.10.13.) 가래떡고구마맛탕(5.13.) 배추김치(9.13.)	눈꽃치즈치밥(2.5.6.12.13.15.16.18.) 친환경콩나물국(5.13.) 임실치즈고구마롤(1.2.5.6.12.) 갈릭버터새우구이(2.5.6.9.13.) 깍두기(9.13.) 블루베리주스(컵)(2.13.)	친환경혼합잡곡밥(5.) 건새우시금치된장국(5.6.13.) 돌미나리무침(5.6.) 매운낙지볶음(5.6.13.18.) 용가리치킨까스/머스타드(1.5.6.13.15.18.) 배추김치(9.13.) 소보로생크림모닝빵(1.2.4.5.6.13.16.)
	*에너지/단백질/칼슘/철 1069.8/40.4/143.1/10.6	*에너지/단백질/칼슘/철 961.8/38.9/138.4/5.1	*에너지/단백질/칼슘/철 1011/40.7/183.8/4.6	*에너지/단백질/칼슘/철 1106.2/62.3/227.9/6.1	*에너지/단백질/칼슘/철 796.1/37/147.8/6.8

* 알레르기 정보 *

①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣

3월 학교급식 식단 안내

	3/28	3/29	3/30	3/31	
	월	화	수	목	
조식		흰쌀밥 호박꽃게탕(5.6.8.13.17.18.) 치킨너겟볶침(1.2.5.6.12.13.15.) 달걀말이(1.5.13.) 배추김치(9.13.) 베리베리풍당요거트(2.)	흰쌀밥 돈육호박고추장찌개(5.6.10.13.) 파채무침(13.) 돈육된장소스구이(5.6.10.13.18.) 배추김치(9.13.) 우유/콘플레이크(2.5.6.13.)	흰쌀밥 닭고기수제비(5.6.9.13.15.) 삼치매운양념구이(5.6.13.) 돼지갈비간장조림(5.6.10.13.) 배추김치(9.13.) 치즈핫도그/케첩(1.2.5.6.10.12.13.)	
		*에너지/단백질/칼슘/철 796.5/36.2/242.6/4.4	*에너지/단백질/칼슘/철 799.7/46.6/324.8/8	*에너지/단백질/칼슘/철 962.3/52.6/208.6/3.5	
중식		친환경혼합잡곡밥(5.) 나가사끼만두국(1.5.6.9.10.13.) 참나물된장무침(5.6.) 슈렉부침개(5.6.13.17.) 숯불닭봉&떡구이(5.6.12.13.15.) 깍두기(9.13.) 열대과일&요거트(1.2.5.6.13.)	카레돈육볶음밥(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) 니모♥유부국(1.5.6.13.) 케이준치킨샐러드(1.2.5.6.12.13.15.18.) 무말랭이김무침(5.6.13.) 배추김치(9.13.) 리치모구모구(2.13.) 우리밀촉촉마들렌(1.2.5.6.)	현미밥 부대찌개(1.2.5.6.9.10.13.15.16.) 안동찜닭(5.6.13.15.18.) 시금치나물 칠리간소새우떡볶음(1.5.6.9.12.13.18.) 배추김치(9.13.) 딸기생크림와플(1.2.5.6.13.)	
		*에너지/단백질/칼슘/철 953.4/40/179/4.3	*에너지/단백질/칼슘/철 963.9/37/143.5/4.2	*에너지/단백질/칼슘/철 1102.6/50.1/299.7/7.5	
석식		귀리밥 부추닭곰탕(5.6.13.15.) 너비아니오꼬노미야끼(1.2.5.6.10.13.16.18.) 매콤콩나물무침(5.13.) 해물볶음우동(5.6.9.12.13.17.18.) 배추김치(9.13.) 라벨Free요구르트(2.)	친환경보리밥 참치김치찌개(5.6.9.13.) 도토리묵상추무침(5.6.13.18.) 돈육고추장불고기(5.6.10.13.) 미니돈까스/소스(1.2.5.6.10.12.13.) 과일(골드키위) 배추김치(9.13.)	친환경혼합잡곡밥(5.) 민물새우매운탕(5.6.9.) 돈육마파두부조림(5.6.10.12.13.) 오이부추무침(9.13.) 빅후랑크소시지구이/머스타드(1.2.5.6.10.13.15.) 배추김치(9.13.) 허쉬초콜릿드링크우유(2.)	
		*에너지/단백질/칼슘/철 1134.8/43.4/307.9/5.4	*에너지/단백질/칼슘/철 887.8/46.4/124.5/6	*에너지/단백질/칼슘/철 1044.8/46.9/368.2/4.8	

*** 알레르기 정보 ***

①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣