



<5월 학교급식 식단 안내 >

구분	4/28 	4/29 	4/30 	5/1 	5/2 
점심					
구분	5/5 	5/6 	5/7 	5/8 	5/9 
점심			근대된장국(자율)(5.6) 해물스파게티(1.5.6.9.12.13.17.18) 등심돈가스/소스(1.2.5.6.10) 배추김치(자율)(9) 어린잎토마토샐러드(2.12) 요구르트(2) 버섯크림리조또(부)(2.5.10.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 1,132.9/36.3/320.5/5.1	팔찰밥(13) 북어채무국(1.5.6) 들깨콩나물무침(5.6) 오삼불고기(5.6.10.13.17) 도시락김 깎두기(자율)(9) 가지포도&방울토마토(12) * 에너지/단백질/칼슘/철 996.5/38.2/99.5/2.7	친환경찰현미밥 돈육순두부찌개(5.6.9.10.12.13.18) 분모자찜닭(2.5.6.13.15.18) 브로콜리버섯참깨무침(1.5.6.13) 배추김치(자율)(9) 비빔만두(1.5.6.10.13.16.18) * 에너지/단백질/칼슘/철 1,044.3/47.7/142.3/7.4
구분	5/12 	5/13 	5/14 	5/15 	5/16 
점심	친환경녹차카테킨밥 열갈이배추된장국(5.6) 상추쌈/쌈장(자율)(5.6) 오리고추장불고기(감자)(5.6.13) 배추김치(자율)(9) 미숫가루(2.5.13) 알감자버터구이(2.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 1,095.3/36.6/469.0/6.7	친환경찰현미밥 물만두국(1.5.6.10.16.18) 돼지갈비찜(5.6.10.13) 독일식감자전(5.6.10) 배추김치(자율)(9) 수박 * 에너지/단백질/칼슘/철 981.4/37.7/80.5/6.8	친환경쌀밥(작은밥) 고기짬뽕(소)(5.6.9.10.13.16.17.18) 오이도라지초무침(5.6.13.17) 크림미어니언치킨(1.2.5.6.15) 깎두기(자율)(9) 감귤&한라봉주스(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 928.3/35.5/103.5/2.6	전복술밥(2.5.6.13.18) 팽이버섯두부된장국(5.6) 고추참치(1.5.6.13.16.18) 미나리초무침(자율)(5.6.13) 카레고등어구이(2.5.6.7.12.13.16.18) 배추김치(자율)(9) 우리밀티라미수케익(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 883.1/38.2/102.9/4.1	친환경흑미밥 참치김치찌개(5.9.16.18) 고추장치즈떡볶이(1.2.5.6.13) 느타리버섯애호박볶음 춘천닭갈비(5.6.13.15) 깎두기(자율)(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 805.7/36.9/92.9/2.4
구분	5/19 	5/20 	5/21 	5/22 	5/23 
점심	친환경토마코펜밥(12) 콩나물비빔라면(소)(1.2.5.6.10.13.15.16) 열갈이배추된장국(5.6) 돼지고기수육(5.6.9.10) 상추쌈/쌈장(자율)(5.6) 취나물무침(자율)(5.6) 보쌈김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 1,003.2/51.8/552.3/6.0	친환경혼합국밥(5) 수삼닭무국(5.6.15) 느타리버섯애호박볶음 숯불김치치즈스테이크(1.2.5.6.9.10.12.13.15.16) 배추김치(자율)(9) 도깨비감자한도그/케첩(1.2.5.6.10.12.16) * 에너지/단백질/칼슘/철 766.4/31.3/208.7/2.6	마늘버터자장밥(1.2.5.6.10.13.18) 북어콩나물국(5) 단무지무침 칠리탕수육(1.5.6.10.12.13) 배추김치(자율)(9) 요거트(초코볼)(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 934.8/43.6/241.7/2.9	친환경흑미밥 바지락된장국(5.6.18) 오이도라지초무침(자율)(5.6.13) 매운달볶음(5.6.13.15) 오색잡채(1.5.6.10.13) 문어커들렛타코야끼(1.2.5.6.10.15.16.17.18) 깎두기(자율)(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 972.6/43.0/105.6/5.9	친환경차수수밥 소고기미역국(5.6.16) 돈육고추장불고기(철판)(5.6.10.13) 배추김치(자율)(9) 청포도&방울토마토(12) 양배추쌈/쌈장(5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 663.6/38.6/91.5/2.8
구분	5/26 	5/27 	5/28 	5/29 	5/30 
점심	친환경강황쌀밥 건새우아욱국(1.5.6.9) 족발보쌈(5.6.10.13) 부추양파겨자무침(자율)(5.6.13) 상추쌈/쌈장(자율)(5.6) 채소쫄면무침(5.6.13) 보쌈김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 1,253.8/69.7/560.2/6.8	참치삼각주먹밥(1.2.5.6.9.13.16.18) 짬뽕수제비국(5.6.9.10.13.17.18) 계란장조림(1.5.6.13) 햄감자채볶음(1.2.5.6.10.15.16) 깎두기(자율)(9) 수박 * 에너지/단백질/칼슘/철 781.1/31.9/152.9/3.1	베이컨시금치볶음밥(1.2.10.13) 베트남식쌀국수(5.6.13.15.16.18) 무장아찌무침(13) 고기짜소롤(1.5.6.10.16.18) 배추김치(자율)(9) 리얼 망고주스(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 829.7/25.5/119.1/9.4	친환경찰보리밥 북어채미역국(5.6) 연근조림(자율)(5.6.13) 묵은지달걀(5.6.9.13.15) 깎두기(자율)(9) 딸기젤라또(1.2.5.11.12) 크림스파게티(부)(1.2.5.6.10.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 919.0/36.3/213.3/2.7	친환경귀리밥 도토리묵냉국(5.6.7.9.13.18) 돈육콩나물볶음(5.6.10.13) 두부구이-양념장(5.6.13) 배추김치(자율)(9) 돈가스스낵(1.2.5.6.10.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 1,057.8/46.1/177.2/4.5

 **영양량 및 원산지, 알레르기 정보 안내** <http://jeonbuk.ms.kr>→학교생활→식생활관→급식게시판

원산지 표시	밥, 죽, 누룽지			배추 김치		쇠고기		돼지 고기	닭고 기	오리 고기	농 (두부, 비지, 콩국 수)	수산물								
	백미	현미	참쌀	배추 (열갈이 이, 봄동)	고추 가루	한우	가공품					고등어, 참 조기, 꽃게, 아귀/가공 품	오징어/가 공품	명태/가 공품	고등 어/가 공품	미꾸 라지, 뱀장 어/가공품	낙지, 주꾸미 /가공 품	갈치/가 공품	명태/가 공품	다다랑어 /가공품
	국내산			국내산		국내산	호주/뉴질 랜드산					국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산/패류	러시아산	국내산	국내산

 **알레르기정보** - ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑳잔디

 화학조미료는 사용하지 않으며 가공식품의 사용을 줄이고, 전통음식을 적극 반영하며 계절에 맞는 식재료를 선택하여 맛있고 위생적인 음식을 급식하려고 노력합니다.