

<5월 학교급식 식단 안내 >

구분	4/29 Mon	4/30 Tue	5/1 Wed	5/2 Thu	5/3 Fri
점심			고파두부덮밥(5.6.10.12.13.18) 실파계란국(1.5.6) 매콤크런치생간스/소스(1.2.5.6) 배추김치(자율)(9) 오이소박이(13) 베이컨팬케이크(1.2.5.6.10) 공통양념1(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 1,159.4/58.8/376.6/5.9		
구분	5/6 Mon	5/7 Tue	5/8 Wed	5/9 Thu	5/10 Fri
점심	친환경검은콩밥(5) 감자고추장찌개(5.6.16) 돈육메추리알장조림(1.5.6.10.13.16.18) 배추김치(자율)(9) 에그브리또(1.2.5.6.10.12.13) 청포도&방울토마토(12) 공통양념1(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 1,037.1/51.2/428.5/6.8	친환경쌀밥(작은밥)&김가루 해물짬뽕(5.6.9.10.13.17.18) 단무지 간pong기(1.5.6.12.13.15.18) 배추김치(자율)(9) 아이스 망고 공통양념2 * 에너지/단백질/칼슘/철 1,037.1/51.5/142.1/3.9	친환경혼합국밥(5) 참치김치찌개(5.9.16.18) 안동식짬뽕(5.6.13.15.18) 오이도라지초무침(자율)(5.6.13.17) 각두기(자율)(9) 수박 초코쌀과자(1.2.5.6) 공통양념2 * 에너지/단백질/칼슘/철 771.5/35.8/93.0/3.1	친환경혼합국밥(5) 참치김치찌개(5.9.16.18) 안동식짬뽕(5.6.13.15.18) 오이도라지초무침(자율)(5.6.13.17) 각두기(자율)(9) 수박 초코쌀과자(1.2.5.6) 공통양념2 * 에너지/단백질/칼슘/철 771.5/35.8/93.0/3.1	친환경귀리밥 햄치즈샌드위치(1.2.5.6.10.15.16) 복어콩나물국(5) 오향장육(5.6.10.13.18) 맛살숙주나물(5.6) 총각김치(9) 공통양념2 * 에너지/단백질/칼슘/철 941.1/48.8/194.9/3.7
구분	5/13 Mon	5/14 Tue	5/15 Wed	5/16 Thu	5/17 Fri
점심	친환경클로렐라밥 햄모듬찌개(1.2.5.6.9.10.15.16) 다시마튀각(5.13) 오짬치킨(5.6.9.13.15.17.18) 배추김치(자율)(9) 오이소박이(자율)(13) 파인애플&방울토마토(12) 공통양념1(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 1,110.1/48.2/423.0/5.3	친환경흑미밥 얼갈이배추된장국(5.6) 모듬쌈/쌈장(5.6) 삼겹살고추장구이(5.6.10.13) 배추김치(자율)(9) 약과 까눌레(1.2.6) 공통양념2 * 에너지/단백질/칼슘/철 1,116.7/30.8/162.0/3.5		친환경현미밥(작은밥) 우동국(1.2.5.6.7.9.13.18) 매운콩나물무침(5.6) 로제떡볶이(*) (1.2.5.6.10.12.13.15.16.18) 닭날개조림(데리야끼소스)(5.6.13.15) 수제김말이(5.6) 배추김치(자율)(9) 공통양념2 * 에너지/단백질/칼슘/철 1,356.9/49.2/292.9/4.7	친환경차수수밥 맑은콩나물국(5) 매콤돈육대파오븐구이(5.6.10.12.13) 배추김치(자율)(9) 오렌지 치즈감자그라탕(1.2.5.6.10.13.15.16) 공통양념2 * 에너지/단백질/칼슘/철 818.0/41.2/164.0/2.6
구분	5/20 Mon	5/21 Tue	5/22 Wed	5/23 Thu	5/24 Fri
점심	친환경검은콩밥(5) 돈육김치찌개(5.9.10) 뽕초참치마요&구운감(1.5.16.18) 고등어레구리(2.5.6.7.12.13.16.18) 각두기(자율)(9) 초코아이스바(1.2.5) 공통양념1(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 895.0/39.3/427.0/4.7	친환경혼합국밥(5) 소고기미역국(5.6.16) 매운갈비찜(5.6.10.13) 들깨콩나물무침(5.6) 배추김치(자율)(9) 청포도&방울토마토(12) 공통양념2 * 에너지/단백질/칼슘/철 729.4/32.6/82.7/2.7	베이컨김치볶음밥(1.5.6.9.10.13) 초계국수(소)(1.5.6.12.13.15.16) 단무지 군만두(1.5.6.10.16.18) 총각김치(9) 플럼주스 공통양념2 * 에너지/단백질/칼슘/철 926.8/29.0/136.0/11.1	친환경귀리밥 돈육순두부찌개(5.6.9.10.12.13.18) 돼지고기수육(9.10) 맛살숙주나물(자율)(5.6) 모듬쌈/쌈장(자율)(5.6) 각두기(자율)(9) 수박 공통양념2 * 에너지/단백질/칼슘/철 9.8/53.4/107.3/3.8	친환경흑미밥 사골떡만두국(1.5.6.10.13.16.18) 파리고추멸치볶음(5.6.13) 토닭토닭(5.6.12.13.15) 배추김치(자율)(9) 마늘빵(식빵)(2.5.6) 공통양념2 * 에너지/단백질/칼슘/철 1,110.7/44.8/150.5/5.5
구분	5/27 Mon	5/28 Tue	5/29 Wed	5/30 Thu	5/31 Fri
점심	친환경강황쌀밥 맑은어묵국(숙갓)(1.5.6) 오이도라지초무침(자율)(5.6.13.17) 고추잡채(5.6.10.13.18) 돈육쪽창(오븐)(5.6.10.12.13.18) 각두기(자율)(9) 초코칩쿠키(1.2.5.6) 공통양념1(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 916.4/50.7/369.0/4.7	채소미역국(1.2.5.6.12.13.16.18) 근대된장국(5.6) 울외장아찌무침(13) 잡쌀누룽지꺾바로우탕수육(1.5.6.10.12.13.18) 배추김치(자율)(9) 파인애플&방울토마토(12) 공통양념2 * 에너지/단백질/칼슘/철 911.0/24.0/214.8/2.4	팔찰밥(작은밥)(13) 수제미니버거(1.2.5.6.10.12.15.16.18) 닭다리삼계탕(소)(15) 배추겉절이(자율)(9.13) 도시락김 오렌지랑고요름(13) 공통양념2 * 에너지/단백질/칼슘/철 1,063.2/41.6/197.4/3.8	친환경찰현미밥 바지락미역국(18) 고추장떡볶이(1.2.5.6.10.13.16) 치즈돈까스/소스(1.2.5.6.10.12.13.16) 배추김치(자율)(9) 곤약사과워터젤리 오렌지 공통양념2 * 에너지/단백질/칼슘/철 952.0/25.9/154.3/2.6	친환경차수수밥 청국장찌개(김치)(5.6.9.16) 오븐팬이버섯계란전(1.6) 모듬쌈/쌈장(5.6) 돈육고추장불고기(찰판)(5.6.10.13) 각두기(자율)(9) 공통양념2 * 에너지/단백질/칼슘/철 782.5/48.7/131.3/5.2

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 (얼갈이 /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!