



http://jeonggo.hs.kr/
식생활관 063-700-0285

2021학년도 3월 영양소식

발행인 : 교 장 문상봉
편집인 : 교 감 박종산
엮은이 : 담 당 이은경



< 2021년 학교급식 운영 안내 >



1. 전라북도교육청은 양질의 학교 무상급식 지원으로 성장기 학생들의 건강한 신체발달을 도모하기 위해 중식 무상급식을 실시합니다.
2. 전라북도에서 친환경쌀, 친환경 농산물비를 지원받아 전북에서 생산되는 무농약쌀, 관내에서 생산되는 친환경농산물과 지역 가공품을 사용한 건강한 급식을 제공하고 있습니다.
(정읍시 친환경농산물 지원금(쌀, 농산물) = 427원)

중식 무상급식비				친환경 지원금	합계	비고
식품비	운영비	인건비	계			
2,920원	290원	290원	3,500원	427원	3,927원	2020년과 동일

※ 급식비는 중식 3,500원(무상급식, 정규수업일의 중식), 석식은 3,900원 입니다.

조식은 인원에 따라 급식비가 변동됩니다. (50명미만 5,000원 / 50-70명 4,500원 / 70명이상 3,900원)
방학 중 급식비는 조식, 중식, 석식 각각 4,500원 입니다.



3. 학교급식법령의 영양관리 기준을 준수하여 균형 있는 식단을 제공하고 영양정보를 공개합니다. 표시사항으로 월간식단, 영양량, 식재료 원산지, 알레르기 정보, 식단 사진 및 다양한 영양정보를 학교 홈페이지(알림마당 -> 급식게시판)에 공개합니다.

학교급식의 영양관리기준(학교급식법시행규칙 제5조제1항관련)

구분	학 년	에너지 (kcal)	단백질 (g)	비타민A (R.E.)		티아민 (비타민B ₁)(mg)		리보플라빈 (비타민B ₂)(mg)		비타민C (mg)		칼슘 (mg)		철 (mg)		나트륨 (mg)	
				평균 필요량	권장 섭취량	평균 필요량	권장 섭취량	평균 필요량	권장 섭취량	평균 필요량	권장 섭취량	평균 필요량	권장 섭취량	평균 필요량	권장 섭취량	평균 필요량	권장 섭취량
남자	고등	900.0	21.7	207.00	284.0	0.37	0.44	0.47	0.57	26.7	33.40	250.00	300.00	3.7	4.7	1300	1300
본교 기준량		883.66	21.53	202.55	279.60	0.36	0.43	0.47	0.55	26.44	33.40	246.63	293.62	3.58	4.54	1300	1300

비고 : R.E.는 레티놀 당량(Retinol Equivalent)임

- ① 본교 산출기준 : 영양기준량 자동산출
- ② 영양관리 : 영양 기준량 \pm 10% 상.하향 조정가능(탄력적 적용)
- ③ 에너지는 기준량 이상으로 공급(학생들의 기호도를 반영하여 에너지량을 적용)
- ④ 단백질은 기준량 이상으로 공급(학생들의 기호도를 반영하여 단백질량을 적용)
- ⑤ 탄수화물 : 단백질 : 지방의 에너지 비율 = 55 ~ 70% : 7~20% : 15~30%

4. 식단에 사용된 식재료 중 알레르기 대표 유발 식품 19가지를 표기하오니 알레르기의 진단이나 증상이 있는 학생은 해당 식품을 섭취하지 않도록 각별한 주의를 부탁드립니다.



알레르기정보

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토

⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣

알레르기 유발식품을 표시하였습니다.

해당식품에 특정증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에 알레르기 증상을 보이는 학생은 영양교사에게 알리고 급식 시 주의하여 비상상황에 대체할 수 있도록 각별한 주의를 부탁드립니다.

5. 학생들의 건강한 급식을 위하여 교육부 지침에 의거 나트륨 저감화, 당류 저감화를 실천합니다.
6. 철저한 식품 검수 및 위생관리시스템(HACCP)으로 위생적이고 안전한 급식을 운영하기 위해 최선을 다하고 있습니다.
7. 화학조미료는 사용하지 않으며 다시마, 멸치, 새우 등의 천연 재료를 사용하고, 가공식품의 사용을 지양하고 계절에 맞는 전통 음식을 제공하고자 노력합니다.
8. 한우, 돼지고기(국내산 2등급 이상), 닭고기(국내산 1등급), 오리고기와 그 가공품 등은 HACCP 사업장의 국내산을 원칙으로 하며 김치도 국내산만 사용합니다. 모든 식재료는 가급적 국내산을 원칙으로 사용하며 생산량이 극히 적어 수급이 불가능한 식재료나 기호도를 고려하여 간혹 수입산을 사용합니다.
9. 학교급식 식재료는 우수한 식재료를 학교급식 전자조달 시스템(농수산물 유통공사가 운영하는 전자입찰 제도)을 통하여 투명하게 공급받고 있습니다.
10. 개학 전에 식생활관 칸막이 설치를 완료했습니다.

학생들이 이전보다 안전한 공간에서 식사를 할 수 있도록 운영하고자 합니다. 학생들도 대화를 자제하고 접촉을 최소화하여 안전한 학교급식이 운영될 수 있도록 적극적으로 참여해 주시길 바랍니다.



<생활 속 거리두기>

정읍고등학교 식생활관 식사 예절

1. 식사 전 **반드시!! 손을 씻거나 손 소독**을 하세요.
2. 급식 대기 중 **일정 간격을 유지**하여 줄을 서세요.
3. **마스크를 쓰고 배식**받고, 식사 때만 마스크를 벗으세요.
4. 선생님의 지도에 따라 **안쪽부터 차례대로 앉습니다.**
5. 식사 중에는 **대화를 나누지 않습니다.**
6. 본인음식은 본인만 먹습니다.
7. 비말감염예방을 위해 **식생활관 정수기는 사용금지**입니다.
(개인컵을 이용하여 본관 정수기를 사용하세요.)
8. **입구와 출구를 구분하여 동선이 겹치지 않도록** 합니다.
9. 잔반을 버릴 때는 한 곳에 모아서 버립니다.
(식판을 퇴식구에 치면 소리가 크게 울립니다.)

함께해요! 조심조심 코로나19

학교급식 에티켓!

1. 흐르는 물에 30초 동안 비누로 손을 깨끗이 씻으세요.
2. 앞 학생과 거리를 두고 줄을 서세요.
3. 마스크는 자리에 앉은 후 식사 직전에 벗어주세요.
4. 가능한 마주 보고 식사하지 않습니다.

5. 식사 시 기침이나 재채기가 나올 경우 옷소매로 입과 코를 가리세요.
6. 식사 중 대화는 삼가주세요.
7. 식사를 마친 후 마스크를 착용해주세요.



		3/2(화)	3/3(수) 수요일은 다 먹는날	3/4(목)	3/5(금)
조식		<ul style="list-style-type: none"> • 누룽지 • 아몬드후레이크/우유 (2.5.6.) • 바나나 (13.) • 배추김치 (9.) • 대만샌드위치 (1.2.5.6.10.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경쌀밥 • 소고기무국 (5.9.13.16.) • 돈육불고기 (5.6.10.12.13.) • 치킨너겟/머스타드소스 (1.2.5.6.15.) • 배추김치 (9.) • 고마워감글씨 (13.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 배추김치 (9.) • 참치야채죽 (5.16.18.) • 오레오오즈&우유 (2.5.) • 달콤포근보쌈 (1.2.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경쌀밥 • 황태해장국 (5.) • 두부양념조림 (5.6.12.13.) • 간장오리불고기 (5.) • 배추김치 (9.) • 한끼아웃 (2.)
중식		<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 돈육김치찌개 (5.6.9.10.12.13.) • 시금치나물 (13.) • 매콤어묵야채볶음 (1.5.6.) • 파채돈까스&오리엔탈 (1.2.5.6.10.13.) • 카야스프레드파이 (1.2.5.6.) • 총각김치 (9.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 냉이김치된장국 (5.6.9.13.) • 콩나물파채무침 (5.6.13.) • 소시지야채볶음 (2.5.6.10.12.13.15.16.) • 돼지고기오븐구이 (10.) • 배추김치 (9.) • 쌈장 (5.6.13.) • 파인애플 	<ul style="list-style-type: none"> • 비빔밥&악고추장 (5.6.10.13.16.) • 아욱된장국 (5.6.9.) • 배추김치 (9.) • 양념감자 (5.6.) • 고메함박스테이크 (1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) • 상큼한사과주스 (13.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 사색물만두국 (1.5.6.9.10.16.18.) • 육은지사태평 (5.6.9.10.13.) • 봄동겉절이 (5.6.) • 감자채피망볶음 (1.2.5.6.10.15.16.) • 무화과튀닝시세 (1.2.5.6.)
석식		<ul style="list-style-type: none"> • 훈제오리볶음밥 (5.6.9.) • 채소달걀국 (1.5.6.9.13.) • 미트볼야채조림 (1.2.5.6.10.12.13.15.16.) • 썩갠나물 • 배추김치 (9.) • 우리쌀까망햇도그 (1.2.5.6.12.18.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 어묵무국 (1.5.6.9.13.) • 매운돼지갈비찜 (5.6.10.13.) • 브로콜리초장 (5.6.13.) • 삼치데리야까구이 (5.6.13.) • 총각김치 (9.) • 카카오제리보 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 설렁탕&소면 (5.6.16.) • 신김치닭매운조림 (5.6.9.13.15.) • 해물새우완자전 (1.2.5.6.8.9.16.17.18.) • 깍두기 (9.) • 버터쿠키 (1.2.4.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 햄모듬찌개 (1.2.5.6.9.10.12.13.15.16.) • 도토리묵채소무침 (5.) • 돈육간장불고기 (5.6.10.13.) • 계란야채말이 (1.2.5.6.10.15.16.) • 배추김치 (9.)
	3/8(월)	3/9(화)	3/10(수) 수요일은 다 먹는날	3/11(목)	3/12(금)
조식	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경쌀밥 • 새알심만두국 (1.5.6.10.15.16.18.) • 돈육불고기 (5.6.10.12.13.) • 고추송송고기말이 (1.6.10.15.16.) • 배추김치 (9.) • 덴마크모닝시리얼우유 (2.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 배추김치 (9.) • 소고기야채죽 (16.) • 그레놀라시리얼&우유 (2.5.6.) • 미니파운드케익 (1.2.5.6.13.14.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경쌀밥 • 오징어우국 (5.6.9.13.17.) • 매콤콩나물무침 (5.) • 오믈렛&케첩 (1.2.5.6.8.9.10.12.15.16.) • 달&별멘츠카츠 (1.5.6.10.) • 배추김치 (9.) • 브라운소스 (5.6.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 누룽지 • 배추김치 (9.) • 허니버터카스테라 (1.2.5.6.) • 초코чек시리얼&우유 (2.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경쌀밥 • 사과 • 조개살시금치된장국 (5.6.18.) • 고구마닭볶음탕 (5.6.13.15.) • 떡새우완자전 (1.2.5.6.9.18.) • 배추김치 (9.)
중식	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 콩나물국 (5.6.9.13.) • 방어데리야까조림 (5.6.13.) • 닭갈비볶음 (5.6.13.15.) • 애호박스타리볶음 • 배추김치 (9.) • 오렌지 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 참치김치찌개 (5.9.12.16.18.) • 청경채나물 (5.) • 토마토베리샐러드 (12.13.) • 마파두부 (5.6.10.12.13.18.) • 치즈돈까스 (1.2.5.6.10.12.13.18.) • 깍두기 (9.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 김밥볶음밥 (1.2.5.6.8.10.15.16.) • 팽이버섯된장국 (5.6.12.) • 어묵떡볶이 (1.5.6.12.13.) • 한입고추튀김 (1.5.6.10.18.) • 야채튀김 (1.5.6.18.) • 배추김치 (9.) • 최고야포도씨주스 (13.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 김치수제비국 (5.6.9.13.) • 돈육매추리알장조림 (1.5.6.10.13.) • 부추겉절이 (13.) • 돈육불고기 (5.6.10.12.13.) • 프렌치토스트 (1.2.5.6.13.) • 총각김치 (9.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 닭곰탕 (5.6.9.13.15.) • 삼치조림 (5.6.13.) • 도토리묵채소무침 • 하트면어치즈까스 (5.6.12.13.) • 깨찰빵 (1.2.5.6.) • 배추김치 (9.)
석식	<ul style="list-style-type: none"> • 단호박카레라이스 (2.5.6.10.12.13.16.) • 감자달걀국 (1.13.) • 오이깍둑무침 (13.) • 한입떡갈비 (1.2.5.6.10.13.15.16.) • 배추김치 (9.) • 사과당근블리토 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 유부우동국 (1.2.5.6.7.9.13.18.) • 대파채돈육불고기 (5.6.10.12.13.) • 갈치카레구 (2.5.6.12.13.16.) • 배추김치 (9.) • 포켓팝콘 (화이트) (2.5.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 바지락순두부찌개 (5.9.18.) • 안동식찜닭 (5.6.13.15.) • 참나물무침 • 소시지야채볶음 (2.5.6.10.12.13.15.16.) • 배추김치 (9.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 해물짬뽕국 (5.6.9.13.17.18.) • 채소달걀찜 (1.2.) • 오리훈제야채볶음 (5.6.10.12.13.18.) • 배추김치 (9.) • 골드키위 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 콩나물국 (5.6.9.13.) • 참나물우렁초무침 (5.6.13.) • 버섯잡채 (5.6.12.13.) • 오삼불고기 (5.6.10.13.17.) • 배추김치 (9.)
	3/15(월)	3/16(화)	3/17(수) 수요일은 다 먹는날	3/18(목)	3/19(금)
조식	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경쌀밥 • 홍합미역국 (5.6.9.13.18.) • 닭갈비볶음 (5.6.13.15.) • 우리팜행전 (1.2.5.6.10.15.16.) • 배추김치 (9.) • 갈릭파이 (1.2.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 아몬드후레이크/우유 (2.5.6.) • 배추김치 (9.) • 전복죽 (18.) • 소프트미니치즈케이크 (1.2.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경쌀밥 • 감자된장국 (5.6.9.13.) • 닭다리살바베큐조림 (5.6.12.13.15.18.) • 부들어묵볶음 (간장) (1.5.6.) • 배추김치 (9.) • 배음료 (탐미유꿀배) (13.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 누룽지 • 복만두찜 (1.5.6.10.16.18.) • 배추김치 (9.) • 초코чек시리얼&우유 (2.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경쌀밥 • 북어채미역국 (5.6.) • 시금치나물 (13.) • 돈육간장불고기 (5.6.10.13.) • 치킨너겟/머스타드소스 (1.2.5.6.15.) • 배추김치 (9.)
중식	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 어묵무국 (1.5.6.9.13.) • 꼬시래기무초무침 (5.6.13.) • 돈육불고기 (5.6.10.12.13.) • 데리야까멘츠카츠 (1.5.6.) • 배추김치 (9.) • 짜먹는 곤약젤리 (그린애플) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 새알심만두국 (1.5.6.10.15.16.18.) • 돌나물초무침 (5.6.13.) • 오징어낙지볶음 (5.6.13.17.) • 콘치즈연양식불고기 (1.2.5.6.10.15.16.) • 배추김치 (9.) • 아이스슈 (1.2.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 작은밥 • 나가사키짬뽕면 (2.5.6.8.9.13.16.17.18.) • 단우유 • 바사삭고추꼬꼬탕수육 (2.5.6.12.13.15.) • 배추김치 (9.) • 갈라만시레몬에이드 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 감자탕 (5.6.9.10.) • 오이고추무침 (5.6.) • 도토리곶감행전 (1.2.5.6.10.12.15.16.18.) • 청파래오징어까스&스위트칠리소 (1.5.6.12.13.17.) • 깍두기 (9.) • 스위트플럼주스 	<ul style="list-style-type: none"> • 소고기버섯콩나물밥&양념간장 (5.6.13.16.) • 유부버섯된장찌개 (5.6.12.18.) • 매운사태찜 (5.6.10.) • 오이부추무침 (13.) • 에그타르트 (1.2.5.6.) • 배추김치 (9.)
석식	<ul style="list-style-type: none"> • 돈육김치볶음밥 (1.2.5.6.9.10.13.15.16.) • 콩나물국 (5.6.9.13.) • 어묵야채볶음 (1.5.6.13.) • 떡갈비고구마채소볶음 (1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) • 깍두기 (9.) • 피크닉 (13.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 우리콩청국장 (5.6.9.10.12.16.) • 돈육콩나물불고기 (5.6.10.13.) • 연근명글가마보조전 (1.5.6.13.) • 배추김치 (9.) • 상추쌈&쌈장 (5.6.13.) • 파인애플 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 참치김치찌개 (5.6.9.12.13.) • 야채비빔만두 (1.5.6.10.13.16.18.) • 통살새우커를렛&크리미어니언드 (1.2.5.6.9.) • 깍두기 (9.) • 코쿤망고푸딩 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 쌀국수 (5.6.16.) • 가자미구이&레몬간장소스 (5.6.13.) • 오이깍둑무침 (13.) • 신김치닭매운조림 (5.6.9.13.15.) • 배추김치 (9.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥 (5.) • 돈육순두부찌개 (5.9.10.) • 도토리묵채소무침 • 고추송송고기말이 (1.6.10.15.16.) • 배추김치 (9.) • 오리훈제/머스타드소스 (1.2.5.6.)

	3/22(월)	3/23(화)	3/24(수) 수요일은 다 먹는날	3/25(목)	3/26(금)
조식	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경쌀밥 • 김가루떡국(1.5.6.9.) • 메추리알장조림(1.5.6.13.) • 배추김치(9.) • 한입돈까스/케첩(1.5.6.10.12.) • 브라우니(1.2.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 배추김치(9.) • 영양닭죽(15.) • 오래오오즈&우유(2.5.) • 아몬드머핀(1.2.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경쌀밥 • 소고기무국(5.9.13.16.) • 채소달걀찜(1.2.) • 블랙소이오리불고기(5.) • 배추김치(9.) • 비피더스(2.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경쌀밥 • 사색물만두국(1.5.6.9.10.16.18.) • 연두부/양념장(5.6.13.) • 진미채조림(5.6.13.17.) • 닭강자매온조림(5.6.13.15.) • 배추김치(9.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 누룽지 • 배추김치(9.) • 허니버터카스테라(1.2.5.6.) • 그레놀라시리얼&우유(2.5.6.)
중식	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5.) • 썩김치된장국(5.6.9.) • 도라지오이무침(5.6.13.) • 돼지등뼈김치찜(5.6.9.10.13.) • 야채계란말이(1.5.) • 깍두기(9.) • 갈릭파이(1.2.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5.) • 꽃게탕(5.6.8.9.13.) • 애기배추된장무침(5.6.) • 단호박크림떡볶이(1.2.5.6.10.13.16.) • 대파채돈육불고기(5.6.10.12.13.) • 배추김치(9.) • 방울토마토(12.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 제육덮밥(5.6.9.10.13.) • 아욱된장국(5.6.9.) • 알감자버터구이(2.13.) • 떡갈비고구마채소볶음(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) • 배추김치(9.) • 사과주스(탐미유애플)(1.3.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5.) • 콩나물국(5.6.9.13.) • 보쌈정식(5.6.10.) • 무말랭이무침(5.6.13.) • 소시지야채볶음(2.5.6.10.12.13.15.16.) • 보쌈김치(9.) • 요거양양(플레인)(2.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5.) • 육개장(5.6.10.) • 자반고등어구이(7.) • 참소라살 오이무침(5.6.13.) • 라조기(1.5.6.12.13.15.) • 배추김치(9.) • 요구르트(2.)
석식	<ul style="list-style-type: none"> • 스펀마요덮밥(1.2.5.6.10.13.15.16.18.) • 채소달걀국(1.5.6.9.13.) • 치즈떡볶이(고)(2.5.6.12.13.) • 쫄면방울탕수육(1.5.6.10.12.13.) • 배추김치(9.) • 애플쿨(13.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5.) • 홍반장 순대국(2.5.6.9.10.13.16.) • 부추겉절이(13.) • 어묵맛살야채볶음(1.5.6.8.13.) • 콘치즈매콤불고기(1.2.5.6.10.15.16.) • 깍두기(9.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5.) • 어묵무국(1.5.6.9.13.) • 청경채나물 • 오징어나지볶음(5.6.13.17.) • 순살치킨양파크림소스(1.2.5.6.12.13.15.16.) • 배추김치(9.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5.) • 유부우동국(1.2.5.6.7.9.13.18.) • 돈육메추리알장조림(1.5.6.10.13.) • 치즈닭갈비볶음(2.5.6.13.15.) • 배추김치(9.) • 초코칩트위스트(1.2.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5.) • 오징어우국(5.6.9.13.17.) • 콩나물무침(5.) • 돈육불고기(5.6.10.12.13.) • 데리야끼멘츠카츠(1.5.6.10.) • 배추김치(9.)
	3/29(월)	3/30(화)	3/31(수) 수요일은 다 먹는날		
조식	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경쌀밥 • 돈육순두부찌개(5.9.10.) • 바나나(13.) • 우리팍팍전(1.2.5.6.10.15.16.) • 한입떡갈비(1.2.5.6.10.13.15.16.) • 배추김치(9.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 배추김치(9.) • 불고기낙지죽(5.6.16.) • 미니파운드케익(1.2.5.6.13.14.) • 초코칩스시리얼&우유(2.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경쌀밥 • 소고기미역국(5.6.9.13.16.) • 안동식찜닭(5.6.13.15.) • 해물새송이완자전(1.2.5.6.8.9.16.17.18.) • 배추김치(9.) • 양념깻잎장아찌 		
중식	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5.) • 김치말이잔치국수(1.5.6.9.) • 고구마닭볶음탕(5.6.13.15.) • 상추겉절이(5.6.13.) • 감자채피망볶음(1.2.5.6.10.15.16.) • 배추김치(9.) • 꿀드키워 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5.) • 사색물만두국(1.5.6.9.10.16.18.) • 콩치즈김치조림(5.6.9.) • 세발나물초무침(5.6.13.) • 돈육간장불고기(5.6.10.13.) • 배추김치(9.) • 잉글팝보리과자(5.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 작은밥 • 자장면(2.5.6.10.13.16.) • 단무지 • 수제등심탕수육(1.5.6.10.12.13.) • 배추김치(9.) • 요구르트(2.) 		
석식	<ul style="list-style-type: none"> • 베이컨건파래볶음밥(1.2.5.6.10.13.15.16.18.) • 콩나물국(5.6.9.13.) • 양배추옥수수콘샐러드(1.5.12.13.) • 순살닭강정(1.2.5.6.12.13.15.16.) • 통통왕교자갈비만두(1.5.6.10.15.16.18.) • 배추김치(9.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5.) • 감자된장국(5.6.9.13.) • 참나물무침 • 해물우동볶음(5.6.9.12.13.17.18.) • 눈꽃치즈함박스테이크&어린잎샐(1.2.5.6.10.12.13.15.16.) • 배추김치(9.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 친환경잡곡밥(5.) • 김치수제비국(5.6.9.13.) • 소시지야채볶음(2.5.6.10.12.13.15.16.) • 돼지고기오븐구이(10.) • 배추김치(9.) • 상추쌈&쌈장(5.6.13.) 		

♠ 원산지표시사항안내

【국내산】

- 쌀(누룽지, 죽), 축산물(돼지, 닭, 오리), 쇠고기(한우), 김치(배추, 고춧가루), 미꾸라지, 조기, 오징어, 고등어, 삼치, 아귀, 전복, 방어, 미더덕, 바지락, 새우자건품육수용
- 육가공품(돼지:국내산, 닭:국내산), 치즈돈까스, 달걀멘츠까스, 데리야끼멘츠까스, 한입고추튀김, 한입떡갈비, 바사삭고추탕수육, 연양식바싹불고기(돼지고기:국내산), 치킨너겟(닭고기:국내산), 순대(돼지고기, 닭고기:국내산), 핫도그소시지, 비엔나소시지(돼지고기, 닭고기:국내산)

【수입산】

- 낙지(베트남산/수입산), 명태(러시아산, 북어채:러시아산), 갈치(세네갈/수입산), 꽃게(중국산/수입산), 가자미(미국, 러시아/수입산), 새우살(베트남산/수입산), 주꾸미(베트남산/수입산)
- 육가공품: 베이컨(수입산), 고메치즈함박스테이크(돼지:국내, 소고기:국내, 호주), 쌀국수육수(우육:호주, 쇠고기추출액:호주)
- 수산가공품: 진미채(수입산) 참치캔(다랑어: 원양산), 콩치즈조림(대만산), 새우공산품(연육:베트남), 어묵(연육:수입산), 떡새우완자전(쌀:국내, 새우살: 말레이시아), 청파래오징어까스(오징어:페루), 해물새송이완자(연육:인도, 미국, 오징어:페루, 칠레), 연어치즈까스(연어살:러시아, 칠레)

【그 외】 뱀장어, 넙치, 조피볼락, 참돔: 해당없음

- 두류류: 판두부, 순두부, 연두부, 청국장(국내산)