

★ 여름철 불청객 식중독

1. 식중독이란?

식품섭취로 인하여 인체에 유해한 미생물 또는 유독물질에 의하여 발생하였거나 발생한 것으로 판단되는 감염성 질환 또는 독소형 질환입니다.

2. 식중독 감염 원인은?

- 쇠고기 등 동물성 식재료를 충분히 가열하지 않고 섭취했을 경우
- 오염된 채소를 제대로 세척하지 않고 생으로 섭취했을 경우
- 오염된 손이나 주방기구로 조리한 채소·과일

3. 식중독 감염 증상은?

주요 증상

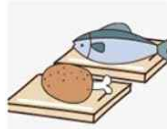


※식중독의 잠복기와 증상의 정도는 균에 따라 다르게 나타납니다.

★ 식중독에 걸리지 않으려면?

4. 식중독 예방하는 식재료 조리방법

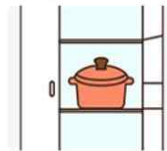
● 육류를 조리할 때



육류로 음식을 준비할 때는 도마나 칼 등을 구분해서 사용해, 교차오염이 되지 않도록 합니다.



조리할 때는 육류를 충분히 가열하며 특히 다짐육은 속까지 완전히 익혀서 섭취합니다.



가열, 조리한 음식은 가능한 2시간 내 섭취하고, 바로 먹을 수 없는 경우는 식혀서 바로 냉장보관 합니다.

● 채소류를 조리할 때



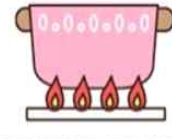
채소류는 세척 후에 바로 섭취하거나 냉장 보관합니다.

※ 채소류는 세척과정에서 세척 전보다 식중독균이 서식하기 더 쉬워지기 때문.

5. 식중독 예방 6대 수칙



흐르는 물에 비누로 30초 이상 손 씻기



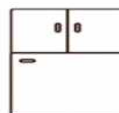
육류: 중심온도 75°C 1분 이상
어패류: 중심온도 85°C 1분 이상



물을 끓여 먹기



조리기구는 채소용, 육류용, 어류용 구분



냉장 식품은 5°C 이하
냉동 식품은 -18°C 이하



식재료는 깨끗이 세척하고
주방기구 등은 소독하기

올바른 손씻기 실천하기



자료출처 : 여름철 식중독 예방 위해 꼭 알아야 할 6가지

수칙(구글) /

네이버 지식백과 /

환경부, 대한영양사협회

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.

■ 식단은 식재료 수급이나 식생활관의 사정에 따라
변경될 수 있습니다.

6월 학교급식 안내 (조식)

						6/1 Thu		6/2 Fri						
						보리밥* 낙지연포탕*(5.) 돼지갈비떡찜*(5.6.10.13.18.) 콩나물무침*(5.) 배추김치(9.13.) 요거특(크런치&초코필로우)(2.6.) 연두부/양념장*(5.6.18.)		현미찰쌀밥* 참치김치찌개*(5.6.9.13.18.) 돈육메추리알장조림*(1.5.6.10.13.18.) 가지볶음*(5.6.13.18.) 까르보미트볼*(1.2.5.6.10.15.16.) 배추김치(9.13.) 토마토(설탕)*(12.13.)						
						* 에너지/단백질/칼슘/철 840/49.4/342.4/4.8		* 에너지/단백질/칼슘/철 840/49.4/342.4/4.8						
6/5 Mon		6/6 Tue		6/7 Wed		6/8 Thu		6/9 Fri						
재량휴업일		현충일		김치볶음밥*(1.2.5.6.9.10.13.15.16.18.) 맑은미역국*(5.6.13.18.) 돌김자반*(13.) 치즈돈가스(소)*(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) 배추김치(9.13.) 검은콩두유*(5.13.) 애플턴오버파이*(1.2.5.6.)		현미찰쌀밥* 육개장*(1.5.13.16.) 닭고기구마조림*(5.6.13.15.) 숙주나물무침*(1.5.13.18.) 옛날소시지전*(1.2.5.6.10.15.16.) 배추김치(9.13.) 따움쥬스(오렌지)*(13.)		귀리밥* 쇠고기버섯샤브샤브*(5.6.7.10.13.16.18.) 두부조림*(5.6.13.18.) 시금치나물무침*(1.2.5.6.10.13.16.18.) 오리훈제채소무침*(1.4.5.6.13.18.) 배추김치(9.13.) 시리얼(아몬드푸레이크)*(2.5.6.13.)						
				* 에너지/단백질/칼슘/철 856.4/25.9/174.7/2.7		* 에너지/단백질/칼슘/철 740.9/41.2/107.3/4.1		* 에너지/단백질/칼슘/철 836.6/36.9/298.2/6						
6/12 Mon		6/13 Tue		6/14 Wed		6/15 Thu		6/16 Fri						
현미찰쌀밥* 꽃게탕*(5.6.8.9.13.17.18.) 오이부추무침*(5.6.9.13.) 돼지불고기*(1.5.6.10.13.18.) 싸먹는오리훈제슬라이스*(2.5.6.13.) 배추김치(9.13.) 갈릭크림치즈바게트볼*(2.5.6.)		흑미밥* 볼어묵파리고추조림*(1.5.6.13.) 숙주나물무침*(1.5.13.18.) 닭볶음*(5.6.9.13.15.18.) 배추김치(9.13.) 참치채소죽*(5.6.16.18.) 요거특(크런치&초코필로우)(2.6.)		발아현미밥* 달걀부추국*(1.) 감자조림(매콤)*(5.6.13.) 고메함박스테이크*(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) 배추김치(9.13.) 햄치즈토스트(이삭st)*(1.2.5.6.10.12.13.15.16.) 뽀로로요구르트*(2.)		현미찰쌀밥* 감자호박된장국*(5.6.) 간소새우조림(떡)*(1.2.5.6.9.10.12.13.15.16.18.) 짜장불고기(돈육)*(5.6.8.10.13.16.18.) 느타리버섯볶음*(5.) 배추김치(9.13.) 시리얼(코코팝스)*(2.5.6.)		귀리밥* 굴림만두국*(1.5.6.9.10.13.16.18.) 진미채조림(매콤)*(5.6.13.17.18.) 두부전*(1.5.6.) 바사삭나초치킨(치즈마요)*(1.2.5.6.10.12.13.15.16.) 배추김치(9.13.) 바나나*						
* 에너지/단백질/칼슘/철 763.1/43.1/358.7/3.9		* 에너지/단백질/칼슘/철 756.7/42.8/228.8/4.4		* 에너지/단백질/칼슘/철 810.4/30.2/148.6/3.5		* 에너지/단백질/칼슘/철 930.6/41.2/302.8/6.3		* 에너지/단백질/칼슘/철 802.5/36.5/90.2/3.3						
6/19 Mon		6/20 Tue		6/21 Wed		6/22 Thu		6/23 Fri						
흑미밥* 부대찌개*(1.2.5.6.8.9.10.13.15.16.) 콩조림*(5.6.13.) 시금치프리타타(달걀)*(1.2.10.12.) 코코넛하트연어치즈까스*(1.2.5.6.13.) 배추김치(9.13.) 웃담요구르트(딸기)*(2.)		간장계란밥*(1.5.6.) 호박고추장찌개*(5.6.10.13.) 모듬소세지채소볶음*(2.5.6.10.15.16.) 돌김자반*(13.) 에그토르티아(햄에그까스)*(1.2.5.6.10.12.13.16.18.) 배추김치(9.13.) 사과*		귀리밥* 다시마감자국*(5.6.) 케이준샐러드*(1.2.5.6.12.15.) 낙지볶음(소면)*(5.6.8.13.) 애호박느타리버섯볶음(자율)*(5.) 배추김치(9.13.) 시리얼(콘푸라이트)*(2.5.6.13.)		발아현미밥* 참치김치찌개*(5.6.9.13.18.) 깻잎순볶음*(5.6.18.) 돈육간장불고기*(1.5.6.8.10.13.18.) 배추김치(9.13.) 크로크무슈(수제)*(1.2.5.6.10.13.15.16.) 요구르트(에이요)*(2.)		흑미밥* 감자수제비국*(1.5.6.9.13.) 무생채*(13.) 묵은지닭볶음*(5.6.9.13.15.) 애호박전&동그랑땡전*(1.2.5.6.9.10.13.15.16.) 배추김치(9.13.) 초코칩머핀*(1.2.5.6.)						
* 에너지/단백질/칼슘/철 828.6/36.7/340.5/3.9		* 에너지/단백질/칼슘/철 832.8/33.5/91.8/3.6		* 에너지/단백질/칼슘/철 806.8/34.5/260.4/5.5		* 에너지/단백질/칼슘/철 807.2/40.5/492.6/3.5		* 에너지/단백질/칼슘/철 779.9/36/164.3/4						
6/26 Mon		6/27 Tue		6/28 Wed		6/29 Thu		6/30 Fri						
보리밥* 동태매운탕*(5.13.) 상추부추무침(자율)*(5.6.13.) 닭갈비*(5.6.13.15.18.) 삼치구이(데리야끼)*(5.6.12.13.18.) 배추김치(9.13.) 인절미갈릭토스트*(1.2.5.6.)		현미찰쌀밥* 떡국*(1.9.13.16.) 시금치고추장무침*(1.5.6.13.18.) 매콤오징어볶음*(5.6.13.17.) 두부스틱칠리강정*(1.5.6.12.13.) 배추김치(9.13.) 해가득감귤&한라봉*(13.)		흑미밥* 닭곰탕*(1.5.8.13.15.) 버섯소불고기*(5.6.8.13.16.18.) 애호박느타리버섯볶음(자율)*(5.) 하트파프리카연근전*(1.5.6.12.) 배추김치(9.13.) 방울토마토*(12.)		보리밥* 돈육김치찌개*(5.6.9.10.13.18.) 빨간계란조림*(1.5.6.13.) 파리고추멸치볶음(자율)*(5.6.13.18.) 햄치즈카츠*(1.2.5.6.10.12.13.16.18.) 배추김치(9.13.) 시리얼(후루트링)*(2.5.6.13.)		귀리밥* 꽃게탕*(5.6.8.9.13.17.18.) 콩나물무침*(5.) 돼지불고기*(1.5.6.10.13.18.) 배추김치(9.13.) 앙버터모닝빵*(1.2.5.6.) 연두부/양념장*(5.6.18.)						
* 에너지/단백질/칼슘/철 898.6/42.9/155.8/3.4		* 에너지/단백질/칼슘/철 770.3/39.5/207/4.1		* 에너지/단백질/칼슘/철 740/37.3/58.2/4.2		* 에너지/단백질/칼슘/철 913.5/40.4/515/6.2		* 에너지/단백질/칼슘/철 711.7/42.6/415.7/4.9						
학교급식 식재료 원산지표시	쌀 (밥,죽)	배추김치 (배추,고추,가루)	쇠고기/ 가공품	돼지고기/ 가공품	닭고기/ 가공품	오리고기/ 가공품	콩/ 두부	오징어/ 가공품	고등어	명태	꽃게	주꾸미,낙지	다랑어 가공품	갈치
	국내산	국내산	국내(한우) /국내산, 호주산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산/ 페루산	국내산	러시아산	중국산	베트남산/ 중국산	원양산	세네갈산

6월 학교급식 안내 (중식)

						6/1 Thu		6/2 Fri						
						흑미밥* 북어무국*(1.13.) 닭갈비*(5.6.13.15.18.) 애호박느타리버섯볶음(자율)*(5.) 스위트콘치즈구이*(1.2.5.13.) 배추김치(9.13.) 모구모구(리치음료)*(13.) 리얼초코프리첼(2.4.5.13.)		현미찰쌀밥* 참치김치찌개*(5.6.9.13.18.) 돈육메추리알장조림*(1.5.6.10.13.18.) 가지볶음*(5.6.13.18.) 까르보미트볼*(1.2.5.6.10.15.16.) 배추김치(9.13.) 토마토(설탕)*(12.13.)						
						* 에너지/단백질/칼슘/철 805/36.5/347/3.5		* 에너지/단백질/칼슘/철 661.6/37.7/170.2/6						
6/5 Mon		6/6 Tue		6/7 Wed		6/8 Thu		6/9 Fri						
재량휴업일		현충일		보리밥* 꽃게탕*(5.6.8.9.13.17.18.) 마파두부*(5.6.10.12.13.18.) 브로콜리땅콩소스무침*(1.4.5.13.) 김치피자탕수육(김피탕)*(1.2.5.6.9.10.12.13.18.) 배추김치(9.13.) 설레임(밀크)*(1.2.5.)		오므라이스(소세지)* (1.2.5.6.10.12.13.15.16.) 우렁된장찌개*(5.6.10.) 콩조림*(5.6.13.) 방울토마토치즈샐러드*(2.12.13.) 순살바베큐치킨 (5.6.12.13.15.) 배추김치(9.13.) 블루베리즙(지역산)*(13.)		발아현미밥* 조랭이떡국*(1.5.6.16.) 무쌈말이*(1.2.4.5.6.10.13.15.16.) 꼬시래기초무침*(5.6.13.) 주꾸미삼겹살불고기*(5.6.10.13.) 배추김치(9.13.) 글레이즈드(도넛)*(1.2.5.6.)						
				* 에너지/단백질/칼슘/철 843.1/30.6/353.1/6.2		* 에너지/단백질/칼슘/철 782.7/42.5/213.2/4.3		* 에너지/단백질/칼슘/철 808.2/32.3/164.8/4.2						
6/12 Mon 이달의생일상		6/13 Tue		6/14 Wed		6/15 Thu		6/16 Fri						
귀리밥* 쇠고기미역국*(9.13.16.) 안동찜닭*(5.6.8.13.15.18.) 짬뽕소룡포만두*(1.5.6.10.16.18.) 청경채무침(자율)*(6.9.13.) 배추김치(9.13.) 초코바닐라크림케이크*(1.2.5.6.)		현미찰쌀밥* 돈육김치찌개*(5.6.9.10.13.18.) 오리불고기*(5.6.13.) 상추부추무침(자율)*(5.6.13.) 부추전*(5.6.9.13.17.) 총각김치(자율)*(9.13.) 뿌링소떡*(1.5.6.10.12.13.15.)		김가루볶음밥(작은밥)*(1.2.5.6.9.10.13.15.16.18.) 물냉면*(1.3.5.6.13.16.) 메밀순된장무침(자율)*(3.5.6.13.18.) 참치김치볶음*(5.6.9.13.) 매콤바삭불고기&양파드레싱*(1.2.5.6.10.15.16.18.) 배추김치(9.13.) 수박*		흑미밥* 전주식콩나물국*(1.5.9.13.17.) 돼지갈비떡찜*(5.6.10.13.18.) 깻잎찜*(5.6.13.) 잡채*(1.5.6.8.10.13.18.) 배추김치(9.13.) 약과(우리밀)*(1.5.6.)		발아현미밥* 순두부계란국*(1.5.6.) 갈치무조림*(5.6.13.) 콩나물무침*(5.) 맥앤치즈왕치킨까스(불닭까르보)(1.2.5.6.13.15.16.) 배추김치(9.13.) 오미자체리에이드*(13.)						
* 에너지/단백질/칼슘/철 807/38.8/93/2.8		* 에너지/단백질/칼슘/철 796/32.3/154.7/4.3		* 에너지/단백질/칼슘/철 914.2/36.8/101.5/2.9		* 에너지/단백질/칼슘/철 739.2/37.9/222.7/4.4		* 에너지/단백질/칼슘/철 796/35.9/291.2/10.5						
6/19 Mon		6/20 Tue		6/21 Wed		6/22 Thu		6/23 Fri						
보리밥* 우거지감자탕*(5.9.10.) 어묵조림*(1.5.6.13.16.18.) 숙갓두부무침*(5.) 오징어나지볶음*(5.6.13.17.) 배추김치(9.13.) 감자핫도그*(1.2.5.6.10.12.13.16.)		귀리밥* 짬뽕국*(5.6.8.9.10.13.16.17.18.) 알감자버터구이*(2.13.) 청포묵무침*(1.5.6.13.16.18.) 수제등심돈가스*(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) 각두기*(9.13.) 초코우유(뽀로로)*(2.)		베이컨김치볶음밥*(1.2.5.6.9.10.13.15.16.18.) 매콤어묵탕*(1.5.6.) 야채비빔만두(작은만두)*(1.5.6.10.13.16.18.) 버터플라이새우*(1.2.5.6.9.13.) 백김치*(9.13.) 망고에이드(설탕)*(13.) 오이스틱/쌈장*(5.6.13.)		흑미밥* 머위대들깨탕*(9.13.18.) 곰탕*(1.5.6.16.) 오징어오이무침*(5.6.13.17.) 치즈불닭(눈꽃)*(2.5.6.12.13.15.) 배추김치(9.13.) 딸기아이스찰쌀떡*(2.5.6.)		현미찰쌀밥* 순두부찌개*(5.9.13.18.) 편육/상추쌈*(5.6.9.10.13.18.) 무말랭이무침(자율)*(5.6.13.18.) 해물볶음우동*(5.6.8.9.13.16.17.18.) 배추김치(9.13.) 파인애플*						
* 에너지/단백질/칼슘/철 793.5/46.1/242.6/4.1		* 에너지/단백질/칼슘/철 754.2/33.7/146.5/3.7		* 에너지/단백질/칼슘/철 944.4/36.1/255.2/3.5		* 에너지/단백질/칼슘/철 720.9/34/118/3.2		* 에너지/단백질/칼슘/철 798.7/45/152.9/4.1						
6/26 Mon		6/27 Tue		6/28 Wed		6/29 Thu		6/30 Fri						
흑미밥* 삼색감자옹심이국*(17.) 매운돼지갈비찜*(1.5.6.10.13.18.) 숙주나물무침*(1.5.13.18.) 고구마쥬러스맛탕*(1.2.5.6.13.) 배추김치(9.13.) 쁘띠첼(복숭아)*(2.5.13.)		발아현미밥* 쇠고기두부국*(1.5.13.16.) 시금치나물무침*(1.2.5.6.10.13.16.18.) 묵은지닭볶음*(5.6.9.13.15.) 모듬소세지채소볶음*(2.5.6.10.15.16.) 각두기*(9.13.) 골레도르아이스크림(치즈케이크)(1.2.5.)		목살필라프*(1.2.5.6.10.13.18.) 김치콩나물국*(5.6.9.13.18.) 양배추찜(쌈장)*(5.6.13.) 치즈떡볶이*(1.2.5.6.13.) 채소튀김*(5.6.13.) 배추김치(9.13.) 채소담은ABC주스*(13.)		현미찰쌀밥* 닭개장*(1.5.13.15.16.) 치커리사과샐러드*(1.2.5.6.13.) 두부/김치볶음*(5.9.10.13.) 청양풍불고기*(5.6.10.13.) 총각김치(자율)*(9.13.) 호박설기(지역산)*		보리밥* 오징어무국*(5.6.9.13.17.18.) 쫄면채소무침*(5.6.13.) 적포도*(2.5.6.11.) 미역줄기볶음*(1.5.6.13.16.) 통모짜갈릭스테이크*(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) 배추김치(9.13.)						
* 에너지/단백질/칼슘/철 720.9/34/118/3.2		* 에너지/단백질/칼슘/철 873.4/41.5/102/3.2		* 에너지/단백질/칼슘/철 828.6/30.7/162/3.5		* 에너지/단백질/칼슘/철 838.5/53.3/194.6/5.6		* 에너지/단백질/칼슘/철 619.5/28.6/265.1/6.1						
학교급식 식재료 원산지표시	쌀 (밥,죽)	배추김치 (배추,고추,가루)	쇠고기/ 가공품	돼지고기/ 가공품	닭고기/ 가공품	오리고기/ 가공품	콩/ 두부	오징어/ 가공품	고등어	명태	꽃게	주꾸미, 미,지	다랑어/ 가공품	갈치
	국내산	국내산	국내(한우) /국내산, 호주산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산/ 페루산	국내산	러시아산	중국산	베트남산/ 중국산	원양산	세네갈산

6월 학교급식 안내 (식식)

						6/1 Thu		6/2 Fri						
						작은밥(보리)* 콩나물국*(5.) 짜게치(치즈계란짜장면)*(1.2.5.6.10.13.16.18.) 아삭오이고추된장무침(자율)*(5.6.13.) 꿔바로우(파인소스)*(1.2.5.6.10.12.13.16.18.) 배추김치(9.13.) 단무지(반달)* 웃담요구르트(사과)*(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 850.5/28.4/374.8/7.8		발아현미밥* 만둣국*(1.5.6.9.10.13.16.18.) 매운닭감자조림*(5.6.9.13.15.) 떡갈비스틱*(5.6.10.12.13.15.16.) 배추김치(9.13.) 미니칼릭크로와상*(1.2.5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 764.6/42.4/96.4/6.1						
6/5 Mon		6/6 Tue		6/7 Wed		6/8 Thu		6/9 Fri						
재량휴업일		현충일		후리카케볶음밥(작은)*(1.2.5.6.9.13.16.18.) 순두부계란국*(1.5.6.) 순대찜*(2.5.6.10.13.16.) 우삼겹떡볶이(주)*(1.2.5.6.10.13.15.16.) 배추김치(9.13.) 콜피스(복숭아)*(11.13.) 감자튀김(칼릭디핑)*(1.2.5.6.12.13.) 단무지(반달)* * 에너지/단백질/칼슘/철 877.5/25.2/162.1/4.8		흑미밥* 취나물무침* 목은지제육볶음*(5.6.9.10.13.) 토마토달걀볶음*(1.2.5.6.12.13.18.) 배추김치(9.13.) 베이컨떡말이*(1.5.6.10.12.13.) 국수장국*(1.5.6.9.13.15.16.18.) * 에너지/단백질/칼슘/철 818.2/45.5/278.9/5.9		보리밥* 닭고기미역국*(5.6.15.) 불어묵떡조림*(1.5.6.13.) 콩나물무침*(5.) 피쉬앤칩스*(1.5.6.13.) 배추김치(9.13.) 메이플피칸*(1.2.5.6.13.14.) * 에너지/단백질/칼슘/철 725/29.1/121.5/3.3						
6/12 Mon		6/13 Tue		6/14 Wed		6/15 Thu		6/16 Fri						
현미찰쌀밥* 치즈돈가스*(1.2.5.6.10.12.13.16.18.) 배추김치(9.13.) 옥수수스프*(2.5.6.13.16.) 키위* 로세스파게티*(1.2.5.6.9.10.12.13.16.18.) 피클* * 에너지/단백질/칼슘/철 853.3/30.1/236.9/3.2		나시고랭(볶음밥)*(1.2.5.6.9.10.13.15.16.18.) 종합어묵국*(1.5.6.) 시금치나물무침*(1.2.5.6.10.13.16.18.) 두부/김치볶음*(5.9.10.13.) 짜조(새우)*(1.5.6.9.12.13.) 배추김치(9.13.) 오곡초코크런키바*(2.5.) * 에너지/단백질/칼슘/철 781.4/36.7/200.6/5.4		발아현미밥* 된장찌개*(5.6.10.) 비빔국수*(1.5.6.9.13.) 양파부추무침*(5.6.) 삼겹살&목살구이/상추쌈*(2.5.6.10.13.16.) 배추김치(9.13.) 허쉬가나슈아이스크림*(1.2.5.) * 에너지/단백질/칼슘/철 822.6/33.6/91.4/3.2		작은밥(보리)* 탄탄면(주)*(2.4.5.6.9.10.13.16.17.18.) 참치김치볶음*(5.6.9.13.) 배추김치(9.13.) 피크닉(청포도)*(13.) 지파이(치킨)*(1.2.5.6.12.15.16.) 단무지(반달)* * 에너지/단백질/칼슘/철 889.9/33/121.9/3.4		흑미밥* 부대찌개*(1.2.5.6.8.9.10.13.15.16.) 숯불바베큐/미트볼조림*(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) 무생채*(13.) 돈육콩나물볶음*(5.6.10.13.) 배추김치(9.13.) 수수부꾸미* * 에너지/단백질/칼슘/철 706.3/40.5/194.4/4.2						
6/19 Mon		6/20 Tue		6/21 Wed		6/22 Thu		6/23 Fri						
소고기우영볶음밥*(1.2.5.6.9.13.16.18.) 두부된장국*(5.6.13.18.) 깻잎순볶음*(5.6.18.) 햄김치볶음*(1.2.5.6.9.10.13.15.16.) 크림감자노끼*(1.2.5.6.10.12.13.15.16.) 배추김치(9.13.) 마시는하동매실* * 에너지/단백질/칼슘/철 825.6/35.3/276.5/5.5		발아현미밥* 순대국(모듬고기/주)*(2.5.6.10.13.16.) 야채계란찜*(1.9.13.) 양파부추무침*(5.6.) 김치전*(1.5.6.9.13.17.) 배추김치(9.13.) 최고야포도씨*(13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 716.1/23.4/155.8/8.4		보리밥* 파리고추돈육장조림*(5.6.10.13.) 시금치고추장무침*(1.5.6.13.18.) 포테이토치즈스틱*(1.2.5.6.12.) 남도떡갈비(파채)*(1.2.5.6.10.12.13.16.) 배추김치(9.13.) 닭죽*(13.15.) * 에너지/단백질/칼슘/철 781.7/41/66.4/4.1		마크니커리&난*(1.2.3.4.5.6.7.8.9.10.11.12.13.14.15.16.17.18.19.) 유부김치국*(5.9.) 콩나물무침*(5.) 열대과일샐러드*(1.2.5.6.) 오오통살새우까스(치폴레)*(1.5.6.9.12.13.16.) 배추김치(9.13.) 플리토(골드키위배)*(1.2.5.6.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 720.9/34/118/3.2		귀리밥* 낙지연포탕*(5.) 돼지불고기*(1.5.6.10.13.18.) 팝콘치킨(콘시즈닝)*(1.2.5.6.12.15.16.18.) 배추김치(9.13.) 타코야끼*(1.2.5.6.13.17.) * 에너지/단백질/칼슘/철 789.7/45.3/129.3/4.3						
6/26 Mon		6/27 Tue		6/28 Wed		6/29 Thu		6/30 Fri						
돈가스덮밥(가즈동)*(1.2.5.6.10.12.13.18.) 맑은미역국*(5.6.13.18.) 쫄득이만두(김치,고기)*(1.5.6.10.16.18.) 골뱅이야채무침*(5.6.13.) 배추김치(9.13.) 파인애플* * 에너지/단백질/칼슘/철 720.9/34/118/3.2		귀리밥* 매콤어묵탕*(1.5.6.) 해물콩나물찜*(5.6.9.13.17.18.) 파닭(레몬소스)*(5.6.13.15.) 맛김*(13.) 배추김치(9.13.) 사과&망고주스*(13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 721.4/44.7/184.1/4.9		보리밥* 김치수제비국*(5.6.9.) 고등어무조림*(5.6.7.13.18.) 불어묵파리고추조림*(1.5.6.13.) 김가루실파무침*(1.5.6.13.18.) 배추김치(9.13.) 고마워감귤씨*(13.) 미니불고기버거*(1.2.5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 787.1/31/251.5/4.1		발아현미밥* 들깨감자국*(9.13.16.) 오이부추무침*(5.6.9.13.) 칠리만두강정*(1.5.6.10.12.13.15.16.18.) 닭장각구이(바베큐)*(1.5.6.12.13.15.18.) 두부어묵바*(1.2.5.6.13.16.) 배추김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 897/46.2/183.4/3.6		흑미밥* 부대찌개*(1.2.5.6.8.9.10.13.15.16.) 가지찜(자율)*(5.6.13.16.18.) 야채달걀말이*(1.5.6.13.) 오리훈제/무쌈*(1.2.5.6.) 배추김치(9.13.) 우리밀생크림오믈렛*(1.2.5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 850.9/43.8/207.9/6.3						
학교급식 식재료 원산지표시	쌀 (밥,죽)	배추김치 (배추,고추,가루)	쇠고기/ 가공품	돼지고기/ 가공품	닭고기/ 가공품	오리고기/ 가공품	콩/ 두부	오징어/ 가공품	고등어	명태	꽃게	주꾸미,낙지	다랑어 가공품	갈치
	국내산	국내산	국내(한우) /국내산, 호주산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산/ 페루산	국내산	러시아산	중국산	베트남산/ 중국산	원양산	세네갈산