



한국전통문화고등학교

“창의적인 전통문화 인재 육성”

# 가정통신문

제2025- 1호

발송일: 2024.03.04.

발송처: 한국전통문화고등학교

관인생략

## 제 목

2025학년도 3월호 영양소식지



### 2025년 학교급식 운영 안내

1. 우리 학교에서는 환경과 건강을 생각하여 제철에 나는 다양한 친환경 농산물을 사용해 학교급식을 제공하며, 음식을 통해 자신의 건강은 물론 생명의 소중함 등 자연환경에 대한 배려를 실천하는 환경친화적인 식생활 습관을 형성하고자 친환경적 급식을 실시합니다.
2. 2025년에도 학부모 부담 경감 및 교육복지 증진을 위하여 **급식비(4,560원)는 무상**으로 지원합니다.
3. 학교급식용 쌀은 전라북도에서 생산되는 **친환경 무농약쌀**을 사용하고 있습니다.
4. 학교급식법령의 영양관리기준을 준수하여 영양소가 골고루 함유된 균형 있는 식단을 제공하며 사용하는 식재료의 원산지과 함께 식단표는 **홈페이지에** 내용을 공개하고 있습니다.
5. 철저한 식품 검수 및 위생관리시스템으로 위생적이고 믿을 수 있는 급식을 운영하고 있습니다.
6. 화학조미료는 사용하지 않고, 가공식품의 사용을 제한하며 우리 고유의 전통음식을 식단에 적극 반영하여 계절에 맞는 식품을 제공하려고 노력합니다.
7. 한우 2등급 이상, 돼지고기 국내산 2등급 이상, 닭고기 국내산 1등급 이상, 오리고기와 그 가공품은 HACCP 인증 제품으로 국내산 사용을 원칙으로 하며, 김치는 모든 재료를 국내산만 사용하여 제공합니다.



### 쌍방향급식게시판 운영 & 영양량 및 원산지, 알레르기 정보 안내

학생들의 영양불균형 문제를 개선하고자 '쌍방향급식게시판'을 운영하고, 급식 홍보자료, 설문에 관한 통계자료, 영양량 및 식재료 원산지, 알레르기 식품, 오늘의 식단 사진이 올려지고 있으니 많은 관심 바랍니다.

※ 홈페이지: 학교소식 → 식생활관 → 쌍방향급식게시판, 급식앨범



### 1일 급식비 사용 비율

구분	식품비	운영비	인건비	계
조식	3,850	550	1,100	5,500원
중식	3,540	510		4,560원
석식	3,850	550	1,100	5,500원
교직원	4,850	250		5,100원

※ 지방자치단체에서 1인 1식당 친환경 쌀 및 농산물 지원금 420원, 바이전주농산물 40원이 지원되고 있습니다.



### 학교에서의 급식 예절

#### <급식 먹기 전>



1. 손을 깨끗이 씻기
2. 차례대로 급식받기
3. 식판은 양손으로 바르게 들고 배식받아 자리로 이동하기
4. 식사하기 전 감사 인사하기
5. 바른 자세로 앉아서 골고루 맛있게 먹기

#### <급식 먹을 때>



6. 음식이 입안에 있을 때는 말하지 않기
7. 정해진 시간 안에 식사하기
8. 남은 음식은 국그릇에 모아서 깨끗이 정리하기

#### <급식 먹고 나서>



9. 자기 주변에 지저분한 것이 없도록 정리하기
10. 뛰지 않고 조용히 교실로 돌아가기



### 청소년기 식생활지침

#### ◆ 각 식품군을 매일 골고루 먹자

- 밥과 다양한 채소, 생선 육류를 포함하는 반찬을 골고루 매일 먹고 간식으로는 신선한 과일을 주로 먹으며 우유를 매일 2컵이상 마십니다.

#### ◆ 짠 음식과 기름진 음식을 적게 먹자

- 짬뽕, 짬 국물, 인스턴트음식, 튀긴 음식과 패스트푸드를 적게 먹습니다.

#### ◆ 건강 체중을 바로 알고, 알맞게 먹자

- 내 키에 따른 건강 체중을 알고, 매일 한 시간 이상 적극적으로 신체활동을 합니다. 또한 무리한 다이어트를 하지 않으며 TV시청과 컴퓨터게임 모두 합해서 하루에 두 시간 이내로 제한합니다.

#### ◆ 물이 아닌 음료를 적게 마시자

- 물을 자주 충분히 마시고, 탄산음료, 가당음료를 적게 마시며 술은 절대로 마시지 않습니다.

#### ◆ 식사를 거르거나 과식하지 말자

- 아침식사를 거르지 않고 식사는 제 때에 천천히 먹고, 배가 고프더라도 한꺼번에 많이 먹지 않습니다.

#### ◆ 위생적인 음식을 선택하자

- 불량식품을 먹지 않고 식품의 영양표시와 유통기한을 확인하고 선택합니다.

[자료 출처: 식품의약품안전처, 식품안전정보원, 질병관리본부]

# 2025. 3월 학교급식 식단 안내

	3/3 <b>Mon</b>	3/4 <b>Tue</b>	3/5 <b>Wed</b>	3/6 <b>Thu</b>	3/7 <b>Fri</b>
조식	 <p>새로운 출발을 응원해</p> <p>한국전통문화고등학교 입학 진심으로 축하드립니다.</p>	친환경쌀밥 참치김치찌개(5.9.16.18) 메추리알돈육장조(1.5.6.10.13) 연어까스&타르타르소스(1.2.5.6.16) 도시락김 배추김치(9) 딸기크림머핀(1.2.5.6.13) *에너지/단백질/칼슘/철 770.1/29.3/156.7/3.4	간장계란밥(1.2.5.6) 황태감자국(1.5) 참나물유자청무침(5.6.13) 오리훈제구이/무쌈(1.2.5.6) 배추김치(9) 사과 크로와상c(1.2.5.6) *에너지/단백질/칼슘/철 777.6/30.4/140.0/3.9	친환경쌀밥 닭무국(15) 진미채조림(5.6.13.17) LA칼비구이(5.6.10.13.16.18) 깍두기(9) 대파크림치즈파이(1.2.5.6) 바나나라떼(2) *에너지/단백질/칼슘/철 660.6/24.0/207.1/2.0	친환경쌀밥 맑은낙지배춧국(5.6) 닭봉골소스조림(4.5.6.13.15.18) 에그포테이토샐러드(1.2.5.6.13) 짜먹는구이햄&머스터드 (1.2.5.6.10.15.16) 배추김치(9) 우리밀모닝빵&딸기잼(1.2.5.6.13) *에너지/단백질/칼슘/철 745.7/27.5/90.0/2.3
중식		친환경흑미밥 냉이된장찌개(5.6.18) 꼬시래기쫄면무침(5.6.13) 크런치중화만두(2.5.6.10.16) 삼겹살오븐구이/야채쌈(5.6.10) 배추김치(9) 청사과청굴에이드/유기농포도주스 *에너지/단백질/칼슘/철 768.6/23.8/200.6/5.2	<b>경칩</b> <small>봄 겨울잠을 자던 개구리가 깨어 움직이는 시기</small> <b>친환경찰현미밥</b> <b>돈까스김치나베(1.2.5.6.9.10.13.18)</b> <b>꽃맛샐러드(1.5.6.8.13.18)</b> <b>알감자튀김&amp;갈릭마요소스(1.2.5.6.13)</b> <b>깍두기(9)</b> <b>개구리샌드위치(경칩)</b> <b>(1.2.5.6.10.12.13.15.16)</b> <b>스위트제주청굴(13)</b> <b>*에너지/단백질/칼슘/철</b> <b>780.5/18.9/151.6/2.1</b>	차수수밥 쇠고기무국(5.6.16) 콩나물무침(5) 제철(봄)주꾸미볶음 (2.5.6.10.12.13.16.18) 향긋한새우미나리전&달래장 (1.2.5.6.9.12) 봄동배추겉절이(13) 딸기사고(2.13) *에너지/단백질/칼슘/철 765.8/31.7/223.7/3.9	친환경찰보리밥 병천식열큰순대국 (2.5.6.10.13.16) 두릅&초장(5.6.13) 제육볶음c(5.6.10.13.18) 삼치카레구이(2.5.6.12.13.16.18) 깍두기(9) 요거타임(사과)(2) *에너지/단백질/칼슘/철 709.9/34.7/168.3/4.8
석식		참치마요덮밥(1.5.6.13.18) 콩나물국c(5.6) 스텔라st떡볶이(1.5.6) 회오리감자(5.6) 배추김치(9) 오렌지망고주스 *에너지/단백질/칼슘/철 673.6/25.6/97.2/1.9	친환경찰현미밥 조랭이미역국(16) 갯잎양념조림(5.6) 마라로제짬뽕c(2.5.6.13.15.16) 김말이튀김(1.5.6.16) 배추김치(9) 달콤한납작복숭아주스(11.13) *에너지/단백질/칼슘/철 779.6/24.5/169.4/10.2	친환경찰보리밥 바지락순두부찌개(1.5.6.9.18) 시금치나물 해물볶음우동 (5.6.8.9.13.16.17.18) 명란한떡갈비/부추무침 (5.6.7.10.13.16) 배추김치(9) 칼슘콩도너츠(1.2.5.6.13) *에너지/단백질/칼슘/철 756.6/24.4/156.5/4.9	<b>급식실 이용규칙</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>밥 먹기 전에는 손을 깨끗이 씻어야</li> <li>음물 서서 잠시 있게 급식실로 이동해요</li> <li>친구들과 장난치지 않고 골고루 먹어요</li> <li>다 먹고 남은 음식물 모아서 내어요</li> </ul>









## 2025. 3월 학교급식 식단 안내



	3/10 	3/11 	3/12 	3/13 	3/14 
조식	친환경쌀밥 한우육개장(1.16) 사과소스인미트볼 (1.5.6.10.12.16.18) 찰도그를 (2.5.6.10.12.15) 배추김치(9) 장수사과즙(13) 황치즈파이(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 783.0/23.4/130.3/2.2	친환경쌀밥 건새우아육국(5.9) 비엔나파프리카볶음 (10.12.13.16) 파래자반볶음 불낙볶음(10) 배추김치(9) 초코크림머핀(1.2.5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 678.6/27.8/212.9/3.0	친환경쌀밥 전주식콩나물국c(5.9.17) 목은지닭볶음(5.6.9.15) 갯잎순나물(5.6) 채썬애호박전c(1.5.6) 깍두기(9) 요거톡(초코필로우&크런치)(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 678.4/32.2/259.2/2.5	친환경쌀밥 오징어무국(5.17) 오리불고기(5.6) 해쉬브라운&케첩(5.6.12) 배추김치(9) 워터젤리(복숭아맛)(11) 티라미슈크림찜떡 * 에너지/단백질/칼슘/철 768.7/25.5/195.0/3.1	고소한누룽지 배추김치(9) 뉴욕핫도그c(1.2.5.6.10.15.16) 스모어클래식쿠키 (1.2.5.6) 우유와 시리얼(아몬드후레이크) (2.5.6) 파인애플바 * 에너지/단백질/칼슘/철 741.9/19.5/322.5/3.0
중식	친환경찰현미밥 한우설렁탕(1.5.16) 훈제오리단호박찜(5.6.13.18) 부추겉절이(13) 두부스팸조림(5.6.10.13) 깍두기(9) 호두과자(3종)(1.2.5.6.14) *에너지/단백질/칼슘/철 777.0/27.3/115.8/3.3	옥수수밥 마라탕c(2.4.5.6.13.16) 갈치감자조림(5.6.13) 참나물고막무침(5.6.18) 누룽지찜쌀떡바로우 (5.6.10.11.12.13.18) 배추김치(9) 패션후르츠주스 *에너지/단백질/칼슘/철 761.7/26.0/202.4/2.8	한입가득꽃등심카레덮밥 (2.5.6.12.16) 달걀실파국(1.18) 간장어묵볶음(1.5.6.13) 칠리베이컨샐러드 (1.5.6.10.12.13) 임실치즈롤가스/소스 (1.2.5.6.10) 배추김치(9) 한라봉 *에너지/단백질/칼슘/철 750.1/30.0/133.3/3.3	친환경흑미밥 봄향가득주꾸미샤브샤브(5.6) 중화풍가지찜(5.6.13.18) 제육볶음&야채쌈(5.6.10.12.13) 부추새송이만두(1.5.6.10.16.18) 배추김치(9) 스위트플럼(자두주스) *에너지/단백질/칼슘/철 760.5/37.1/132.8/3.4	 날치알김치볶음밥 &계란후라이(1.9) 양송이스트프/크루통(2.5.6.16) 리코타치즈샐러드(1.2.5.6.11.12) 케이준감자튀김/케첩(5.6.12) 우대갈비오븐구이 (2.5.6.12.13.16.18) 배추김치(9) 부시맨브레드(2.5.6) *에너지/단백질/칼슘/철 750.3/20.0/118.5/3.6
석식	감가루주먹밥 (1.2.5.6.9.13.16.18) 유부주머니우동 (1.2.5.6.9.10.13.16) 반달단무지 스노우감자채전 (2.5.6.10.12.13) 갈떡갈떡꼬치 (2.5.6.10.13.15.16) 배추김치(9) 쥬시쿨(12) *에너지/단백질/칼슘/철 773.1/28.2/235.5/3.7	친환경흑미밥 감자양파국(5.6) 숙주나물 고추잡채&꽃빵 c(5.6.10.12.13.18) 오코노미야키카츠 (1.2.5.6.10.12.16.18) 깍두기(9) 딸기콘과자(2) *에너지/단백질/칼슘/철 737.2/23.8/119.7/2.5	부타동(1.5.6.7.10.15.16) 미소된장국c(5.6) 알볼로목동피자 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) 배추김치(9) 레인보우큐브치즈샐러드 c(1.2.5.6.12) 해가득사과주스(13) *에너지/단백질/칼슘/철 665.7/31.6/254.9/3.1	친환경흑미밥 돈육김치찌개(5.9.10) 순대곱창볶음(2.5.6.8.10.16) 도시락김 명란감자치즈구이(1.2.5) 깍두기(9) 플리또청포도주스 *에너지/단백질/칼슘/철 711.3/26.3/241.1/4.0	 너도? 니도! 지킴이! 전반슬어거 · 지구지킴이

# 2025. 3월 학교급식 식단 안내

	3/17 	3/18 	3/19 	3/20 	3/21 
조식	친환경쌀밥 두부된장국(5) 직화간장불고기 c(5.6.10.13.18) 김부각(5.6) 에그랑땡 (1.2.5.6.10.12.15.16.18) 배추김치(9) 콘소보로블루베리쿠키바 (1.2.5.6) *에너지/단백질/칼슘/철 716.1/31.2/114.9/3.6	친환경쌀밥 고소한누룽지 매운돼지갈비찜c(5.6.10.13) 옛날소세지전 (1.2.5.6.10.15.16) 찐계란(1.13) 배추김치(9) 딸기우유(2) *에너지/단백질/칼슘/철 743.9/28.8/73.9/2.4	친환경쌀밥 한우곰탕(5.6.16) 닭갈비c(5.6.13.15) 치즈감자고로케/케찹 (1.2.5.6.12) 깍두기(9) 달콤한샤인머스켓 프렌치토스트(1.2.5.6) *에너지/단백질/칼슘/철 669.8/32.3/90.8/2.4	친환경쌀밥 우거지해장국(5.6.16) 상추겉절이 말랑떡새우완자 (1.5.6.9.12.16.18) 묵은지사태찜(5.6.9.10.13) 깍두기(9) 초코우유(2) *에너지/단백질/칼슘/철 747.8/36.2/269.5/3.8	친환경쌀밥 순두부계란국c(1.5) 야채어묵볶음(1.5.6) 정통함박스테이크/소스 (조)(1.2.5.6.10.12.15.16) 배추김치(9) 밤양갱 순수배즙 *에너지/단백질/칼슘/철 690.9/28.0/107.4/3.4
중식	친환경찰현미밥 한우불고기시금치파스타 (1.2.5.6.13.16) 돼지고기짜글이찌개(5.6.10) 생안심카츠/소스 (2.5.6.10.12.13.15.18) 배추김치(9) 바질토마토(12.13) 블루베리즙 *에너지/단백질/칼슘/철 790.3/32.6/134.1/3.2	친환경찰보리밥 송탄식부대찌개 (1.2.5.6.9.10.12.15.16) 김가루실파무침 케이준치킨샐러드 (1.2.5.6.11.12.15) 눈꽃치즈연어스테이크(2.5.6) 배추김치(9) 천혜향 *에너지/단백질/칼슘/철 735.6/35.2/137.6/3.2	친환경흑미밥 쇠고기미역국(16) 동인동찜갈비(10) 들깨마요느타리버섯볶음(1.5) 마라크림새우볼(2.5.6.9.13.16) 배추김치(9) 그리스식요거트(2) *에너지/단백질/칼슘/철 752.7/32.6/212.1/2.3	참치봄나물비빔밥(5.6.16.18) 청국장찌개(5.9.10) 활짝핀떡갈비 c(2.5.6.7.10.13.16) 배추김치(9) 아삭오이지무침 딸기참쌀떡(6) 후레쉬업(키위&사과주스)(13) *에너지/단백질/칼슘/철 781.8/34.5/170.0/4.4	차수수밥 닭개장(1.15) 브로콜리/초장(5.6.13) 한우소불고기&파채(5.6.13.16) 소떡소떡꼬치c(2.5.6.10.13.15) 깍두기(9) 호호사과요구르트 *에너지/단백질/칼슘/철 664.5/24.9/81.1/2.4
간식	옥수수밥 짜치게(짜장라면+치즈+계란)(1.2.5.6.10.13.15.16) 오색어묵국(5.6.18) 반달단무지 김피탕 (1.2.5.6.9.10.12.13.18) 배추김치&파김치(9) 얼려먹는요구르트(2) *에너지/단백질/칼슘/철 725.0/27.6/259.8/5.1	차수수밥 들깨수제비국(1.5.6.9.18) 오징어볶음(5.6.12.13.16.17) 게맛살미역줄기볶음(1.5.6.8) 오리훈제구이/무쌈(1.2.5.6) 배추김치(9) 애플망고주스 *에너지/단백질/칼슘/철 663.3/28.5/369.6/3.6	친환경찰현미밥 사골물만둣국(1.5.6.10.16.18) 마카로니콘샐러드 (1.2.5.6.10.13.15.16) 주꾸미삼겹살볶음(5.6.10.13) 배추김치(9) 고르곤졸라피자(2.5.6.12.13) 매실주스 *에너지/단백질/칼슘/철 694.0/21.7/140.0/4.5	친환경찰보리밥 콩나물국c(5.6) 상추겉절이(5.6.13) 돈육김치볶음&온두부(5.9.10) 타코야끼(1.2.5.6.13) 깍두기(9) 누텔라코코넛토스트(1.2.5.6) *에너지/단백질/칼슘/철 753.9/27.3/171.7/3.9	





## 2025. 3월 학교급식 식단 안내



	3/24 <b>Mon</b>	3/25 <b>Tue</b>	3/26 <b>Wed</b>	3/27 <b>Thu</b>	3/28 <b>Fri</b>
조식	친환경쌀밥 굴림만두완탕 (1.2.5.6.8.10.15.16.18) 닭감자볶음(5.6.15) 토마토달걀볶음 (1.2.5.6.12.16) 배추김치(9) ABC밸런스주스 화이트초코&피스타치오토스트 (1.2.6.14) *에너지/단백질/칼슘/철 782.4/30.5/167.6/3.2	친환경쌀밥 돼지고기고추장찌개(5.6.10) 한우소보로메추리알장조림 (1.5.6.13.16) 오징어브로콜리숙회 (5.6.13.17) 배추김치(9) 우리밀초코파이(1.2.5.6) 오곡미숫가루라떼(2) *에너지/단백질/칼슘/철 761.9/35.3/323.4/5.3	친환경쌀밥 닭다리녹두삼계탕(1.15) 도토리묵야채무침 돈육겉잎볶음(5.6.10) 배추김치(9) 포도주스(13) 플레인베이글&크림치즈(1.2.5.6) *에너지/단백질/칼슘/철 700.6/32.8/118.4/3.6	친환경쌀밥 나가사키짬뽕국 (1.2.5.6.9.10.12.13.17.18) 진미채조림(5.6.13.17) 통새우카츠&치폴레소스 (1.2.5.6.9.12.13) 배추김치(9) 스위트파인주스(13) 카라멜포켓팝콘(2.5) *에너지/단백질/칼슘/철 750.3/31.6/129.1/2.7	잉글리시머핀샌드위치 (1.2.5.6.10.13.15.16) 고소한누룽지 해쉬브라운&케첩(5.6.12) 살구에이드 우유와시리얼(그레놀라)(2.5.6) 떠먹는골드키위* *에너지/단백질/칼슘/철 777.6/27.2/347.4/4.0
중식	친환경흑미밥 감자옹심이국(5.6.9.18) 아귀찜c(5.6.13.18) 방풍나물(5.6) 돈육버섯불고기&야채쌈 (5.6.10.12.13) 배추김치(9) 후레쉬업(라임&레몬주스)(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 785.6/37.7/303.9/5.5	소고기멸치주먹밥 (1.2.5.6.9.13.16.18) 오색어묵국(5.6.18) 청년다방st떡볶이 (1.2.5.6.7.10.15.16) 반달단무지 버터갈릭감자튀김 c(1.2.5.6.13) 배추김치(9) 쥬시쿨(12) * 에너지/단백질/칼슘/철 781.0/30.6/139.6/3.4	친환경쌀밥 한우양지쌀국수(5.6.15.16) 세발나물사과무침(5.6.13) 카다이프새우튀김/칠리소스 (5.6.9.12.13) 배추김치(9) 리얼초코프리첼(2.5.6) 열대과일샐러드c(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 715.7/33.2/165.3/3.3	차수수밥 전복미역국(5.6.18) 보쌈/무말랭이/쌈채소(5.6.10) 들기름막국수 (1.2.3.5.6.9.13.16.18) 오징어김치전c(1.5.6) 보쌈김치(9) 수제말기보틀케이크(1.2.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 784.5/28.1/149.8/3.9	친환경찰현미밥 참치김치찌개(5.9.16.18) 햄부추달걀말이 (1.2.5.6.8.10.15.16) 수제허니간장누룽지치킨 (5.6.15) 도시락김 깍두기(9) 블루레몬에이드 * 에너지/단백질/칼슘/철 771.5/37.2/158.0/3.4
저식	친환경찰보리밥 한우장터국밥(5.6.16) 돌나물배우침(5.6.13) 매콤순대야채볶음 c(2.5.6.8.10.13.16) 싸먹는오리구이&머스타드 (1.2.5.6) 깍두기(9) 블랙사파이어주스(13) *에너지/단백질/칼슘/철 765.4/21.2/216.1/3.5	친환경찰현미밥 시금치두부된장국(5.6) 흑임자연근무침(1.5.13) 삼겹숙주볶음c(5.6.10.13.18) 크런치가자미구이 c(1.2.5.6.13) 배추김치(9) 파인애플주스(13) *에너지/단백질/칼슘/철 727.7/25.2/248.6/3.0	친환경흑미밥 북어해장국(5.6) 매콤닭장각구이 (1.2.4.5.6.10.12.13.15.16.18) 샐러드파스타(1.2.5.6.12.13) 행감자채볶음(1.2.5.6.10.15.16) 배추김치(9) 오라떼(복숭아) *에너지/단백질/칼슘/철 673.0/23.3/91.6/2.2	친환경찰보리밥 닭곰탕(1.5.6.15) 달걀찜c(1.2.5.6.8) 부추겉절이(13) 연양식바삭불고기/어린잎채소 c(2.5.6.10.15.16.18) 깍두기(9) 육포품은김스낵(치즈 맛)(2.5.6.9.16) *에너지/단백질/칼슘/철 651.9/32.8/126.5/5.8	



## 2025. 3월 학교급식 식단 안내



03/31 Mon						
조식	친환경쌀밥 쇠고기두부탕(1.5.16) 비엔나파프리카볶음 (2.5.6.10.12.13.15.16) 육원전(1.2.5.6.10.15.16) 배추김치(9) 고구마파이(1.2.5.6) 항아리바나나우유(2.13) *에너지/단백질/칼슘/철 714.7/25.7/204.3/3.5	❖ 식재료 원산지 안내				
		쌀 (참쌀,현미)	배추김치 (배추/고춧가루)	콩 (두부류)	쇠고기 (가공품포함)	낙지
중식	친환경찰현미밥 돈육등뼈감자탕(5.6.10) 알밤메추리알장조림 (1.5.6.13) 참나물유자청무침(5.6.13) 치즈불닭 (1.2.5.6.13.15.16.18) 깍두기(9) 달콤한샤인머스켓 * 에너지/단백질/칼슘/철 785.0/34.9/223.0/3.4	국내산	국내산/국내산	국내산	국내산(한우)	베트남, 중국산
		돼지고기 (가공품포함)	닭고기 (가공품포함)	오리고기 (가공품포함)	오징어	조기
		국내산	국내산	국내산	국내산	중국산
		오징어가공품	꽃게 (가공품포함)	다랑어 (가공품포함)	명태	주꾸미
저식	친환경찰보리밥 유부우동장국(1.2.5.6.9.13) 구슬치즈양상추샐러드 (2.5.6.12) 마제소바(1.5.6.10) 스노우어니언새우까스 (1.2.5.6.9.12.13.15) 배추김치(9) 플리또골드키위배주스(13) *에너지/단백질/칼슘/철 777.1/23.0/186.1/3.1	❖ 알레르기 유발 식품 안내				
		①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 등의 알레르기 유발식품을 표시하였습니다.				
		해당식품에 특정증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에 알레르기 증상을 보이는 학생은 <b>식생활관(☎ 711-7770)</b> 으로 전화나 방문을 통해 비상상황에 대체할 수 있도록 각별한 주의를 부탁드립니다.				