



7월 학교급식 식단 안내



| | | 7월 학교급식 식단 안내 | | | | |
|----|--|---|---|--|---|--|
| | | 2025-07-01 (화) | 2025-07-02 (수) | 2025-07-03 (목) | 2025-07-04 (금) | |
| 조식 | | 친환경현미밥 복어채달걀국1 돈육김치볶음/온두부5.9.10.13 멘치카츠1.5.6.10.12.13.18 깍두기9 엔요요구르트2 * 에너지/단백질/칼슘/철 858.0/36.8/179.9/3.1 | 속이편한누룽지 옥수수함박스테이크1.2.5.6.13 배추김치9 감자샌드위치 1.2.5.6.10.13.15.16 바나나맛우유2 참치마요삼각밥1.2.5.6.10 * 에너지/단백질/칼슘/철 971.0/22.3/177.1/6.7 | 친환경현미밥 닭곰탕15 콩나물돼지불고기5.6.10.13 육원전1.5.6.10.15.18 배추김치9 떠먹는요구르트2 * 에너지/단백질/칼슘/철 977.3/58.2/231.9/5.0 | 친환경현미밥 달걀떡국1 매운칠리닭봉조림5.6.12.13.15 싸먹는햄구이1.5.6.10.15.16 배추김치9 시리얼&우유오레오즈2.5.6 * 에너지/단백질/칼슘/철 963.6/40.7/328.7/3.4 | |
| | | 기장밥 소고기무국5.16 돼지갈비바베큐구이 5.6.10.12.13.18 타코야끼1.2.5.6.13 더덕양념구이5.6.13 배추김치9 레모나젤리정담만보여 * 에너지/단백질/칼슘/철 835.3/23.7/95.7/2.8 | 새우볶음밥 1.2.5.6.9.10.13.15.16.18 팽이버섯미소된장국5.6 갈치감자조림5.6.13 꿔바로우당수육1.5.6.10 배추김치9 짜장소스5.6.10.13.16 음료뿌퐁-자두맛 * 에너지/단백질/칼슘/철 840.4/33.1/203.6/2.7 | 건파래주먹밥 1.2.5.6.9.13.16.18 어묵우동국1.2.5.6.7.9.13.18 수제왕돈까스/소스 1.2.5.6.10.12.13.16 배추김치9 딸기아이스캔디1.2.5 그린샐러드1.2.5.6 로제떡볶이 1.2.5.6.10.12.13.15.16 * 에너지/단백질/칼슘/철 931.8/35.9/259.2/2.8 | 수수밥 물갈비/당면사리5.10 비빔만두1.5.6.10.13.16.18 연탄오리돈불고기 굴소스가지볶음5.6.13.18 배추김치9 음료비타한라봉주스13 * 에너지/단백질/칼슘/철 830.4/27.7/96.3/4.0 | |
| | | 친환경현미밥 동치미냉면3.5.6.16 돼지주물럭오븐구이5.6.10.13 애호박/햐전1.2.5.6.10.15.16 배추김치9 열무김치9 플리또주스13 * 에너지/단백질/칼슘/철 945.9/49.5/136.2/3.3 | 친환경현미밥 동태두부찌개5.6 임금님밥상너비아니 1.2.5.6.10.12.13.15.16.18 허브치킨플레로티5.6.12.13.15 배추김치9 과일수박 * 에너지/단백질/칼슘/철 937.6/47.9/193.0/3.6 | 친환경현미밥 돈육감자고추장찌개5.6.10 매추리알비엔나조림 1.2.5.6.10.13.15.16 어니언치킨1.2.5.6.15 배추김치9 음료피크닉사과13 * 에너지/단백질/칼슘/철 998.3/45.4/122.8/3.7 | | |
| | | 2025-07-07 (월) | 2025-07-08 (화) | 2025-07-09 (수) | 2025-07-10 (목) | 2025-07-11 (금) |
| 조식 | | 친환경현미밥 사골만둣국1.5.6.10.13.16.18 주꾸미제육볶음5.6.10.13 배추김치9 미니슈크림파이1.2.5.6 연두부/양념장5.6 * 에너지/단백질/칼슘/철 859.8/40.9/117.1/2.9 | 간장버터달걀밥1.2.5.6 매콤콩나물국5 건파래볶음5.13 임실치즈롤까스 1.2.5.6.10.12.13.16 배추김치9 제로당양산균음료2 * 에너지/단백질/칼슘/철 859.3/37.6/324.3/4.3 | 친환경현미밥 소고기매운국5.16 굴소스닭조림5.6.13.15.18 블랙퍼스트/웨지감자/머스터드 1.2.5.6.10.13.15.16 배추김치9 음료비타한라봉주스13 * 에너지/단백질/칼슘/철 858.6/36.4/72.6/2.8 | 친환경현미밥 순두부달걀국1.5 해물완자전 1.2.5.6.8.9.16.17.18 폭잡스테이크5.6.10.12.13.16 배추김치9 향도그1.2.5.6.10.12.16 * 에너지/단백질/칼슘/철 952.4/57.7/294.3/4.4 | 친환경현미밥 홍합미역국18 매운갈비찜5.6.10.13 김치볶음5.9.13 새우짜조림1.5.6.9.12.13 웃담플레인요구르트2 * 에너지/단백질/칼슘/철 858.2/34.4/290.3/3.9 |
| | | 찰보리밥 소고기미역국16 잔멸치깻잎조림5.6 오리주물럭5.6.13 비엔나치즈그라탕 1.2.5.6.10.12.13.15.16 배추김치9 아이스슈1.2.5.6 * 에너지/단백질/칼슘/철 884.1/43.6/176.4/4.7 | 검정쌀밥 돼지고기김치찌개5.9.10 낙지볶음/소면5.6.13 닭봉바베큐구이 5.6.12.13.15.18 고구마줄기김치 깍두기9 과일멜론 * 에너지/단백질/칼슘/철 866.1/52.9/142.5/4.2 | 콩나물밥/부추양념장5.6.16 아욱된장국5.6 왕만두찜1.5.6.10.16.18 순살파닭2.5.6.12.13.15 갯김치9 무생채 아망추아이스티망고11 * 에너지/단백질/칼슘/철 867.6/37.7/232.8/4.3 | 차조밥 한우떡국1.16 쫄면무침5.6.13 파채무침5.6 삼겹살오븐구이10 배추김치9 상추쌈/쌈장5.6.13 샤인머스켓주스 * 에너지/단백질/칼슘/철 998.1/33.0/134.8/3.1 | 혼합잡곡밥5 국수장국1.5.6.9 느타리콩나물무침5 돈육주꾸미볶음5.6.10.13 부추달걀말이1.5 배추김치9 구슬톡톡아이스크림1.2.5 * 에너지/단백질/칼슘/철 887.1/43.0/212.9/3.7 |
| | | 마제덮밥1.10 열무된장국5.6 볼케이노치킨구이 5.6.12.13.15.16 배추김치9 군산쌀 화이트머핀1.2.5.6 음료뿌퐁-자두맛 * 에너지/단백질/칼슘/철 962.5/59.6/237.8/5.2 | 친환경현미밥 닭고기당면국1.15 잔멸치두부조림5.6.13 오이고추장무침5.6 수제함박스테이크/소스 1.2.5.6.10.12.13.15.16 배추김치9 딸기아이스캔디1.2.5 * 에너지/단백질/칼슘/철 987.5/43.3/163.7/4.3 | 친환경현미밥 해물짬뽕5.6.8.9.13.17.18 도토리묵상추무침5.6 수랏간통살유린기1.2.5.6.15 배추김치9 생크림요거트2 * 에너지/단백질/칼슘/철 936.3/35.0/228.2/2.6 | 참치김치볶음밥5.9 콩나물국5 달걀프라이1.5 고추바사삭돈볼카츠1.5.6.10 석박지9 음료블루레몬후레쉬13 * 에너지/단백질/칼슘/철 941.2/32.1/193.4/3.4 | 친환경현미밥 돼지등뼈감자탕5.6.10 치킨샐러드/소스 1.5.6.12.13.15.18 수제모듬소시지볶음 1.2.5.6.10.15.16 배추김치9 과일파인애플 * 에너지/단백질/칼슘/철 908.1/36.3/148.2/2.7 |
| 중식 | | 찰보리밥 소고기미역국16 잔멸치깻잎조림5.6 오리주물럭5.6.13 비엔나치즈그라탕 1.2.5.6.10.12.13.15.16 배추김치9 아이스슈1.2.5.6 * 에너지/단백질/칼슘/철 884.1/43.6/176.4/4.7 | 검정쌀밥 돼지고기김치찌개5.9.10 낙지볶음/소면5.6.13 닭봉바베큐구이 5.6.12.13.15.18 고구마줄기김치 깍두기9 과일멜론 * 에너지/단백질/칼슘/철 866.1/52.9/142.5/4.2 | 콩나물밥/부추양념장5.6.16 아욱된장국5.6 왕만두찜1.5.6.10.16.18 순살파닭2.5.6.12.13.15 갯김치9 무생채 아망추아이스티망고11 * 에너지/단백질/칼슘/철 867.6/37.7/232.8/4.3 | 차조밥 한우떡국1.16 쫄면무침5.6.13 파채무침5.6 삼겹살오븐구이10 배추김치9 상추쌈/쌈장5.6.13 샤인머스켓주스 * 에너지/단백질/칼슘/철 998.1/33.0/134.8/3.1 | 혼합잡곡밥5 국수장국1.5.6.9 느타리콩나물무침5 돈육주꾸미볶음5.6.10.13 부추달걀말이1.5 배추김치9 구슬톡톡아이스크림1.2.5 * 에너지/단백질/칼슘/철 887.1/43.0/212.9/3.7 |
| | | 마제덮밥1.10 열무된장국5.6 볼케이노치킨구이 5.6.12.13.15.16 배추김치9 군산쌀 화이트머핀1.2.5.6 음료뿌퐁-자두맛 * 에너지/단백질/칼슘/철 962.5/59.6/237.8/5.2 | 친환경현미밥 닭고기당면국1.15 잔멸치두부조림5.6.13 오이고추장무침5.6 수제함박스테이크/소스 1.2.5.6.10.12.13.15.16 배추김치9 딸기아이스캔디1.2.5 * 에너지/단백질/칼슘/철 987.5/43.3/163.7/4.3 | 친환경현미밥 해물짬뽕5.6.8.9.13.17.18 도토리묵상추무침5.6 수랏간통살유린기1.2.5.6.15 배추김치9 생크림요거트2 * 에너지/단백질/칼슘/철 936.3/35.0/228.2/2.6 | 참치김치볶음밥5.9 콩나물국5 달걀프라이1.5 고추바사삭돈볼카츠1.5.6.10 석박지9 음료블루레몬후레쉬13 * 에너지/단백질/칼슘/철 941.2/32.1/193.4/3.4 | 친환경현미밥 돼지등뼈감자탕5.6.10 치킨샐러드/소스 1.5.6.12.13.15.18 수제모듬소시지볶음 1.2.5.6.10.15.16 배추김치9 과일파인애플 * 에너지/단백질/칼슘/철 908.1/36.3/148.2/2.7 |
| | | 마제덮밥1.10 열무된장국5.6 볼케이노치킨구이 5.6.12.13.15.16 배추김치9 군산쌀 화이트머핀1.2.5.6 음료뿌퐁-자두맛 * 에너지/단백질/칼슘/철 962.5/59.6/237.8/5.2 | 친환경현미밥 닭고기당면국1.15 잔멸치두부조림5.6.13 오이고추장무침5.6 수제함박스테이크/소스 1.2.5.6.10.12.13.15.16 배추김치9 딸기아이스캔디1.2.5 * 에너지/단백질/칼슘/철 987.5/43.3/163.7/4.3 | 친환경현미밥 해물짬뽕5.6.8.9.13.17.18 도토리묵상추무침5.6 수랏간통살유린기1.2.5.6.15 배추김치9 생크림요거트2 * 에너지/단백질/칼슘/철 936.3/35.0/228.2/2.6 | 참치김치볶음밥5.9 콩나물국5 달걀프라이1.5 고추바사삭돈볼카츠1.5.6.10 석박지9 음료블루레몬후레쉬13 * 에너지/단백질/칼슘/철 941.2/32.1/193.4/3.4 | 친환경현미밥 돼지등뼈감자탕5.6.10 치킨샐러드/소스 1.5.6.12.13.15.18 수제모듬소시지볶음 1.2.5.6.10.15.16 배추김치9 과일파인애플 * 에너지/단백질/칼슘/철 908.1/36.3/148.2/2.7 |
| 석식 | | 마제덮밥1.10 열무된장국5.6 볼케이노치킨구이 5.6.12.13.15.16 배추김치9 군산쌀 화이트머핀1.2.5.6 음료뿌퐁-자두맛 * 에너지/단백질/칼슘/철 962.5/59.6/237.8/5.2 | 친환경현미밥 닭고기당면국1.15 잔멸치두부조림5.6.13 오이고추장무침5.6 수제함박스테이크/소스 1.2.5.6.10.12.13.15.16 배추김치9 딸기아이스캔디1.2.5 * 에너지/단백질/칼슘/철 987.5/43.3/163.7/4.3 | 친환경현미밥 해물짬뽕5.6.8.9.13.17.18 도토리묵상추무침5.6 수랏간통살유린기1.2.5.6.15 배추김치9 생크림요거트2 * 에너지/단백질/칼슘/철 936.3/35.0/228.2/2.6 | 참치김치볶음밥5.9 콩나물국5 달걀프라이1.5 고추바사삭돈볼카츠1.5.6.10 석박지9 음료블루레몬후레쉬13 * 에너지/단백질/칼슘/철 941.2/32.1/193.4/3.4 | 친환경현미밥 돼지등뼈감자탕5.6.10 치킨샐러드/소스 1.5.6.12.13.15.18 수제모듬소시지볶음 1.2.5.6.10.15.16 배추김치9 과일파인애플 * 에너지/단백질/칼슘/철 908.1/36.3/148.2/2.7 |

| | 2025-07-14 (월) | 2025-07-15 (화) | 2025-07-16 (수) | 2025-07-17 (목) | 2025-07-18 (금) |
|----|--|--|---|---|--|
| 조식 | 친환경현미밥 우거지해장국5.16 돈사태고구마찜2.5.6.10.13 새우까스/타르타르소스 1.5.6.9.13 배추김치9 음료비타후르츠13 * 에너지/단백질/칼슘/철 1,012.0/40.5/248.8/4.0 | 친환경현미밥 속이편한누룽지 메추리알어묵조림1.5.6.13 허브치킨플레로티5.6.12.13.15 배추김치9 핑크노우베리도넛1.2.5.6 * 에너지/단백질/칼슘/철 990.7/41.8/107.5/3.2 | 작은밥 소고기야채죽16 떡새우완자전1.2.5.6.9.18 배추김치9 시리얼&우유초코칩스2.5.6 햄치즈토스트 1.2.5.6.10.12.13.15.16 * 에너지/단백질/칼슘/철 980.3/35.0/408.1/4.2 | 친환경현미밥 꼬치어묵국1.5.6.7.13.18 돈육고추장볶음5.6.10.13 겉바속촉볼카츠1.5.6.10 배추김치9 과일사과 * 에너지/단백질/칼슘/철 987.7/51.5/222.4/3.7 | 오므라이스 1.2.5.6.10.12.13.15.16.18 김치콩나물국5.9 케이준샐러치킨너겟 1.2.5.6.13.15 배추김치9 딸기잼도넛빵1.2.5.6.13 스무디요거트키위사과2 * 에너지/단백질/칼슘/철 963.8/36.4/349.7/3.4 |
| | 수수밥 모듬햄찌개1.2.5.6.9.10.15.16 순살찜닭5.6.13.15.18 치커리상추겉절이/오리엔탈 5.6.13 데리야끼멘차카츠1.5.6.10 배추김치9 요거트크런치2 * 에너지/단백질/칼슘/철 973.0/39.3/177.6/3.3 | 귀리밥 호박잎우렁된장국5.6 돼지고기수육5.6.9.10 무말랭이무침5.6.13 배추김치9 크루키1.2.5.6 썬로로요구르트2 상추쌈/쌈장5.6.13 * 에너지/단백질/칼슘/철 951.5/43.4/304.3/5.7 | 카레라이스 2.5.6.10.12.13.15.16.18 김치콩나물국5.9 치즈돈까스1.2.5.6.10 고들빼기김치9 배추김치9 웃담플레인요구르트2 양상추샐러드/흑임자드레싱 1.5.12 * 에너지/단백질/칼슘/철 795.9/33.9/214.3/2.8 | 찰보리밥 동태두부찌개5.6.9 고구마줄기잔멸치조림5.6.13 닭채소볶음5.6.13.15 배추김치9 레드벨벳쿠키친환경1.2.4.5.6 알감자버터구이2.13 * 에너지/단백질/칼슘/철 858.6/41.8/183.0/4.2 | 기장밥 닭다리삼계탕15 가래떡매운갈비찜5.6.10.13 미역줄기팽이버섯볶음5 찰도그롤2.5.6.10.12.15 배추김치9 과일수박 * 에너지/단백질/칼슘/철 939.9/43.8/143.0/2.8 |
| 중식 | 친환경현미밥 쌀국수5.6.15.16.18 오이소박이 닭강정맛초킹2.5.6.12.13.15 배추김치9 미니프링글스2.5.6 * 에너지/단백질/칼슘/철 896.9/36.4/87.7/2.3 | 햄야채볶음밥 1.2.5.6.8.10.15.16 크림스프2.5.6.13.16 건파래볶음5.13 배추김치9 케플주스13 토마토스파게티/소스 1.5.6.10.12.13.16 * 에너지/단백질/칼슘/철 988.1/30.2/158.4/3.1 | 친환경현미밥 참치김치찌개5.9 비빔막국수3.5.6 LA식돼지갈비구이5.6.10.13.18 배추김치9 요거트견과류2.5 과일자두 * 에너지/단백질/칼슘/철 974.7/43.2/121.7/3.5 | 낙지비빔밥5.6.12.13.18 맑은감자국 달걀프라이1.5 프랑크소시지구이 1.2.5.6.10.13.15.16 배추김치9 요거타임포도2 * 에너지/단백질/칼슘/철 877.6/45.3/290.7/4.5 | 친환경현미밥 아귀찌개5 메추리알어묵조림1.5.6.13 스윗소코순살치킨1.5.6.15.18 배추김치9 밤크림슈1.2.5.6 * 에너지/단백질/칼슘/철 871.8/40.9/174.0/4.2 |
| | 석식 | | | | |
| | 2025-07-21 (월) | 2025-07-22 (화) | — | — | — |
| 조식 | 친환경현미밥 속이편한누룽지 돈육간장불고기5.6.10.13 용가리치킨/와플감자/소스 1.2.5.6.13.15 배추김치9 음료후레쉬업13 * 에너지/단백질/칼슘/철 967.3/42.0/65.5/2.4 | 친환경현미밥 감자양파국 닭고기잡발라소스조림 1.2.5.6.10.12.13.15.16 김치치즈피자볼카츠/소스 1.2.5.6.10.12 배추김치9 요구르트바이오폐레 사과2 * 에너지/단백질/칼슘/철 985.0/55.3/227.0/4.1 |  | ◇ 식품알레르기 정보 1난류, 2우유, 3메밀, 4땅콩, 5대두, 6밀, 7고등어, 8게, 9새우, 10돼지고기, 11복숭아, 12토마토, 13 아황산염, 14호두, 15닭고기, 16소고기, 17오징어, 18조개류굴,전복, 홍합, 19 잣 | ◆쇠고기-한우2B등급이상 ◆돈육-국산2B등급이상 ◆닭고기-국산1등급이상 ◆수산물삼치, 오징어, 고등어: 국산, 꽃게: 수입, 낙지: 수입 ◆오리고기-국산무항생제 ◆육류가공품-국산, 수입 ◆농산물-국산, 친환경농산물 ◆콩두부류: 국산, 수입 ◆김치류-전재료국산 ◆쌀-친환경, 국산 |
| | 건파래주먹밥 1.2.5.6.9.13.16.18 냉메밀국수3.5.6.13 카프레제샐러드2.12.13 닭다리장각오븐구이 2.5.6.12.13.15.16.18 배추김치9 복숭아허니그린티5.11 까르보나라떡볶이2.5.9.10.13 * 에너지/단백질/칼슘/철 963.2/37.1/294.3/3.6 |  | | | |
| 중식 | 친환경현미밥 돼지갈비김치찌개5.9.10 달걀장조림1.5.6.13 크런치생선까스/타르타르소스 1.5.6.13 콘치즈풀피자1.2.5.6 숙음배추겉절이 과일멜론 * 에너지/단백질/칼슘/철 981.2/41.0/170.9/4.0 | | | | |
| | 석식 | | | | |

