

## ♥ 남성고등학교 식단표 ♥

	2월27일(월)	2월28일(화)	3월01일(수)	3월02일(목)	3월03일(금)
중 식				<ul style="list-style-type: none"> <li>• 잡곡밥</li> <li>• 유부된장국 5,6,13</li> <li>• 연양식불고기/데리 5,6,10,13,15,18</li> <li>• 소시지볶음 5,6,9,10,13,15,18</li> <li>• 오이초무침</li> <li>• 배추김치 9,13</li> <li>• 떠먹는요구르트 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 잡곡밥</li> <li>• 어묵탕 5,6,13</li> <li>• 닭불고기 5,6,13,15</li> <li>• 생선까스/타르 1,5,6,16</li> <li>• 콘샐러드 1,5,6,13,16</li> <li>• 배추김치 9,13</li> </ul>
영 양 성 분				에너지(kcal) 891.69 당질(g) 118.26 단백질(g) 31.42 지질(g) 32.97 비타민A(R.E) 126.68 티아민(mg) 2.61 리보플라빈(mg) 0.18 비타민C(mg) 26.82 칼슘(mg) 129.99 철분(mg) 9.76	에너지(kcal) 896.41 당질(g) 121.47 단백질(g) 43.89 지질(g) 24.61 비타민A(R.E) 155.22 티아민(mg) 0.86 리보플라빈(mg) 0.51 비타민C(mg) 109.81 칼슘(mg) 291.93 철분(mg) 5.54

위 식단은 식자재 수급상황에 따라 달라질 수 있습니다.

♥ 식품알레르기정보 ♥	♥ 원산지정보 ♥
(1)난류 (2)우유 (3)메밀 (4)땅콩 (5)대두 (6)밀 (7)고등어 (8)게 (9)새우 (10)돼지고기 (11)복숭아 (12)토마토 (13)아황산류 (14)호두 (15)닭고기 (16)쇠고기 (17)오징어 (18)조개류(굴,전복,홍합포함) (19)잣	쌀 : 국내산 김치(배추) : 국내산 / 김치(고춧가루) : 국내산 돼지고기 : 국내산 / 소고기 : 국내산 닭 절단육 : 국내산 / 닭 정육 : 국내산 / 오리고기 : 국내산 고춧가루 : 국내산 오징어, 고등어, 삼치 : 국내산 / 낙지, 꽃게 : 중국산 콩, 두부류 : 국내산/ 콩나물 : 국내산