



5월 학교급식 식단 안내



◇ 학교급식재료 원산지		5/1 수다날	5/2	5/3
<ul style="list-style-type: none"> * 쌀:친환경무농약쌀 * 콩:국내산, 두부콩:국내산 * 배추김치(고춧가루): 국내산(찌개용,반찬용) * 돼지고기,닭고기,오리고기 /가공품:국내산 * 쇠고기:국내산 한우 * 고등어,오징어,꽃게,참조기 /가공품:국내산 * 갈치/가공품:국내산, * 아귀/가공품:국내산 * 낙지/가공품:베트남산 * 주꾸미:베트남산 * 명태:러시아산 * 다랑어: 원양산 * 양고기, 미꾸라지, 뱀장어, 넙치(광어), 참돔, 조피볼락 사용 안함 		돼지불고기덮밥 (5.6.10.13) 유부된장국(5.6) 청경채무침 배추김치(9) 소떡소떡 (2.5.6.10.15.16) 요구르트(2) 에너지/단백질/칼슘/철 743.4/43.8/304.3/3.0	기장밥 종합어묵국(1.5.6.13) 닭고기김치조림 (5.6.9.13.15) 건파래볶음(5.13) 콩치구이/와사비장(5.6) 깍두기(9) 초코아몬드(2.5) 에너지/단백질/칼슘/철 680.3/34.2/237.5/3.2	발아찰흑미밥 닭개장(5.6.13.15) 통살새우까스(1.5.6.9) 소세지야채볶음 (1.2.5.6.10.12.15.16) 치커리유자청무침 (1.2.5.6) 배추김치(9) 오렌지 에너지/단백질/칼슘/철 851.0/28.6/112.0/2.5
5/6	5/7	5/8	5/9	5/10
◇ 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	조각서리태밥(5) 쇠고기미역국(5.6.16) 매운돼지갈비찜(5.6.10.13) 에그랑땡(1.2.5.6.15.16) 미나리숙주나물 배추김치(9) 사과즙(13) 에너지/단백질/칼슘/철 780.7/31.3/67.0/1.9	새우계란볶음밥(1.5.6.9.13.18) 마라탕(1.2.5.6.9.10.12.13.15.16.18) 껌바로우(1.5.6.10.13) 반달단무지 배추김치(9) 파인오렌지주스(13) 에너지/단백질/칼슘/철 830.0/32.1/116.1/9.7	율무밥 황태채두부국(1.5) 오리불고기(5.6.13) 버섯잡채(5.6.10.13) 마늘종볶음(5.6.13) 배추김치(9) 스트링치즈(2) 에너지/단백질/칼슘/철 805.9/34.1/305.7/4.6	기장밥 김치콩나물국(5.9) 안동식찜닭(5.6.13.15.16.18) 맛살계란말이(1.5.6.8) 깻잎순볶음 총각김치(9) 골드키위 에너지/단백질/칼슘/철 682.5/30.8/267.2/4.9
5/13	5/14	5/15 수다날	5/16	5/17
발아찰흑미밥 굴림만두완탕(1.5.6.10.16.18) 치킨너겟(1.2.5.6.15) 오징어소면무침(5.6.13.17) 콩나물부추들깨무침(5) 얼갈이겉절이(9.13) 사과 에너지/단백질/칼슘/철 818.5/36.4/182.2/2.5	현장체험학습	석가탄신일	청차조밥 부대찌개(1.2.5.6.9.10.13.15.16) 오리훈제(1.2.5.6) 메추리알약고추장조림(1.5.6.10.13) 머위대볶음(13) 총각김치(9) 바나나우유(2) 에너지/단백질/칼슘/철 784.4/32.8/251.7/4.0	율무밥 순대국(2.5.6.9.10.13.16) 만두그라탕(1.2.5.6.10.12.13.16.18) 두부양념구이(5.6) 참나물무침 배추김치(9) 참외 에너지/단백질/칼슘/철 740.6/28.7/247.6/10.7
5/20	5/21	5/22 수다날	5/23	5/24
기장밥 돈육김치찌개(5.9.10) 함박스테이크(1.2.5.6.10.12.13.15.16) 멸치아몬드조림(5.6.13) 새우살호박볶음(5.9.13) 배추김치(9) 초코쿠키(1.2.5.6) 에너지/단백질/칼슘/철 815.5/33.2/249.8/3.9	발아찰흑미밥 쇠고기무국(5.6.16) 치즈닭갈비(2.5.6.13.15) 몽실탕수육(1.5.6.10) 시금치나물(5.6) 배추김치(9) 에너지/단백질/칼슘/철 751.8/41.2/234.5/8.4	고추참치비빔밥(1.5.6.12.13.16.18) 부추콩나물국(5) 오이양배추무침(5.6.13) 배추김치(9) 임실치즈핫도그(1.2.5.6.10.12.15.18) 단호박죽(13) 에너지/단백질/칼슘/철 702.0/27.7/218.7/3.8	쇠고기야채죽(16) 불고기버거(1.2.5.6.10.12.15.16) 맛감자튀김(5.6.12) 마카로니콘샐러드(1.5.6.13) 배추김치(9) 피크닉(13) 에너지/단백질/칼슘/철 785.1/21.4/145.8/3.3	곤드레나물밥(5.6.13) 해물된장찌개(5.6.9.13.18) 순살간장치킨(5.6.13.15) 감자채볶음(5) 재래김 배추겉절이(9.13) 밀크쉐이크(1.2) 에너지/단백질/칼슘/철 827.4/31.5/365.0/5.0
5/27	5/28 저탄소밥상	5/29 수다날	5/30	5/31
조각서리태밥(5) 불낙전골(5.6.13.16) 닭카레볶음(2.5.6.12.13.15.16.18) 사각어묵볶음(1.5.6.13) 취나물된장무침(5.6) 배추김치(9) 크림빵(1.2.5.6) 에너지/단백질/칼슘/철 812.9/39.1/227.2/4.3	율무밥 바지락수제비국(5.6.18) 생선까스(1.5.6) 주꾸미볶음(2.5.6.13) 쌈다시마초회(5.6.13) 배추김치(9) 유기농요구르트(2) 에너지/단백질/칼슘/철 800.2/38.6/324.0/5.1	미니밥(자율) 크림스프(2.5.6.13.16) 로제스파게티(1.2.5.6.10.12.13.15.16) 치킨텐더샐러드(1.5.6.12.13.15) 오이피클 배추김치(9) 자몽허니블랙티(13) 에너지/단백질/칼슘/철 825.1/31.4/153.4/2.6	기장밥 단호박꽃게탕(5.6.8.13.18) 간장불고기(1.5.6.10.13.16.18) 비빔만두(1.5.6.10.13.16.18) 고사리나물(5.6) 배추김치(9) 꿀떡 에너지/단백질/칼슘/철 686.9/40.3/197.8/5.3	청차조밥 돼지등뼈감자탕(5.6.10.13) 치즈돈까스(1.2.5.6.10.12.16) 몽글계란찜(1) 가지굴소스볶음(5.6.13.18) 배추김치(9) 파인애플 에너지/단백질/칼슘/철 776.8/39.3/188.7/3.8