

< 2025년 5월 식단표 >

◇ 알레르기 정보

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기
⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어
⑱조개류(굴·전복·홍합 포함) ⑲잣

◇ 해당 식품에 특정 증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 각별한 주의를 부탁드립니다.

◇ 영양량 및 원산지, 알레르기 정보 안내

[<https://school.jbedu.kr/saesol-m> → 학교소식 → 영양소식 → 급식게시판]

◇ 학교사정과 식품수급 상황에 따라 식단(식재료) 및 원산지가 변경될 수 있습니다.

◇ 당일 급식사진은 학교 홈페이지에 게시되어 있습니다.

5/1

Thu

[근로자의 날]
- 대체식 제공 -

햄치샌드위치#
(1.2.4.5.6.10.15.18)
크린치넛에너지바#(5.6)
따옴오렌지주스#(13)
* 에너지/단백질/칼슘/철
421.0/7.9/96.5/6.0

5/2

Fri

친환경찰현미밥#
생일축하미역국#(5.6.16)
돈육대파오븐구이/통마늘#
(5.6.10.12.13)
민물새우시래기지짐#
(5.6.9)
배추김치#(9)
생일축하오리케이크#
(1.2.5.6.13)
삼채소,삼장(자율)#(5.6.13)
* 에너지/단백질/칼슘/철
631.7/31.0/366.5/3.3

5/5

Mon



5/6

Tue



5/7

Wed

비빔밥/약고추장#(5.6.16)
아욱된장국#(5.6)
계란후라이#(1.5)
무생채#(9.13)
루꼴라피자#(2.5.6.12.13)
제로매실주스#(13)
* 에너지/단백질/칼슘/철
697.7/28.0/444.2/3.2

5/8

Thu

친환경통밀쌀밥#(6)
한우불고기전골/당면#
(5.6.13.16)
참치두부조림#(5.6.13.16.18)
시금치고추장무침#(5.6)
배추김치#(9)
모듬과일#(12)
* 에너지/단백질/칼슘/철
682.4/39.4/246.2/6.3

5/9

Fri

새술중밥버거#
(1.2.5.6.9.13.16.18)
김치우동#
(1.2.5.6.7.9.13.18)
팽이버섯불닭소스구이#
(5.6.13)
간장무채장아찌#
큐브치즈양상추샐러드(요)#
(2.11.12)
베라아이스크림#(1.2.5)
* 에너지/단백질/칼슘/철
903.4/29.6/488.0/3.2

5/12

Mon

친환경찰흑미밥#
황태채콩나물국#(5)
어떡햄볶음#
(1.2.5.6.10.12.15.16)
닭왕칠리소스구이#
(2.5.6.12.13.15)
알배추겉절이#(9)
요거톡(초코볼)#(2)
* 에너지/단백질/칼슘/철
673.5/30.6/318.0/2.1

5/13

Tue

친환경찰보리밥#
모듬햄부대찌개#
(1.2.5.6.9.10.12.15.16)
수제두부까스/소스#
(1.2.5.6.12.13.16)
미역가락초무침#(5.6.13)
배추김치#(9)
모듬열대과일#
* 에너지/단백질/칼슘/철
833.0/31.0/220.7/3.8

5/14

Wed

전복내장툰밥#(2.5.6.18)
미소된장국#(5.6)
떡갈비/영양부추무침#
(5.6.10.13.15.16.18)
도라지오이무침#(5.6.13)
배추김치#(9)
무염김#
스승의날달집토끼#(2.5)
* 에너지/단백질/칼슘/철
607.9/25.3/182.5/4.2

5/15

Thu



5/16

Fri

친환경찰맥쌀밥#
참치김치찌개#(5.6.9.16.18)
족발/냉채소스#
(2.5.6.10.13)
고등어된장마요구이#
(1.5.6.7)
배추김치#(9)
블루베리요거트(그레놀라)#
(2.6.13)
* 에너지/단백질/칼슘/철
767.4/39.3/249.2/3.6

5/19

Mon

친환경귀리밥#
해물순두부찌개#
(1.5.6.13.17.18)
순살분모자찜닭#
(5.6.13.15.18)
도토리묵참나물무침#
(5.6.13)
배추김치#(9)
꽃말살양상추샐러드#(1.2.5.6.8.12.13.18)
* 에너지/단백질/칼슘/철
623.0/39.2/249.4/5.2

5/20

Tue

친환경조각서리태밥#(5)
돼지고기밥/다진양념#
(5.6.9.10.13.16)
임연수데리아끼구이#
(5.6.13)
부추양파무침#(5.6.13)
깍두기#(9)
소시지를품은떡#
(5.6.10.12.13)
* 에너지/단백질/칼슘/철
705.3/39.4/63.2/5.0

5/21

Wed

참치김치덮밥#(5.9.16.18)
근대된장국#(5.6)
콘소메이징치킨#(1.5.6.15)
아삭고추장무침#(5.6)
배추김치#(9)
히나리오거트#(2)
* 에너지/단백질/칼슘/철
967.0/43.3/421.5/3.5

5/22

Thu

친환경올무밥#
한방닭곰탕#(15)
짜장해물볶음#
(5.6.9.10.13.16.17)
공치캔김치조림#(5.6.9)
깻잎김치#(5.6.9.13)
씨없는청포도#
* 에너지/단백질/칼슘/철
513.9/27.6/190.5/4.8

5/23

Fri

친환경기장밥#
한우낙지찌개#(13.16)
마라마파두부#
(5.6.10.12.13.18)
콩나물냉채#(5.13)
배추김치#(9)
에그타르트#(1.2.5.6)
* 에너지/단백질/칼슘/철
563.8/27.2/211.6/4.2

5/26

Mon

친환경차수수밥#
도토리묵국(냉)#(5.6.9.16)
바삭고추장불고기#(5.6.10)
해물파전#
(1.3.5.6.9.13.17.18)
숙갓무침#
배추김치#(9)
* 에너지/단백질/칼슘/철
640.1/29.2/189.2/3.0

5/27

Tue

친환경차조밥#
순두부짬뽕국#(5.6.9.17.18)
미트볼바베큐조림#
(1.2.5.6.10.12.13.15.16)
참쌀공멸치볶음#(5.6.13)
깍두기#(9)
모듬과일(배/파인애플/방울토마토)#(12)
* 에너지/단백질/칼슘/철
637.6/26.3/209.4/3.3

5/28

Wed

푸팟퐁커리#
(1.2.5.6.8.12.13.16.18)
가스오장국#
(1.2.5.6.7.9.13.18)
탄두리치킨구이#
(2.5.6.12.13.15.16.18)
솜땀#(4.12.13)
배추김치#(9)
레드용과리프레쉬#(13)
* 에너지/단백질/칼슘/철
778.8/35.9/314.8/5.4

5/29

Thu

친환경혼합잡곡밥#(5)
오색용심이들깨감자국#
(1.5.6.17)
오리불고기/깻잎무쌈#(5.6)
가지양념구이#(5.6.13)
배추김치#(9)
조리품미숫가루라떼#
(1.2.5.13)
* 에너지/단백질/칼슘/철
933.9/32.7/278.7/4.8

5/30

Fri

친환경칼슘참쌀밥#
돼지갈비김치찌개#
(5.6.9.10)
고구마치즈돈가스/소스#
(1.2.5.6.10.12.13.16)
우엉어묵볶음#(1.5.6)
열무겉절이#(13)
초코수리취떡#(1.2.5.6)
* 에너지/단백질/칼슘/철
757.5/33.3/298.0/3.2