



## 〈 2025년 6월 식단표 〉

| 6/2 Mon   | 6/3 Tue  | 6/4 Wed  | 6/5 Thu  | 6/6 Fri   |
|---|--|--|--|---|
| <p>친환경찰현미밥#<br/>생일축하미역국#(5.6.16)<br/>콩나물불고기#(5.6.10.13)<br/>당면잡채#(5.6.10.13)<br/>배추김치#(9)<br/>생일축하수건케이크(딸기)#<br/>(1.2.5.6)<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>760.3/34.3/211.8/3.8</p>                        | <p style="text-align: center;">네 손으로 만드는<br/><b>대한민국</b></p>  <p style="text-align: center;">&lt; 제21대 대통령 선거 &gt;</p>  | <p>후리가게작은밥#<br/>(1.2.5.6.9.13.16.18)<br/>제주고기국수#<br/>(1.5.6.10.13.16)<br/>존득이복만두/양념장#<br/>(1.5.6.10.13.16.18)<br/>알배추겉절이#(9)<br/>우도땅콩초코스틱#(2.4.5.6)<br/>제주한라봉감귤주스#(13)<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>671.5/18.6/123.0/2.8</p> | <p>친환경울무밥#<br/>재첩부추국#(18)<br/>김치닭볶음탕#<br/>(5.6.9.12.13.15.18)<br/>야채계란말이#<br/>(1.2.5.6.10.12.15.16)<br/>건새우마늘종볶음#(5.6.9.13)<br/>배추김치#(9)<br/>짜먹는요플레(딸기맛)#(2)<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>585.1/32.3/319.9/4.6</p> | <p style="text-align: center;">6월 6일, 현충일<br/><b>감사합니다<br/>잊지 않겠습니다</b><br/>66th MEMORIAL DAY</p>                            |
| 6/9 Mon   | 6/10 Tue   | 6/11 Wed   | 6/12 Thu   | 6/13 Fri  |
| <p>친환경찰흑미밥#<br/>두부된장찌개#(5.6)<br/>오리주물럭/깻잎무쌈#(5.6)<br/>고등어카레구이#<br/>(2.5.6.7.12.13.16.18)<br/>콩나물무침#(5)<br/>배추김치#(9)<br/>슈퍼볼쿠앤크#(1.2.5.6)<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>843.8/36.1/215.1/5.0</p>          | <p>친환경찰보리밥#<br/>돼지국밥/다진양념#<br/>(5.6.9.10.13.16)<br/>아귀불떡강정#(1.5.6.12.13)<br/>참나물겉절이#(13)<br/>각두기#(9)<br/>딸기사고필라페#(2.13)<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>643.8/31.6/228.6/2.5</p>  | <p>치킨마키니커리덮밥#<br/>(2.5.6.12.13.15.16.18)<br/>떡꼬치어묵국#(1.5.6.13)<br/>고춧잎고추장무침#(5.6.13)<br/>배추김치#(9)<br/>루꼴라피자#(2.5.6.12.13)<br/>상하목장유기농요구르트#<br/>(2)<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>762.7/34.4/466.3/3.2</p>                     | <p>친환경할매쌀밥#<br/>돼지갈비김치찌개#(5.6.9.10)<br/>mbti돈까스/소스#<br/>(1.2.5.6.10.12.16)<br/>삼색나물/고추장(자율)#<br/>(5.6.13)<br/>열무겉절이#(13)<br/>달콤시원수박#<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>480.8/17.3/204.9/2.8</p>                         | <p>친환경귀리밥#<br/>오징어호박국#(9.13.17)<br/>콘치즈물닭오븐구이#<br/>(2.5.6.13.15)<br/>들기름막국수#(3.5.6.7.18)<br/>청경채겉절이#(13)<br/>배추김치#(9)<br/>체리#<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>878.5/47.6/316.9/5.2</p>                                   |
| 6/16 Mon  | 6/17 Tue   | 6/18 Wed   | 6/19 Thu   | 6/20 Fri  |
| <p>친환경조각서리태밥#(5)<br/>만두국#(1.5.6.10.16.18)<br/>돼지고기김치찌개#<br/>(5.6.9.10.13)<br/>뮤즐리멸치볶음#(5.6.13)<br/>깻잎김치#(5.6.9.13)<br/>달콤메론#<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>610.0/28.5/203.6/2.7</p>                      | <p>친환경통밀쌀밥#(6)<br/>육개장#(1.5.6.13.16)<br/>함박젤링탄#<br/>(1.2.5.6.10.12.13.16.18)<br/>샐러드파스타#<br/>(1.2.5.6.10.12.13)<br/>진미채조림#(1.5.6.13.17)<br/>알배추겉절이#(9)<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>946.3/36.7/274.6/5.7</p>   | <p>명란미역술밥/양념장#<br/>(2.5.6)<br/>근대된장국#(5.6)<br/>수제닭강정#(4.5.6.12.13.15)<br/>충무식오징어어묵무침#<br/>(1.5.6.13.17)<br/>배추김치#(9)<br/>요거트아이스크림#(2.6)<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>900.1/48.1/255.9/3.6</p>                                | <p>친환경기장밥#<br/>쇠고기무국#(16)<br/>해물콩나물찜#(5.6.9.13.17)<br/>비엔나야채볶음#<br/>(2.5.6.10.12.13.15.16)<br/>배추김치#(9)<br/>요거트(레몬비스킷&amp;머랭)#<br/>(2)<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>707.8/38.5/317.3/4.0</p>                       | <p>친환경차수수밥#<br/>불낙찌개#(5.6.12.13.16.18)<br/>닭다리살구이/파채#<br/>(5.6.13.15)<br/>취나물고추장무침#(5.6.13)<br/>배추김치#(9)<br/>타코샐러드/나초칩#<br/>(1.2.5.6.12.13.16)<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>655.3/34.1/209.3/5.1</p>                  |
| 6/23 Mon  | 6/24 Tue   | 6/25 Wed   | 6/26 Thu   | 6/27 Fri  |
| <p>친환경차조밥#<br/>참치김치찌개#(5.6.9.16.18)<br/>백순대볶음/들깨조장#<br/>(2.5.6.10.13.16)<br/>임연수데리아끼구이#<br/>(5.6.13)<br/>시금치고추장무침#(5.6)배추<br/>김치#(9)<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>612.2/28.7/223.4/7.5</p>              | <p>친환경혼합잡곡밥#(5)<br/>닭곰탕#(15)<br/>유린기#(5.6.12.13.15.16.18)<br/>콩치킨김치조림#(5.6.9)<br/>열무겉절이#(13)<br/>달콤시원수박#<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>612.1/30.8/209.6/5.2</p>   | <p>소불고기김치덮밥#<br/>(5.6.9.13.16)<br/>미니메밀소바#(3.5.6.7.13.18)<br/>통새우꼬치(머스타드)#<br/>(1.5.6.9.13)<br/>간장무채장아찌#<br/>배추김치#(9)<br/>무궁화카롱(호국보훈의달)#<br/>(1.2.6.13)<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>895.7/37.7/166.5/5.2</p>                | <p>친환경갈슘찜쌀밥#<br/>모듬햄부대찌개#<br/>(1.2.5.6.9.10.12.15.16)<br/>매콤돼지갈비찜#(5.6.10.13)<br/>김가루실파무침#(5.6)<br/>연두부오리엔탈샐러드#<br/>(5.6.12)<br/>배추김치#(9)<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>743.7/35.9/223.7/3.3</p>                    | <p>친환경말아현미밥#<br/>근대된장국#(5.6)<br/>수육/깻잎무쌈/쌈장#<br/>(5.6.10.13)<br/>새송이짬뽕소스볶음#<br/>(6.9.13.17.18)<br/>알배추겉절이#(9)<br/>초당옥수수핫도그#<br/>(1.2.5.6.10.16)<br/>상추/풋고추(자율)#<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>578.7/31.6/233.1/2.8</p> |
| 6/30 Mon  | <p>◇ 알레르기 정보</p> <p>①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야황산류<br/>⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴·전복·홍합 포함) ⑲잣</p> <p>◇ 해당 식품에 특정 증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는<br/>학생들은 각별한 주의를 부탁드립니다.</p> <p>◇ 영양량 및 원산지, 알레르기 정보 안내</p> <p>[<a href="https://school.jbedu.kr/saesol-m">https://school.jbedu.kr/saesol-m</a> → 학교소식 → 영양소식 → 급식게시판]</p> <p>◇ 학교사정과 식품수급 상황에 따라 식단(식재료) 및 원산지가 변경될 수 있습니다.</p> <p>◇ 당일 급식사진은 학교 홈페이지에 게시되어 있습니다.</p> |  |  |   |
| <p>친환경찰흑미밥#<br/>소고기된장찌개#(5.6.16)<br/>수제돈까스/소스#<br/>(1.2.5.6.10.12.13.16)<br/>해물볶음우동#<br/>(5.6.9.13.17.18)<br/>방풍나물무침#(5.6)<br/>배추김치#(9)<br/>골드키위#<br/>* 에너지/단백질/칼슘/철<br/>735.1/39.7/251.9/4.0</p> |  |  |  |   |