



가 정 통 신 문

세계와 소통하는 창의융합형 민주시민 육성

2021년 6월 23일 수요일

담 당 자

영 양 사

담당전화

070-7882-8377

전북 남원시 낙현길 17-14 / <http://www.seojin.hs.kr> / 063-631-1333(교무실) 063-631-1331(행정실)

2021년 7월 식단 및 알레르기 표시

6/28 Mon	6/29 Tue	6/30 Wed	7/1 Thu	7/2 Fri
<ul style="list-style-type: none"> • 찰수수밥 • 소고기버섯찌개 (5.6.8.13.16.18.) • 파리고추멸치볶음(5.6.13.) • 로제떡볶이 (1.2.5.6.13.15.16.18.) • 수제소세지/야채샐러드 (1.2.5.6.10.13.15.16.) • 배추김치(9.13.) • 주시콜파인맛(2.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 찰보리밥 • 김치콩나물국(5.6.9.13.) • 계란장조림(1.5.6.13.18.) • 연양식반달불고기/야채/드레싱(2.5.6.16.) • 참나물무침 • 배추김치(9.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 혼합15곡밥(5.) • 새알심 만둣국 (1.5.6.10.13.18.) • 김치전(5.6.9.) • 맛초킹(5.6.12.13.15.) • 콩나물무침(5.) • 배추김치(9.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 찰흑미밥 • 건새우미역국(5.6.9.13.) • 두부조림(5.6.13.18.) • 브로콜리/초고추장 (5.6.13.) • 소고기낙지볶음 (5.6.10.13.16.17.) • 배추김치(9.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 기장밥 • 북어계란국(1.5.6.13.) • 김말이튀김(1.5.6.16.18.) • 상추겉절이(5.6.13.18.) • 치즈우동불닭 (1.2.5.6.13.15.16.18.) • 배추김치(9.13.)
7/5 Mon	7/6 Tue	7/7 Wed	7/8 Thu	7/9 Fri
<ul style="list-style-type: none"> • 찰보리밥 • 부대찌개 (2.5.6.9.10.12.13.) • 갈치구이(5.6.) • 닭갈비(5.6.13.15.16.18.) • 야채샐러드/참깨&흑임자 드레싱(1.5.6.13.) • 배추김치(9.13.) • 파배기(1.2.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 비빔밥(1.5.6.10.13.) • 유부된장국(5.6.13.) • 배추김치(9.13.) • 요구르트(2.) • 피칸파이(1.2.5.6.13.14.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 기장밥 • 순두부찌개 (5.6.9.10.12.13.17.18.) • 닭가슴살치킨까스/소스 (1.5.6.12.13.15.16.) • 어묵잡채(1.5.6.10.13.16.) • 오이무침(5.6.13.) • 배추김치(9.13.) • 토마토슬라이스(12.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 찰수수밥 • 들깨시래기국(5.6.13.) • 돼지고기고추장오븐구이 (5.6.10.13.) • 애호박느타리볶음(5.13.) • 찰순대찜(5.6.10.13.) • 배추김치(9.13.) • 상추쌈(5.6.10.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 찰흑미밥 • 카레/돈까스 (1.2.5.6.10.13.16.) • 우동국(1.5.6.13.16.18.) • 도토리묵무침(5.6.13.18.) • 마카로니콘치즈구이 (1.2.5.6.13.) • 배추김치(9.13.) • 식물성유산균요구르트(2.)
7/12 Mon	7/13 Tue	7/14 Wed	<p>☆남원서진여고 급식 식재료 원산지 표시 안내</p> <p>* 쌀, 잡곡류 : 친환경쌀 무농약, 2020년산</p> <p>* 배추김치(고춧가루) : 국내산</p> <p>* 두부, 순두부 : 수입산, 연두부 : 국산</p> <p>* 쇠고기/가공품 : 국내산한우/수입산</p> <p>* 돼지고기, 닭고기, 오리고기/가공품 : 국내산</p> <p>* 고등어, 오징어, 삼치/가공품 : 국내산/수입산</p> <p>* 갈치/가공품 : 세네갈산/수입산</p> <p>* 낙지/가공품 : 베트남산/수입산</p> <p>* 동태/가공품 : 러시아산/수입산</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • 혼합15곡밥(5.) • 육개장(5.6.13.16.) • 고등어무조림 (5.6.7.13.18.) • 갯잎찜(5.6.13.18.) • 뿌링클순살치킨(1.5.6.15.) • 배추김치(9.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> • 행복음밥(2.5.6.10.13.) • 미니짬뽕(5.6.8.10.17.) • 참쌀탕수육/소스 (1.5.6.10.11.12.13.) • 단무지 • 배추김치(9.13.) • 레몬에이드 	<ul style="list-style-type: none"> • 기장밥 • 김치찌개(5.6.9.10.13.) • 닭다리매콤오븐구이 (5.6.12.13.15.) • 스파게티/마늘빵 (2.5.6.10.12.13.16.18.) • 오이부추무침(5.6.) • 배추김치(9.13.) 		

☆ 위 식단은 사정에 의하여 변경될 수 있습니다.

☆ 알레르기 정보-①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧계, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬호두, ⑭닭고기, ⑮쇠고기, ⑯오징어, ⑰조개류(굴,전복,홍합포함) ⑱잣

2021. 06. 23.

남 원 서 진 여 자 고 등 학 교

