



가 정 통 신 문

세계와 소통하는 창의융합형 민주시민 육성

2021년 10월 29일 금요일

담당자

영양사

담당전화

070-7882-8377

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

2021년 11월 식단 및 알레르기 표시

11/1 Mon	11/2 Tue	11/3 Wed	11/4 Thu	11/5 Fri
<ul style="list-style-type: none"> · 찰흑미밥 · 꼬지어묵국(1.5.6.13.16.) · 닭갈비(5.6.13.15.16.18.) · 마카로니콘샐러드(1.2.5.6.13.) · 시금치된장우침(5.6.18.) · 배추김치(9.13.) · 트트칼슘술(21곡)(1.2.3.4.5.6.14.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 혼합15곡밥(5.) · 부대찌개(2.5.6.9.10.12.13.) · 무말랭이무침(5.6.13.17.) · 새송이메추리알장조림(1.5.6.13.18.) · 수육/쌈무(5.6.10.13.18.) · 배추김치(9.13.) · 보로로와친구들(2.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 제육덮밥/계란후라이(1.5.6.10.13.) · 유부된장국(5.6.13.) · 무생채(13.) · 배추김치(9.13.) · 요거타임(2.) · 크림치즈파이(1.2.5.6.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 기장밥 · 육개장(5.6.13.16.) · 감자채볶음(5.) · 연양식반달불고기/치즈(2.5.6.12.16.) · 오징어청경채무침(5.6.13.17.) · 배추김치(9.13.) · 굴 	<ul style="list-style-type: none"> · 찰수수밥 · 새알심 만둣국(1.5.6.10.13.18.) · 갈치무조림(5.6.13.18.) · 도토리묵무침(5.6.13.18.) · 크런치통살치킨너겟/소스(1.2.5.6.13.15.) · 배추김치(9.13.) · 우리밀슈크림붕어빵(1.2.5.6.13.)
11/8 Mon	11/9 Tue	11/10 Wed	11/11 Thu	11/12 Fri
<ul style="list-style-type: none"> · 찰보리밥 · 소고기버섯찌개(5.6.8.13.16.18.) · 미트볼스파게티(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) · 스마일감자튀김(5.6.) · 오이무침(5.6.13.) · 배추김치(9.13.) · 파인애플 	<ul style="list-style-type: none"> · 찰현미밥 · 들깨시래기국(5.6.13.) · 계란장조림(1.5.6.13.18.) · 김치전(5.6.9.) · 돈육콩나물불고기(5.6.10.13.) · 깍두기(9.) · 초콜릿칩쿠키(1.2.5.6.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 기장밥 · 잔치국수(1.5.6.) · 건자반볶음(5.13.) · 파리고추어묵볶음(1.5.6.13.16.) · 참쌀탕수육/소스(1.5.6.10.11.12.13.) · 배추김치(9.13.) · 빼빼로(1.2.5.6.) 	원격수업	원격수업
11/22 Mon	11/23 Tue	11/24 Wed	11/25 Thu	11/26 Fri
<ul style="list-style-type: none"> · 찰수수밥 · 두부된장찌개(5.6.13.) · 김말이튀김(1.5.6.16.18.) · 매운갈비찜(5.6.9.10.13.) · 야채계란찜(1.) · 배추김치(9.13.) · 마들렌(1.2.5.6.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 기장밥 · 콩나물꽃게탕(5.6.8.13.) · 로제떡볶이(1.2.5.6.13.15.16.18.) · 참나물무침(1.2.5.6.10.13.15.18.) · 치킨샐러드(1.2.5.6.10.13.15.18.) · 배추김치(9.13.) · 요구르트(2.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 찰보리밥 · 돈육빠다귀탕(5.6.10.13.) · 갯잎찜(5.6.13.18.) · 매콤생선까스/타르타르(1.2.5.6.13.18.) · 비빔만두(1.5.6.10.13.16.18.) · 배추김치(9.13.) · 초콜릿칩모찌쿠키(2.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 혼합15곡밥(5.) · 미나리동태찌개(5.6.13.) · 두부부침/양념장(5.6.13.18.) · 매콤소불고기버섯볶음(5.6.13.16.) · 참나물무침 · 배추김치(9.13.) · 슈퍼롤(쿠키앤크림)(1.2.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 찰현미밥 · 김치찌개(5.6.9.10.13.) · 고구마맛탕(2.5.6.13.) · 김부각튀김(5.13.) · 상추겉절이(5.6.13.18.) · 오리훈제/쌈무(1.5.13.) · 배추김치(9.13.)

☆ 위 식단은 사정에 의하여 변경될 수 있습니다.

☆ 알레르기 정보-①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧계, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯쇠고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ⑲잣

☆ ⑬아황산염은 식품의 변색을 막기 위한 식품 보존료로 사용되는 일반적인 식품 첨가물입니다.

☆우리학교 급식에 사용되는 **식재료의 원산지**입니다.

구분	쇠고기	돼지고기	닭고기	쌀(친환경)	배추김치	두부	꽃게	오징어	고등어	갈치	낙지
원산지	국내산	국내산	국내산	국내산	국산	외국산	중국산	국내산	국내산	세네갈산	베트남산

· 돈육가공품(국내산,외국산), 쇠고기가공품(국내산,외국산), 오징어가공품(외국산)

2021. 10. 29.

남원서진여자고등학교

