



가정통신문

세계와 소통하는 창의융합형 민주시민 육성

2022년 4월 27일(수)

담당자

식생활관(박 **)

담당전화

070-7882-8377



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

2022학년 5월 식단 및 알레르기 표시

5/2 Mon	5/3 Tue	5/4 Wed	5/5 Thu	5/6 Fri
<ul style="list-style-type: none"> · 기장밥 · 계란순두부국 (1.5.6.9.10.12.13.17.18.) · 김말이튀김 (1.5.6.16.18.) · 야채겉절이 (5.6.13.) · 오리훈제야채볶음 (1.5.6.13.) · 배추김치 (9.13.) · 오렌지 	<ul style="list-style-type: none"> · 찰수수밥 · 소고기미역국 (5.6.16.) · 숙주나물무침 · 얇은피교자만두 (1.5.6.10.15.16.18.) · 제육볶음 (5.6.10.13.) · 배추김치 (9.13.) · 초코크림샌드위치쿠키 (1.2.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 혼합15곡밥(5.) · 계란떡국 (1.5.6.13.) · 돈육두부조림 (5.6.10.13.18.) · 맛초침 (5.6.12.13.15.) · 치커리사과유자청무침 (13.) · 배추김치 (9.13.) · 스위트플럼쥬스 	어린이날	재량휴업일
5/9 Mon	5/10 Tue	5/11 Wed	5/12 Thu	5/13 Fri
<ul style="list-style-type: none"> · 찰보리밥 · 김치찌개 (5.6.9.10.13.) · 매콤생선까스/타르타르소스 (1.2.5.6.13.18.) · 야채계란찜 (1.) · 풀면야채무침 (5.6.13.) · 배추김치 (9.13.) · 요거타임 (2.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 찰현미밥 · 두부닭무국 (5.6.15.) · 꼬불이어묵조림 (1.5.6.13.18.) · 수제소세지/야채샐러드 (1.2.5.6.10.13.15.16.) · 오이부추무침 (5.6.) · 배추김치 (9.13.) · 초코슈 (1.2.5.6.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 기장밥 · 들깨시래기국 (5.6.13.) · 도토리묵무침 (5.6.13.18.) · 동그랑땡계란부침/케찹 (1.5.6.10.12.13.15.16.18.) · 매운갈비찜 (5.6.9.10.13.) · 배추김치 (9.13.) · 방울토마토 (12.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 혼합15곡밥(5.) · 두부북어국 (1.5.6.13.) · 가지무침 · 계란장조림 (1.5.6.13.18.) · 치즈떡볶이 (1.2.5.6.13.15.16.18.) · 배추김치 (9.13.) · 스위트트로피컬음료 (13.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 김가루주먹밥 (2.5.6.9.10.13.) · 닭강정 (5.6.12.13.15.) · 잔치국수/양념장 (1.5.6.) · 배추김치 (9.13.) · 망고스틱
5/16 Mon	5/17 Tue	5/18 Wed	5/19 Thu	5/20 Fri
<ul style="list-style-type: none"> · 찰수수밥 · 소고기수제비국 (5.6.13.16.) · 두부조림 (5.6.13.18.) · 연양식반달불고기/치즈 (2.5.6.12.16.) · 오징어야채초무침 (5.6.13.17.) · 배추김치 (9.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 혼합15곡밥(5.) · 콩나물꽃게탕 (5.6.8.13.) · 미역줄기맛살볶음 (5.) · 스파게티/마늘빵 (2.5.6.10.12.13.16.18.) · 치킨샐러드 (1.2.5.6.10.13.15.18.) · 배추김치 (9.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 김치볶음밥 (2.5.6.9.10.13.) · 콩나물국 (5.) · 닭다리데리야끼소스구이 (5.6.13.15.) · 반달단무지 · 줄감자튀김 (5.12.13.) · 배추김치 (9.13.) · 감귤한라봉쥬스 (5.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 찰현미밥 · 건새우미역국 (5.6.9.13.) · 돼지고기고추장오븐구이/쌈무 (5.6.10.13.) · 야채계란말이 (1.5.) · 참나물무침 · 배추김치 (9.13.) · 우리밀우리쌀초코바나나케익 (1.2.5.6.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 찰흑미밥 · 두부된장찌개 (5.6.13.) · 로제떡볶이 (1.2.5.6.13.15.16.18.) · 상추겉절이 (5.6.13.18.) · 포테이도등심돈까스/소스 (1.5.6.10.12.13.16.) · 배추김치 (9.13.) · 뽕로로와천구들 (2.)
5/23 Mon	5/24 Tue	5/25 Wed	5/26 Thu	5/27 Fri
<ul style="list-style-type: none"> · 혼합15곡밥(5.) · 부대찌개 (2.5.6.9.10.12.13.) · 스크램블에그 (1.2.5.6.10.13.) · 참쌀탕수육/소스 (1.5.6.10.11.12.13.) · 청경채겉절이 (5.6.13.18.) · 배추김치 (9.13.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 찰보리밥 · 매콤종합어묵국 (1.5.6.13.16.) · 깻잎찜 (5.6.13.18.) · 수육/쌈장 (5.6.10.13.18.) · 풀면야채무침 (5.6.13.) · 배추김치 (9.13.) · 파인애플 	<ul style="list-style-type: none"> · 미니밥(자율) · 짬뽕국물 (5.6.8.10.17.) · 메밀전병 (2.3.5.6.16.18.) · 자장면 (1.5.6.10.13.16.) · 단무지 · 배추김치 (9.13.) · 요구르트 (2.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 기장밥 · 돈육빠다국탕 (5.6.10.13.) · 새송이버섯메추리알장조림 (1.5.6.13.18.) · 오이무침 (5.6.13.) · 오징어스틱/야채/타르타르소스 (1.5.13.17.) · 배추김치 (9.13.) · 튜트칼슘롤 (1.2.3.4.5.6.14.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 찰수수밥 · 닭고기떡국 (1.2.5.6.13.15.) · 깻잎주먹만자부침 (1.5.6.12.13.15.16.18.) · 돈육김치볶음 (5.6.9.10.13.) · 진미채볶음 (1.5.6.13.17.18.) · 배추김치 (9.13.) · 엔요플레인 (2.)
5/30 Mon	5/31 Tue	6/1 Wed	6/2 Thu	6/3 Fri
<ul style="list-style-type: none"> · 찰현미밥 · 참치두부국 (5.6.9.13.) · 갈치무조림 (5.6.13.18.) · 마카로니콘샐러드 (1.2.5.6.13.) · 용가리치킨까스/야채/소스 (1.5.6.12.13.15.16.18.) · 배추김치 (9.13.) 	현장체험학습	지방선거	<ul style="list-style-type: none"> · 찰흑미밥 · 들깨시래기국 (5.6.13.) · 오이미역초무침 (13.) · 함박스테이크/소스 (1.5.6.10.12.13.15.16.) · 햄떡볶이 (1.2.5.6.10.13.15.16.18.) · 배추김치 (9.13.) · 요거트한끼오트 (2.) 	<ul style="list-style-type: none"> · 기장밥 · 새알심만두국 (1.5.6.10.13.18.) · 김치갈비찜 (5.6.9.10.13.) · 야채샐러드/오리엔탈드레싱 (1.5.6.13.) · 햄부침 (1.2.5.6.10.) · 배추김치 (9.13.) · 캐플쥬스

★ 알레르기 유발 식품

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

→해당식품에 특정증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.

★남원서진여고 급식 식재료 원산지 표시 안내

- | | |
|-----------------------------|------------------------------|
| * 쌀, 잡곡류 : 친환경쌀 무농약, 2021년산 | * 배추김치(고춧가루) : 국내산 |
| * 두부, 순두부 : 수입산, 연두부 : 국산 | * 쇠고기/가공품 : 국내산한우/수입산 |
| * 돼지고기, 닭고기, 오리고기/가공품 : 국내산 | * 고등어, 오징어, 삼치/가공품 : 국내산/수입산 |
| * 갈치/가공품 : 세네갈산/수입산 | * 낙지/가공품 : 베트남산/수입산 |
| * 동태/가공품 : 러시아산/수입산 | |

2022. 04. 27.

남 원 서 진 여 자 고 등 학 교

