

# 【월간 식단】

성일고등학교

조희년월: 2023년 08월

	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
		1	2	3	4
중식		[식단] 친환경현미밥 시래기들깨된장국 탄두리오리훈제&우동 두부부침 배추김치 짜먹는요구르트	[식단] 친환경현미밥 얼큰마라탕 감자어묵볶음 용가리치킨 배추김치 아이스밀크	[식단] 친환경현미밥 닭가슴살미역국(1) 콩나물무침 오징어떡볶음 배추김치 요술감자칩	[식단] 친환경잡곡밥 맑은콩나물국(1) 돼지갈비찜 새송이버섯볶음 배추김치 고기손만두
	7	8	9	10	11
중식	[중식] 친환경기장밥 소고기무국(1) 도토리묵무침(2) 로제닭볶이 배추김치 공통양념(1) 초코칩쿠키	[중식] 친환경보리밥 쭈불고기볶음 감자옹심이국 알감자볼비엔나조림 배추김치 공통양념(1) 연두부/양념장	[식단] 비빔밥1 아욱국 카프레제샐러드 닭봉데리구이 배추김치 장건강요구르트	[말복] 친환경흑미밥 닭곰탕 소고기육전 깍두기 수박 소떡소떡	친환경보리밥 돼지고기김치찌개 새우애호박볶음(3) 매콤큐브참스테이크 배추김치 츄러스
	14	15	16	17	18
중식	친환경잡곡밥 김치콩나물국 오이부추무침(1) 까르보나라떡볶이 깨돈강정 배추김치		[식단] 참치삼각주먹밥 우동장국 치즈국물떡볶이 잡채김말이 배추김치 구슬아이스크림	[식단] 친환경렌틸콩밥 한우갈비탕 오징어김치전 깐쇼새우 깍두기 오이고추	[식단] 친환경현미밥 배추국 양배추찜/쌈장 중화군만두 매콤돼지불고기 배추김치
	21	22	23	24	25
중식	[식단] 친환경흑미밥 근대된장국(1) 계란찜(1) 대패생생오리볶음 배추김치 공통양념(1) 요거밀왕초코볼	[식단] 친환경보리밥 오징어무국(2) 돼지고기수육/쌈장 골뱅이무침 깻잎장아찌(1) 배추김치	[식단] 치즈닭갈비주먹밥 베트남 쌀국수 꼬들단무지 통다리치킨 총각김치 청포도주스	[식단] 친환경잡곡밥 감자수제비국 소시지야채볶음 목살오븐구이*파채 배추김치 식혜	친환경보리밥 모듬어묵국 돼지고기김치볶음 온두부 강정닭꼬치 깍두기
	28	29	30	31	
중식	[식단] 친환경흑미밥 부대찌개 꼬들단무지 쫄면야채무침(2) 수제왕돈까스 배추김치	[식단] 친환경렌틸콩밥 동태찌개(2) 돈메추리알장조림 청경채사과무침 오리훈제/무/쌈장 깍두기 공통양념(1)	[식단] 양송이크림스프 미트스파게티 치즈함박스테이크 배추김치 갈릭버터프레첼 아삭야채피클	친환경보리밥 소고기떡국 사천마라짬뽕 참쌀콩멸치볶음 동그랑땡(1) 배추김치	

\* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.계, 09.새우, 10.돼지고기, 11.복숭아, 12.토마토, 13.아황산류, 14.호두, 15.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣