

서영 2022.02월		가 정 통 신 문				식생활관	530 - 2369
 자립 · 경제 · 영웅		< 2022년 02월 식단표 및 알레르기 유발식품 표시 >				http://www.seoyoung.hs.kr	
	2월 7일(월)	2월 8일(화)	2월 9일(수)	2월 10일(목)	2월 11일(금)	2월 12일(토)	2월 13일(일)
조식	· 친환경백미밥 · 누룽지 · 양념깎이(13.18.) · 바삭한치킨너겟/머스타드(1.2.5.6.13.15.16.18.) · 배추김치(9.13.) · 메이플파칸파이(1.2.5.6.13.14.)	· 친환경백미밥 · 버섯들깨국 · 감자조림(5.6.) · 오리훈제콩나물볶음(5.13.) · 배추김치(9.13.) · 에그마요샌드위치(1.2.5.6.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 시래기된장국(5.6.13.18.) · 돈사태떡볶이(5.6.10.) · 야채계란말이(1.) · 배추김치(9.13.) · 초코칩스/우유(2.5.6.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 소고기배추국(2.5.16.18.) · 오징어야채무침(1.7.) · 깎소새우(1.5.6.9.12.13.18.) · 배추김치(9.13.) · 치즈머핀(1.2.5.6.13.)	· 친환경백미밥 · 돌임자깨죽 · 케이준샐러드(1.2.5.6.13.15.18.) · 고추송송고기말이/케첩(2.5.6.10.12.15.18.) · 배추김치(9.13.) · 콘푸레이크/우유(2.5.6.13.)		
중식	· 친환경보리밥 · 토등뼈시래기감자탕(9.10.13.18.) · 오이무침(5.6.) · 돈육야채볶음(5.6.10.) · 스펀달갈전/케첩(1.2.5.6.10.12.13.15.16.) · 배추김치(9.13.) · 생크림와플(1.2.5.6.13.)	· 친환경백미밥 · 돈육김치찌개(9.10.13.18.) · 간장순살양념찜닭(5.6.8.13.15.) · 깎소나물 · 고구마맛탕(2.6.13.) · 깎두기(9.13.) · 사과주스(5.13.)	· 추가밥 · 해물쌈뽕면(1.5.6.9.13.17.18.) · 단무지무침 · 수제등심탕수육/소스(1.5.6.10.12.13.16.18.) · 통새우왕만두(1.5.6.10.16.18.) · 배추김치(9.13.) · 요구르트(2.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 근대된장국(5.6.18.) · 돼지갈비김치찜(5.6.9.10.13.18.) · 과일샐러드(1.5.12.) · 두부달걀전/양념장(1.5.) · 깎두기(9.13.) · 수제에그타르트(1.2.5.6.13.)	· 크림스프(2.5.6.13.16.) · 베이컨크림파스타(1.2.5.6.10.) · 오이피클(13.) · 고구마생크림샐러드(1.2.5.13.) · 수제돈가스/소스(1.2.5.6.10.12.13.16.18.) · 배추김치(9.13.) · 살구복숭아폴리또		
석식	· 친환경잡곡밥(5.) · 건새우미역국(9.13.) · 떡갈비데리아끼조림(1.2.5.6.10.13.15.16.18.) · 도토리목야채무침(5.6.) · 참치김치볶음(9.13.18.) · 깎두기(9.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 물만두달걀국(1.5.6.10.16.18.) · 아삭이고추된장무침 · 땅콩달걀장정(1.2.4.5.6.12.13.15.16.18.) · 삼치구이/갈릭디핑소스(1.2.5.6.13.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 맑은콩나물국(5.) · 시금치나물국(10.) · 돈육나지볶음(10.) · 수제야채튀김(5.6.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 어묵무국(1.5.6.13.16.) · 콩나물무침(5.) · 뼈없는닭갈비(5.6.15.) · 오징어김치전(1.2.6.9.13.17.18.) · 깎두기(9.13.)			
	2월 14일(월)	2월 15일(화)	2월 16일(수)	2월 17일(목)	2월 18일(금)	2월 19일(토)	2월 20일(일)
조식	· 친환경백미밥 · 맑은미역국(13.) · 야채계란찜(1.2.) · 돈육버섯볶음(5.6.10.13.18.) · 배추김치(9.13.) · 한라봉롤케이크(1.2.5.6.)	· 닭야채죽(15.) · 몬테크리스토샌드위치(1.2.5.6.10.13.16.) · 배추김치(9.13.) · 키위 · 크랜베리아몬드그레놀라/우유(2.4.5.6.13.)					
중식	· 친환경잡곡밥(5.) · 부대찌개(2.6.9.10.13.18.) · 근대나물 · 단호박볶음(15.) · 새우튀김또띠아롤(1.2.5.6.9.10.12.13.) · 깎두기(9.13.) · 딸기						
석식	· 친환경백미밥 · 열무된장국(5.6.18.) · 배추무침 · 코코넛새우까스/타르소스(1.2.5.6.9.13.16.18.) · 매콤달다리구이(1.5.13.15.) · 깎두기(9.13.)						

★ 알레르기정보 ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣 등의 알레르기 유발식품을 표시하였습니다. 해당식품에 특정증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.

★ 우리학교 급식에 사용되는 **식재료의 원산지**입니다. ★ 식단은 수급 상황에 따라 변동가능하오니 참고바랍니다.

구분	쌀, 잡곡	김치류/ 고춧가루	계란	쇠고기/ 쇠고기가공품	돼지고기/ 닭고기/오리고기 (가공품포함)	두부/콩	고등어,삼치, 오징어,꽃게, 뱅장어,조기, 아귀 등	명태,갈치, 낙지,쭈꾸미, 다랑어 등
원산지	국내산 친환경	배추,고춧가루: 국내산	국내산 1등급란	국내산(한우)/ 수입산(호주산)	국내산	두부:국내산/ 콩:국내산	국내산	수입산