

서영 2024.10월		가 정 통 신 문				식생활관	530 - 2369	
 서영고 자람 · 경배 · 향유		< 2024년 10월 식단표 및 알레르기 유발식품 표시 >				http://www.seoyoung.hs.kr		
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일		
		1	2	3	4	5		
조식		친환경잡곡밥(5) 쪽파달걀국(1) 돈육야채볶음(5.6.10.13.18) 햄맛살볶음(1.2.5.6.10.15.16) 배추김치(9) 콘푸레이크/우유(2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 759.9/46.7/217.8/7.1	친환경백미밥 순두부찌개(5.6.16.18) 메추리알어묵조림(1.5.6.13) 돈육낙지볶음(5.6.10.13.18) 배추김치(9) 오레오오즈/우유(2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 838.5/48.1/258.4/6.3	친환경잡곡밥(5) 단호박죽 닭강지볶음(5.6.13.15.18) 마늘종멸치볶음(5.6.13) 배추김치(9) 미니파운드케이크(1.2.5.6.14) * 에너지/단백질/칼슘/철 787.6/36.4/124.7/2.7	친환경백미밥 누룽지 비엔나케첩조림(10.12.16) 다시마쌈/초장(5.6.13) 야끼소바볶음우동 (2.5.6.10.12.13.15.17.18) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 769.6/27.6/108.7/2.5	친환경백미밥 무채된장국(5.6) 깻순나물(5.6) 간장돼지불고기(5.6.10.13.18) 스팸감자구이(1.2.5.6.10.16) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 715.8/40.0/100.7/2.4		
		친환경백미밥 돼지고기짜글이찌개(5.6.9.10) 양배추찜/쌈장(4.5.6) 뼈없는닭갈비(5.6.13.15.18) 밥에싸먹는햄(1.2.5.6.10.15.16) 깍두기(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 723.2/46.8/111.6/2.7	친환경백미밥 유부된장국(5.6) 치킨마크니커리(2.5.6.12.15) 유자단무지맛살냉채(1.5.6.10.16) 5마리통새우꼬치/칠리소스(8.9) 리치치즈난(2.5.6) 배추김치(9) 인도식요거트라씨(2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 745.4/43.1/315.4/2.8	친환경찰현미밥 감자들깨국 새송이장조림(5.6.13) 돈육야채볶음(5.6.10.13.18) 오징어김치전(2.5.6.9.12.16.17) 깍두기(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 703.9/30.6/99.3/2.6	추가밥 꼬치어묵우동(2.5.6.8.12.16) 꼬들단무지무침 파채탕수육(1.5.6.10.12.13.18) 매콤달콤그릴구이 (2.5.6.12.13.15.18) 배추김치(9) 논산말기주스(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 997.3/41.9/197.6/8.3	친환경백미밥 김가루떡국(1) 두부양념조림(5.6.13) 근대나물(13) 두반장닭볶음(5.6.10.15.18) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 734.2/39.9/120.8/3.8		
중식		친환경백미밥 복어달걀국(1) 시금치들깨무침 용가리치킨너겟/머스타드 (1.2.5.6.13.15) 삼치구이 배추김치(9) 미니초코크루아상(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 728.2/37.7/76.9/1.9	친환경잡곡밥(5) 김치어묵국(1.5.6.9.13) 숙주나물 돈육참스테이크 (1.2.5.6.10.12.16) 순대야채볶음(2.5.6.10.13.16.18) 깍두기(9) 깨찰호떡(1.2.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 853.1/35.2/103.7/4.5	친환경백미밥 근대된장국(5.6) 건고구마순볶음(5.6) 블랙퍼퍼함박스테이크/소스 (1.2.5.6.10.12.15.16) 카레갈치구이(2.5.6.12.13.16.18) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 684.2/30.9/115.2/2.6	친환경잡곡밥(5) 건새우미역국(9) 풀면야채무침(5.6.13) 감자채볶음 불케이노오리불고기 (2.5.6.12.13.16.17) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 869.2/26.3/102.2/3.1			
		7	8	9	10	11	12	
석식		친환경백미밥 누룽지 떡갈비파인조림 (5.6.10.13.15.16.18) 팝콘치킨샐러드(1.2.5.6.15) 배추김치(9) 아몬드후레이크/우유(2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 764.2/23.3/203.0/2.6	친환경잡곡밥(5) 연두부맑은국(5) 파리고추알어묵볶음(1.5.6.13) 배추무침 매콤돈육버섯볶음(5.6.10.13.18) 깍두기(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 640.8/39.2/99.4/2.5	친환경백미밥 오징어무국(17) 우영조림(5.6.13) 간장오리불고기(5.6.13.18) 콘치즈구이(1.2.5.13) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 774.8/30.2/103.8/2.5	참치야채죽(5.16.18) 배추김치(9) 달걀품은식빵토스트 (1.2.5.6.13.16) 샤인머스켓 초코채스/우유(2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 631.1/20.3/311.8/2.9	친환경잡곡밥(5) 소고기배추국(5.6.16) 달걀데리야끼볶음(5.6.13.15) 치즈그릴비엔나구이(1.2.5.10.16) 배추김치(9) 미니슈크림파이(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 841.7/45.4/143.0/2.9	친환경백미밥 감자된장국(5.6) 느타리버섯볶음 어니언떡갈비(1.2.5.6.10.13.16) 배추김치(9) 소프트치즈케이크(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 651.8/19.0/101.4/2.4	
		친환경찰흑미밥 청국장찌개(5.9) 무생채(13) 돈육숙주볶음(5.6.10.13.18) 어니언고등어구이(7) 배추김치(9) 얼라이브주스(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 739.9/46.1/160.3/3.9	친환경발아현미밥 순살시래기감자탕(10.13) 도토리묵야채무침(5.6.13) 푸실라샐러드(1.5.6.13) 파채돈까스(1.2.5.6.10) 배추김치(9) 떠먹는요플레토평(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 956.1/32.0/307.9/4.5	친환경백미밥 열갈이된장국(5.6) 열무나물 닭고구마볶음(5.6.13.15.18) 갈치구이 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 690.2/42.2/154.0/3.1	베이컨갈릭볶음밥(1.5.6.10.13) 많은홍합국(18) 토마토베리샐러드(12.13) 등심탕수육/탕수소스 (1.5.6.10.12.13.18) 배추김치(9) 허니글레이즈드팝콘(2.5) * 에너지/단백질/칼슘/철 806.5/26.4/171.5/12.7	친환경찰보리밥 달걀육개장(1.13.16) 간장돼지갈비떡찜(5.6.10.13.18) 실곤약야채무침(5.6.13) 청경채겉절이(5.6.13) 배추김치(9) 젤리블리 * 에너지/단백질/칼슘/철 788.7/33.8/185.8/3.1	친환경백미밥 모듬버섯우국 상추숙갓생채(5.6.13) 돈사태고구마볶음(5.6.10.13.18) 하트파프리카언근전/케첩 (1.5.6.12) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 664.0/38.2/97.2/3.1	
중식		새우달걀굴소스볶음밥 (1.5.6.9.13.18) 팽이버섯미소된장국(5.6) 얇은피썬만두(1.5.6.10.16.18) 매콤오이초무침(5.6.13) 대만식지파이(2.5.6.15) 배추김치(9) 장수사과즙(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 710.7/35.6/131.4/5.3	짜장라이스(5.6.10.13.16) 부추달걀국(1) 단무지무침 맛초킹치킨(1.2.5.6.12.15.16) 배추김치(9) 뽀로로요구르트(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 826.4/45.3/148.2/3.6	친환경잡곡밥(5) 얼큰김치국(9) 고구마생크림샐러드(1.2.5) 간장양념돼지등심불고기(5.6.10) 느타리버섯들깨볶음 깍두기(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 727.0/21.9/92.5/3.2	친환경잡곡밥(5) 행두부찌개(1.2.5.6.9.10.13.16) 비빔야채만두 (1.5.6.10.13.15.16.18) 참나물된장무침(5.6.13) 오징어떡볶음(5.6.13.17.18) 배추김치(9) 딸기참쌀떡(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 892.8/33.3/145.8/4.2	친환경잡곡밥(5) 바지락무국(18) 마늘종볶음(5.6.13) 오리훈제콩나물볶음(5.6.13.18) 동그랑땡전(1.2.5.6.10.12.15.16) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 757.9/33.6/143.9/5.7		

	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
	14	15	16	17	18	19
조식	친환경백미밥 어육무국(1.5.6) 마카로니샐러드(1.5.6.13) 돈육표고야채볶음 (5.6.10.13.18) 밥에싸먹는햄 (1.2.5.6.10.15.16) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 678.4/40.1/73.4/2.3	친환경잡곡밥(5) 누룽지 매추리알장조림(1.5.6.13) 파래오징어까스/케첩 (1.5.6.12.17.18) 배추김치(9) 크로무수샌드위치 (1.2.5.6.10.16) * 에너지/단백질/칼슘/철 640.9/24.7/98.8/6.9	친환경백미밥 부대찌개(1.2.5.6.9.10.13.16) 새송이버섯볶음 오리훈제부추볶음(5.6.13.18) 깍두기(9) 레몬바질마들렌(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 781.8/27.1/63.8/1.3	달걀야채죽(1) 배추김치(9) 초코칩스/우유(2.5.6) 딸기크림롤케이크(1.2.5.6) 바나나 * 에너지/단백질/칼슘/철 624.8/14.7/298.0/2.6	친환경백미밥 시래기된장국(5.6) 꽃맛샐러드(1.5.6.8.9.13) 매콤달걀개야채볶음 (5.6.13.15.18) 배추김치(9) 허니버터카스테라(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 862.6/36.7/228.4/2.5	친환경백미밥 감자옹심이국(17) 돈사태떡찜(5.6.10.13.18) 어묵피망볶음(2.5.6.8.12.13.16) 배추김치(9) 시리얼/우유(2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 881.7/42.2/226.8/4.7
중식	친환경울무밥 바지락수제비국(5.6.8.18) 파파두부(5.6.10.18) 진미채조림(5.6.13.17) 간장순살양념찜닭 (5.6.13.15.18) 배추김치(9) 초코칩트위스트(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 892.9/48.0/126.4/8.7	친환경찰보리밥 열갈이된장국(5.6) 돼지갈비김치찜(5.6.9.10.13.18) 쪽파무침 사천칠리쉬림프(1.2.5.6.9.15.16) 깍두기(9) 단풍설기 * 에너지/단백질/칼슘/철 722.9/32.6/167.6/2.7	추가밥 나가사끼짬뽕면(5.6.8.17.18) 단무지무침 망고샐러드(1.2.5.6) 통살꿔바로우/소스 (1.5.6.10.12.13.18) 배추김치(9) 떠먹는요구르트(복숭아)(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 819.0/29.8/268.3/1.2	친환경찰현미밥 김치토리묵냉국(9.13) 콩나물무침(5) 주꾸미야채볶음/소면(5.6.13.18) 트리플치즈크러스트피자 (1.2.5.6.10.12.15.16.18) 깍두기(9) 따옴오가닉주스(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 749.4/31.8/281.0/3.2	곤드레나물밥/양념장(5.6.13) 맑은미역국(5.6) 매콤제육볶음(5.6.10.13.18) 단호박크로켓/케첩(5.6.12) एको들기름김 배추김치(9) 감귤주스(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 748.7/33.6/143.1/3.3	친환경백미밥 물만두달걀국(1.5.6.10.16.18) 참나물겉절이(5.6.13) 볼케이노순살닭볶음 (2.5.6.12.13.15.16.17) 고등어구이(7) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 703.1/46.3/81.8/4.7
석식	친환경잡곡밥(5) 간새우시금치된장국(5.6.9) 미트볼떡데리아끼조림 (1.2.5.6.10.13.15.16) 열무된장무침(5.6.13) 해물볶음우동(5.6.9.13.17.18) 배추김치(9) 달콤바삭크롱지(1.2.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 842.6/32.0/124.4/3.1	김가루밥 가쓰오부부장국(5.6) 찰순대찜/깨소금(2.5.6.10.13.16) 치즈떡매콤볶음 (1.2.5.6.12.13.16.18) 불닭맛김말이튀김 (1.2.5.6.15.16.18) 배추김치(9) 추시콜(11.12) * 에너지/단백질/칼슘/철 857.3/19.7/177.4/7.0	친환경잡곡밥(5) 감자된장국(5.6) 청포묵상추무침(5.6.13) 춘천식당갈비(5.6.13.15.18) 추로탕탕소시지(2.5.6.10.16) 배추김치(9) 아이스크림(헬도콘)(1.2.4.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 939.2/34.7/295.4/3.1	친환경백미밥 짬뽕순두부찌개(5.6.17.18) 바사삭나초치킨너겟 (1.2.5.6.8.12.15) 알감자버터구이(2.13) एको들기름김 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 664.7/21.6/66.4/2.9	친환경백미밥 호박된장국(5.6) 고사리나물 매콤오리야채볶음(5.6.13.18) 고구마맛탕(5.6.13) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 851.2/24.4/105.3/3.1	
	21	22	23	24	25	26
조식	친환경백미밥 간새우감자된장국(5.6.9) 돈육떡볶음(5.6.10.13.18) 사각취포볶음(5.6.13) 대파해물등그랑뎡/케첩 (1.2.5.6.10.12.15.16.18) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 712.8/43.0/75.9/2.8	해물짬뽕죽(5.6.9.13.17.18) 배추김치(9) 컵시리얼/우유(2.5.6) 햄치즈달걀토스트 (1.2.5.6.9.10.12.13.16) 굴 * 에너지/단백질/칼슘/철 762.8/31.1/480.2/7.5	친환경백미밥 배추들깨국 참치김치볶음(5.6.9.13.16.18) 야채달걀말이(1) 깍두기(9) 치즈머핀(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 723.3/26.9/138.4/3.0	친환경잡곡밥(5) 맑은콩나물국(5) 청포묵/양념장(5.6.13) 감자채볶음(1.2.5.6.10.15.16) 데리아끼멘츠카츠/소스 (1.2.5.6.10) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 695.7/16.8/69.0/2.4	친환경백미밥 누룽지 케이준샐러드(1.5.6.12.15.16) 돈사태고구마볶음(5.6.10.13.18) 배추김치(9) 초코우유(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 812.0/39.5/233.7/3.4	친환경백미밥 소고기무국(13.16) 연두부/양념장(5.6.13) 바삭한치킨너겟/머스타드 (1.2.5.6.13.15) 배추김치(9) 아몬도후레이크/우유(2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 703.7/26.9/220.3/2.7
중식	친환경발아현미밥 돈육김치찌개(5.6.9.10.13) 오리훈제채소찜(5.6.13.18) 브로콜리숙회/초장(5.6.13) 달걀햄볶음(1.2.5.6.10.15.16) 깍두기(9) 스윗딸기쥬드넛(1.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 868.4/37.2/128.0/3.7	친환경찰보리밥 한우육개장(13.16) 돼지갈비감자찜(5.6.10.13.18) 시금치나물 치킨텐더/머스타드 (1.2.5.6.13.15.16) 배추김치(9) 스윗꽃카롱(1.2.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 793.8/34.9/126.6/3.3	로제파스타 (1.2.5.6.12.13.15.16.18) 양송이소프(2.5.6.13.16) 오이피클 고구마치즈등심돈까스 (1.2.5.6.10.11.12.16) 수제웨이감자(2.5) 배추김치(9) 모듬컵과일 * 에너지/단백질/칼슘/철 832.0/20.3/273.4/3.9	고추참치비빔밥(5.6.12.13.16.18) 열무된장국(5.6) 갈비만두(1.5.6.10.16.18) 야채달걀찜(1.2.5.6.18) 상추부추무침 배추김치(9) 레드벨벳브랭귀지(1.2.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 765.5/28.2/191.3/5.2	친환경찰흑미밥 오색미나머국(5.6.18) 안동닭찜(5.6.13.15) 두부달걀찜/양념장(1.5.6.13) 맛김 배추김치(9) 라임레몬주스(독도의날)(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 739.7/32.2/119.9/3.4	친환경백미밥 복어무국(13) 연근조림(5.6.13) 돈육야채볶음(5.6.10.13.18) 맛김 (1.2.5.6.10.12.13.15.16.18) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 699.1/44.2/163.4/2.4
석식	친환경잡곡밥(5) 순수제비달걀국(1.5.6) 치커리사과무침(1.2.5.6) 한우버섯불고기 (5.6.13.16.18) 스팸구이/케첩 (1.2.5.6.10.12.15.16) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 757.3/39.0/47.9/4.0	추가밥 크림커리우동 (2.5.6.10.12.13.16.18) 과일샐러드(1.5.12) 오이치무침 땅콩달걀찜(1.4.5.6.15) 배추김치(9) 설빙망고아이스크림(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 973.3/37.0/107.8/2.7	불고기맹추먹밥(5.6.10.18) 매콤우부장국(5.6) 찰순대찜/깨소금(2.5.6.10.13.16) 신선떡볶음(1.2.5.6.12.16.18) 튀김어묵(5.6) 배추김치(9) 매실에이드 * 에너지/단백질/칼슘/철 872.9/29.6/158.3/5.3	친환경백미밥 시래기된장국(5.6) 고춧살나물 굴뱅이무침/소면(5.6.13) 춘천식당갈비(5.6.13.15.18) 배추김치(9) 초코버터티그레(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 889.6/41.8/271.4/4.5	친환경백미밥 동태무국 오리훈제/머스타드(1.5.6.13) 열갈이나물 김부각(5.6) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 754.7/33.5/90.2/0.8	

	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
	28	29	30	31		
조식	친환경백미밥 소고기미역국(5.6.16) 피자오믈렛/케첩(1.2.5.6.12) 달걀카레볶음 (2.5.6.12.13.15.16.18) 파래김자반 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 688.3/36.1/74.4/3.4	영양달죽(15) 배추김치(9) 초코칩스/우유(2.5.6) 프렌치버터토스트(1.2.5.6.13) 골드키위 * 에너지/단백질/칼슘/철 656.1/23.7/315.5/3.4	친환경잡곡밥(5) 두부달걀국(1.5) 돼지갈비떡찜(5.6.10.13.18) 부추겉절이(5.6.13) 오징어문어항바/머스타드 (1.5.6.11.13.17) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 802.0/43.1/82.6/2.9	친환경백미밥 바지락무국(18) 돈육안심장조림(5.6.10.13) 브로콜리땅콩소스무침(1.4.5) 남해마늘한입돈까스/케첩 (1.5.6.10.12) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 738.8/36.3/141.3/6.8		
중식	친환경발아현미밥 왕만두달걀국(1.2.5.6.8.10) 숙주맛살무침 파트로통새우까스/타르소스 (1.2.5.6.9) 블랙갈릭치킨스테이크 (5.6.10.12.13.15.16.18) 배추김치(9) 와플/딸기팬(1.2.5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 856.8/35.9/187.6/5.7	친환경찰현미밥 매콤어묵국(1.5.6) 배추무침 간장돼지불고기(5.6.10.16) 콘카레삼치구이 (2.5.6.12.13.16.18) 총각김치(9) 찜어먹는스트링치즈(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 712.5/41.4/143.8/2.0	추가밥 유부잔치국수/양념장(5.6.13) 오이부추무침(13) 파채납작군만두(1.5.6) 알볼로목동피자 (1.2.5.6.10.12.15.16.18) 보쌈김치(9) 조각파인애플 * 에너지/단백질/칼슘/철 710.4/25.4/253.8/2.9	친환경찰흑미밥 얼갈이된장국(5.6) 달걀장조림(1.5.6.13) 양념깻잎지 대패삼겹살공나물불고기 (5.6.10.13.18) 배추김치(9) 꼬마미라케이크팜(1.2.5.6.10) * 에너지/단백질/칼슘/철 904.4/30.9/177.0/3.7		
석식	친환경잡곡밥(5) 맑은한우샤브샤브국(5.6.16) 얼갈이나물 논꽃치즈로제돈까스 (1.5.6.10.12.13) 마늘햄구이/케첩 (1.2.5.6.10.12.15.16) 배추김치(9) 마시는초코브라우니(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 847.0/26.2/253.0/3.9	친환경백미밥 얼큰김치국(9) 미나리초무침(5.6.13) 돈육잡채(5.6.10.13) 청양고추떡갈비/레몬크림소스 (5.6.10.16.18) 깍두기(9) 슈크림봉어꼬리빵(1.2.5.6.16) * 에너지/단백질/칼슘/철 951.0/27.4/107.2/3.1	친환경잡곡밥(5) 버섯들깨국 달걀개간장조림(5.6.13.15.18) 상추겉절이(5.6.13) 바삭별카츠/케첩 (1.2.5.6.10.12.16) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 703.0/36.7/146.5/3.2	친환경백미밥 순대국(2.5.6.10.13.16) 연두부/양념장(5.6.13) 새콤오이무침(13) 돈육김치볶음(5.6.9.10.13.18) 깍두기(9) 아이스크림(설레임)(1.2) * 에너지/단백질/칼슘/철 889.2/32.3/287.3/4.9		

★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 원산지입니다. ★ 식단은 수급 상황에 따라 변동 가능하오니 참고 바랍니다.

구분	쌀 (밥,죽,누룽지)	김치류 (배추)/고춧가루	콩/두부	육류(가공품포함)		수산물(가공품포함)
				쇠고기	돼지고기,닭고기,오리고기,양고기	
원산지	국내산 친환경	배추,고춧가루: 국내산	콩:국내산 두부:국내산	국내산(한우)/수입산(호주산)	국내산	국내산
	명태	갈치	오징어/가공품	다랑어	낙지,쭈꾸미	
	러시아	세네갈	국내산/수입산	원양산	베트남	