

서영 2021.08월		가 정 통 신 문				식생활관		530 - 2369	
<div><div><div><div><div></div><div>서영</div></div></div><div><div></div><div>가정 · 경제 · 방송</div></div></div></div>						http://www.seoyoung.hs.kr			
< 2021년 08월 식단표 및 알레르기 유발식품 표시 >									
	8월 2일(월)	8월 3일(화)	8월 4일(수)	8월 5일(목)	8월 6일(금)	8월 7일(토)	8월 8일(일)		
조식	· 친환경백미밥 · 소고기무국(2.5.1 6.18.) · 시금치나물 · 돈육갯잎볶음(10.) · 배추김치(9.13.) · 초코케스/우유(2.5 .6.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 누룽지 · 브로콜리숙회/초 장 · 돈육콩나물볶음(5 .6.10.) · 배추김치(9.13.) · 모닝빵버거(1.2.5. 6.10.13.15.16.)	· 친환경백미밥 · 근대원장국(5.6.1 8.) · 참나물무침 · 매콤김치볶음(9.1 3.18.) · 두부달걀전/양념 장(1.5.) · 깍두기(9.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 연근야채국(13.) · 오징어조림(5.6.) · 오리불고기(5.13.) · 배추김치(9.13.) · 딸기우유(2.)	· 친환경백미밥 · 참치야채죽(13.) · 무말랭이무침(13. 18.) · 데리야끼달걀개구 이(5.6.13.15.) · 배추김치(9.13.) · 비스킷슈(1.2.5.6. 13.)				
	· 베이킹칼릭볶음밥 (1.5.6.10.13.18.) · 청경채된장국(5.6. 18.) · 오이무침(5.6.) · 고구마함박스테이 크/양송이소스(1.2.5 .6.10.12.13.15.16.) · 배추김치(9.13.) · 오렌지저장플로로 (5.13.)	· 친환경수수밥 · 꼬치어묵국(1.5.6. 13.16.) · 치즈달걀비(2.5.6. 15.) · 곤드레나물볶음(1 3.) · 밥에싸먹는햄(2.6. 10.) · 배추김치(9.13.) · 수박	· 추가밥 · 김치말이냉국수(5 .6.9.13.16.18.) · 불고기왕만두(1.5. 6.10.13.16.18.) · 꼬들단무지무침 · 뿌링클치즈볼(1.2. 5.6.) · 닭무김치(9.13.) · 아이스크림(일레 임)(1.2.5.)	· 친환경흑미밥 · 참봉순두부찌개(5 .6.9.13.17.18.) · 건고구마순볶음 · 돈육숙주볶음(5.6. 9.10.12.13.17.18.) · 갈치구이(13.) · 배추김치(9.13.) · 요구르트(2.)	· 스페셜요쌈밥(1.2. 5.6.10.13.18.) · 팽이버섯된장국(5 .6.18.) · 양배추샐러드(1.5. 11.12.13.) · 땅콩달걀청(1.2.4. 5.6.12.13.15.16.18.) · 배추김치(9.13.) · 콜피스(복숭아)(2.)				
석식	· 친환경잡곡밥(5.) · 오징어미나라국(1 7.) · 시금치들깨무침 · 단호박담볶음(15.) · 버섯잡채(5.6.8.13 .18.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 소고기미역국(16.) · 알감자조림(5.6.1 3.) · 돈까스/소스(1.5.6 .10.12.13.18.) · 야채김(13.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 연근야채국(5.) · 고춧잎나물 · 오삼불고기(5.6.1 0.17.) · 새우튀김포미야랑 (1.2.5.6.9.10.12.13.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 시금치된장국(5.6. 18.) · 꿀맛샐러드(1.5. 13.18.) · 햄전/케첩(1.2.6.1 0.12.13.) · 데리야끼멘츠카츠 /소스(1.5.6.10.13.1 5.16.) · 배추김치(9.13.)					
	8월 9일(월)	8월 10일(화)	8월 11일(수)	8월 12일(목)	8월 13일(금)	8월 14일(토)	8월 15일(일)		
조식	· 친환경백미밥 · 건새우미역국(9.1 3.) · 참소라야채무침(1 8.) · 돈육짜장볶음(5.6. 10.13.16.) · 배추김치(9.13.) · 오레오오즈/우유(2 .5.6.13.)	· 친환경백미밥 · 맑은콩나물국(5.) · 달걀치나물 · 야채계란말이(1.) · 치킨텐더/요거트 소스(1.2.5.6.13.15.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 오징어무국(17.) · 돈사태떡볶(5.6.1 0.) · 콘샐러드(1.5.13.) · 배추김치(9.13.) · 메밀퐁칼파이(1 .2.5.6.13.14.)						
	· 친환경잡곡밥(5.) · 배추된장국(5.6.1 8.) · 간장순살양념찜닭 (5.6.8.13.15.) · 오이도라지초무침 (5.6.) · 카레순살볶아구이 · 배추김치(9.13.) · 달고나우유마카롱 (1.2.6.)	· 친환경백미밥 · 북어무국(13.) · 메추리알장조림(1 5.6.13.) · 풀면야채무침(5.6.) · 돈육채피망볶음(5 .6.10.13.18.) · 조랭이떡국(13.) · 떡먹는요구르트(딸 기)(2.)							
석식	· 친환경잡곡밥(5.) · 콩게탕(8.) · 속주나물 · 베이컨감자샐러드 (1.2.5.6.10.13.) · 블랙알리오치킨(1 .5.6.12.13.15.16.18.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 시금치고추장국(5 .6.18.) · 토로리목야채무침 (5.6.) · 오리야채볶음(5.6.) · 고추송송고기말이 /케첩(2.5.6.10.12.1 5.18.) · 배추김치(9.13.)							
	8월 16일(월)	8월 17일(화)	8월 18일(수)	8월 19일(목)	8월 20일(금)	8월 21일(토)	8월 22일(일)		
조식				· 친환경백미밥 · 맑은미역국(13.) · 멸치양공볶음(4.5. 6.13.) · 피자돈까스/소스(1 .2.5.6.10.12.13.15. 16.18.) · 배추김치(9.13.) · 한라봉물게이크(1 2.5.6.)	· 친환경백미밥 · 누룽지 · 감자채피망볶음(5 .6.10.13.) · 배추김치(9.13.) · 허니버터카스테라 (1.2.5.6.13.)	· 친환경백미밥 · 연근조림(5.6.13.1 8.) · 돼지갈비감자찜(5 .6.10.13.) · 배추김치(9.13.) · 아몬도후레이크/ 우유(2.5.6.13.)	· 친환경백미밥 · 부추달걀국(1.13. 13.) · 미트볼데리야끼조 림(1.2.5.6.10.13.15. 16.18.) · 무말랭이무침(13. 18.) · 배추김치(9.13.)		
	· 친환경잡곡밥(5.) · 왕만두달걀국(1.5. 6.10.13.16.18.) · 중화풍순살담볶음 (5.6.8.13.15.18.) · 실곤약야채무침(5 .6.13.) · 건참나물볶음 · 배추김치(9.13.) · 짜파는튀터켈리(포 도)	· 돈육카레라이스(2 .5.6.10.13.16.) · 유부원장국(5.6.1 8.) · 오이무침(5.6.) · 돈까스/소스(1.5.6 .10.12.13.18.) · 배추김치(9.13.) · 마시는딸기요구르 트(2.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 무채들깨국(5.6.1 8.) · 돈육당면볶음(5.6. 8.10.13.18.) · 달콤매콤달고치(5 .6.15.) · 배추김치(9.13.) · 와플/딸기요구르 트(2.)	· 친환경백미밥 · 근대원장국(5.6.1 8.) · 육은지닭찜(9.13. 15.18.) · 꿀맛샐러드(1.5. 13.18.) · 느타리버섯들깨볶 음 · 깍두기(9.13.)					

석식				· 친환경백미밥 · 순두부찌개(5.9.1 3.) · 청포묵/양념장(5.6 .13.) · 파태탕수육(1.5.6. 10.12.13.15.18.) · 고등어카레구이(2 .5.6.7.13.16.) · 깍두기(9.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 매콤콩나물국(5.) · 새송이장조림(5.6.) · 비엔나야채볶음(2 .6.10.15.) · 돈육참스테이크(1 2.5.6.10.12.13.16.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 오박원장국(5.6.1 8.) · 콩나물무침(5.) · 오리야채볶음(5.6.) · 새우군만두(1.5.6. 9.16.17.18.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 연근김치국(9.13. 18.) · 다시마쌀/초장 · 연양식반달불고기 /소스(1.5.6.11.12.1 3.15.16.) · 고구마치즈그라탕 (1.2.5.13.) · 깍두기(9.13.)
조식	· 친환경백미밥 · 누룽지 · 파파두부(5.6.10.1 2.13.18.) · 불닭스테이크/고 구마루스(1.2.5.6.11. 12.13.15.16.18.) · 배추김치(9.13.) · 방울토마토(12.)	· 친환경백미밥 · 무채들깨국(5.6.1 8.) · 돼지갈비파인조림(2 .5.6.10.13.15.16.18.) · 돈육청경채글로스 볶음(5.6.9.10.12.17. 18.) · 깍뎀달걀말이(1.) · 배추김치(9.13.) · 초코케스/우유(2.5 .6.13.) · 파우더(1.2.5.6.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 표고미역국(13.) · 양념갯잎치(13.18) · 돈육청경채글로스 볶음(5.6.9.10.12.17. 18.) · 배추김치(9.13.) · 콜라워파이/슈가 파우더(1.2.5.6.13.)	· 친환경백미밥 · 매콤어묵국(1.5.6. 13.16.) · 고구마순무침 · 치즈그릴비엔나볶 음(1.2.6.10.15.) · 바삭한치킨나겟/ 머스타드(1.2.5.6.13. 15.16.18.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 콩비지찌개(5.9.1 0.13.18.) · 두등백자찜(5.6. 10.) · 치즈나물무침 · 배추김치(9.13.) · 프렌치버터토스트 (1.2.5.6.13.)	· 친환경백미밥 · 알큰복어국(13.) · 파리고추알아볶볶 음(1.5.6.13.16.) · 춘천식달걀비(5.6. 15.) · 배추김치(9.13.) · 아몬도후레이크/ 우유(2.5.6.13.)	· 친환경백미밥 · 연근김치국(9.13. 18.) · 다시마쌀/초장 · 연양식반달불고기 /소스(1.5.6.11.12.1 3.15.16.) · 고구마치즈그라탕 (1.2.5.13.) · 깍두기(9.13.)
중식	· 친환경잡곡밥(5.) · 건새우어묵국(5.6. 9.13.18.) · 부추겉절이(5.6.) · 풀면야채무침(5.6. 5.) · 로제소스함박스테 이크(1.2.5.6.10.12.1 3.15.16.18.) · 배추김치(9.13.) · 유념(2.)	· 친환경수수밥 · 달걀콩개장(1.2.5. 6.13.16.18.) · 연두부/양념장(5.) · 등심탕수육/소스(1 5.6.10.12.13.16.1 8.) · 새송이버섯볶음 · 배추김치(9.13.) · 수제에그타르트(1 2.5.6.13.)	· 추가밥 · 해물짬뽕면(1.5.6. 9.13.17.18.) · 단무지무침 · 등심탕수육/소스(1 5.6.10.12.13.16.1 8.) · 배추김치(9.13.) · 골레도르타이아스크 림(1.2.5.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 부대찌개(2.6.9.10 .13.18.) · 양배추쌈/쌈장(5.6 .16.18.) · 돈육야채볶음(5.6. 10.) · 카레갈치구이(2.5. 6.13.16.) · 깍두기(9.13.) · 수제자용에이드(5 .13.)	· 참치김치볶음밥/ 김가루(5.9.13.18.) · 시금치된장국(5.6. 18.) · 사과샐러드(1.5.1 1.13.) · 매콤까르보볶볶이 (1.2.5.6.10.12.13.15 .16.) · 계란후라이(1.) · 깍두기(9.13.) · 스위트플럼썬(5 .13.)	· 친환경백미밥 · 순두부찌개(5.9.1 3.) · 건파래쪽파무침 · 돈육갯잎볶음(10.) · 카레삼치구이(2.5. 6.13.16.) · 깍두기(9.13.)	
석식	· 친환경백미밥 · 돼지고기짜글이찌 개(5.9.10.13.18.) · 갯살나물 · 오리훈제숙주볶음 (5.6.9.12.13.17.18.) · 메밀김치전정(2.3. 5.6.16.18.) · 깍두기(9.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 돈동뼈시래기감자 탕(9.10.13.18.) · 돈육잡채(5.6.8.10 .13.18.) · 마늘종멸치볶음(5 .6.13.18.) · 채다치즈썩썩함박 /소스(1.2.5.6.10.12. 13.15.16.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 맑은콩나물국(5.) · 야채계란찜(1.2.) · 얼무된장무침 · 순살볼락볶음우동 (5.6.9.13.15.17.18.) · 배추김치(9.13.)	· 하이라이스(1.2.5. 6.10.12.13.16.) · 팽이버섯미소원장 국(5.6.18.) · 치커리사과무침 · 오징어렁/케첩(1.5 .6.12.17.) · 매콤달다리구이(1 5.13.15.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 소고기배추죽(2.5. 16.18.) · 낙지야채볶음/소 면(1.5.6.13.17.) · 다시마부각 · 오곡치킨까스/머 스터드(1.5.6.13.18.) · 배추김치(9.13.)		
조식	· 친환경잡곡밥(5.) · 소고기미역국(1.16.) · 오이치무침(13.) · 꾸꾸미야채볶음/ 소면(1.5.6.13.) · 갈릭크런치생선까 스/타르소스(1.2.5.6. 13.18.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 꿀파계란국(1.) · 크리스피돈강청(1 .5.6.10.12.13.16.) · 알감자버터구이(2) · 배추김치(9.13.) · 초코케스/우유(2.5 .6.13.)					
중식	· 친환경흑미밥 · 참치김치찌개(9.1 3.18.) · 참나물된장무침 · 돈육야채볶음(5.6. 10.) · 랑풍만두(1.4.5.6. 10.12.13.15.16.18.) · 깍두기(9.13.) · 오렌지주스(5.13.)	· 친환경보리밥 · 배추된장국(5.6.1 8.) · 돼지수육(5.6.10.1 3.16.18.) · 상추부추겉절이 · 오징어야채무침(1 7.) · 배추김치(9.13.) · 모듬김과일					
석식	· 친환경백미밥 · 한두부찌개(5.6.1 8.) · 메추리알곤약조림 (1.5.6.13.) · 근대나물 · 순살치리/양념소 스(1.2.5.6.12.13.15. 16.18.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 한두부찌개(2.5.6. 9.10.13.15.16.18.) · 시래기나물(5.6.1 3.18.) · 닭고구마볶음(5.6. 15.) · 코코넛새우까스/ 타르소스(1.2.5.6.9.1 3.16.18.) · 배추김치(9.13.)					

★ 알레르기정보 ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭효두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴·전복·홍합 포함) ⑲갯 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 변동가능하오니 참고바랍니다.

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