

서영 2021.02월		가 정 통 신 문				식생활관	530 - 2369
 서영고 자립 · 경제 · 영웅		< 2021년 02월 식단표 및 알레르기 유발식품 표시 >				http://www.seoyoung.hs.kr	
	2월 1일(월)	2월 2일(화)	2월 3일(수)	2월 4일(목)	2월 5일(금)	2월 6일(토)	2월 7일(일)
조 식	· 친환경백미밥 · 맑은미역국(13.) · 피자돈까스/소스(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) · 야채김(13.) · 콘치즈구이(1.2.5.13.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 초코칩스/우유(2.5.6.13.) · 근대된장국(5.6.18.) · 느타리버섯볶음 · 숯불닭갈비(5.6.12.13.15.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 누룽지 · 도토리묵야채무침(5.6.) · 매콤바삭불고기(1.6.10.12.13.15.16.) · 깍두기(9.13.) · 달걀햄치즈토스트(1.2.5.6.10.12.13.15.16.)				
중 식	· 친환경백미밥 · 시금치된장국(5.6.18.) · 마파두부(5.6.10.12.13.18.) · 상추겉절이(5.6.13.) · 돈육야채볶음(5.6.10.) · 배추김치(9.13.) · 군고구마	· 친환경흑미밥 · 왕만두달걀국(1.5.6.10.13.16.18.) · 오리훈제/머스타드(1.5.13.) · 꽃말살샐러드(1.4.5.13.18.) · 깻잎부추전(1.2.6.) · 배추김치(9.13.) · 에그타르트(1.2.5.6.13.)					
석 식	· 친환경잡곡밥(5.) · 한우육개장(2.5.6.13.16.18.) · 무생채(13.) · 오리야채볶음(5.6.) · 코코넛새우가스/타르소스(1.2.5.6.9.13.16.18.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 도등뼈시래기감자탕(9.10.13.18.) · 야채계란찜(1.2.) · 쏙자겉절이 · 닭고구마볶음(5.6.15.) · 깍두기(9.13.)					
	2월 15일(월)	2월 16일(화)	2월 17일(수)	2월 18일(목)	2월 19일(금)	2월 20일(토)	2월 21일(일)
조 식	· 친환경백미밥 · 미역들깨국 · 멸치호두조림(13.14.) · 데리야끼멘츠카츠/소스(1.5.6.10.13.15.16.) · 배추김치(9.13.) · 한라봉롤케이크(1.2.5.6.)	· 친환경백미밥 · 두부된장국(5.6.18.) · 미트볼떡데리야끼조림(1.2.5.6.10.13.15.16.18.) · 새송이간장조림(5.6.) · 감자채볶음(2.6.10.) · 깍두기(9.13.)	· 친환경백미밥 · 닭야채국(15.) · 무말랭이무침(13.18.) · 피자토스트(1.2.5.6.10.12.13.) · 깍두기(9.13.) · 바나나	· 친환경잡곡밥(5.) · 맑은감자국 · 돼지갈비매운떡찜(5.6.10.13.18.) · 만두탕수/소스(1.5.6.10.12.13.15.16.18.) · 조각파인애플 · 배추김치(9.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 누룽지 · 깻순나물 · 청포묵/양념장(5.6.13.) · 통모짜롤가스/소스(1.2.5.6.10.12.13.18.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 콘푸레이크/우유(2.5.6.13.) · 시금치된장국(5.6.18.) · 돈육채피망볶음(5.6.10.13.18.) · 치킨텐더/머스타드(1.2.5.6.13.15.16.) · 배추김치(9.13.)	
중 식	· 친환경흑미밥 · 아욱된장국(5.6.18.) · 청포묵기름무침(5.13.) · 비엔나야채볶음(2.6.10.15.) · 달걀자볶음(5.6.15.) · 배추김치(9.13.) · 투게더서그니쳐(1.2.5.)	· 친환경백미밥 · 참치김치찌개(9.13.18.) · 오리훈제굴소스볶음(5.6.9.12.13.17.18.) · 오징어야채무침(17.) · 냉이된장나물 · 깍두기(9.13.) · 오리밀팔봉어빵(1.2.5.6.13.)	· 친환경보리밥 · 열갈이된장국(5.6.18.) · 취나물무침 · 돈육청경채볶음(5.6.9.10.12.17.18.) · 감자크로켓/케첩(1.5.6.10.12.13.15.) · 배추김치(9.13.) · 오렌지망고주스(5.13.)	· 친환경현미밥 · 곰탕/소면(1.2.5.6.16.18.) · 목은지닭찜(9.13.15.18.) · 돌나물/초장 · 하트치즈연어까스/타르소스(1.2.5.6.13.) · 배추김치(9.13.) · 찹쌀팔도너츠(1.2.5.6.13.)	· 친환경백미밥 · 콩나물계란국(1.5.) · 간장어묵조림(1.5.6.13.16.) · 돈육쭈꾸미볶음(5.6.10.13.18.) · 파래김자반 · 배추김치(9.13.) · 딸기후르츠생크림샌드위치(1.2.5.6.11.13.)	· 짜장라이스(5.6.10.13.16.) · 쪽파계란국(1.) · 단무지무침 · 껌바로우/소스(1.5.6.10.12.13.18.) · 배추김치(9.13.) · 요구르트(2.)	
석 식	· 친환경백미밥 · 소고기배추국(2.5.16.18.) · 숙주맛살무침(1.5.6.13.) · 쫄면야채무침(5.6.) · 돼지훈제바비큐(1.5.10.13.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경백미밥 · 새알만두달걀국(1.5.6.10.13.16.18.) · 갈치감자조림(5.6.) · 돈사태떡찜(5.6.10.) · 미역줄기볶음(5.) · 배추김치(9.13.)	· 김가루밥(13.) · 옥수수수프(2.5.6.13.16.) · 베이컨크림파스타(1.2.5.6.10.) · 오미자모듬과일 · 화이트크림치즈파이/콘시즈닝(1.2.5.6.13.15.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 팥이버섯된장국(5.6.18.) · 시래기고등어조림(7.9.13.18.) · 돈육야채볶음(5.6.10.) · 호박나물(9.13.) · 배추김치(9.13.)	· 친환경잡곡밥(5.) · 바지락무국(18.) · 미나리초무침(5.6.) · 단호박달볶음(15.) · 콘소시지/케첩(2.5.6.10.12.) · 배추김치(9.13.)		

	2월 22일(월)	2월 23일(화)	2월 24일(수)	2월 25일(목)	2월 26일(금)	2월 27일(토)	2월 28일(일)
조식	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 친환경백미밥</li> <li>· 매콤어묵국(1.5.6.13.16.)</li> <li>· 오이지무침(13.)</li> <li>· 야채계란말이(1.)</li> <li>· 해물버섯등그랑뎡/케첩(1.5.6.9.12.17.)</li> <li>· 배추김치(9.13.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 친환경잡곡밥(5.)</li> <li>· 돈육김치찌개(9.10.13.18.)</li> <li>· 세발나물초무침</li> <li>· 오징어야채볶음/소면(1.5.6.13.17.)</li> <li>· 간소새우(1.5.6.9.12.13.18.)</li> <li>· 깍두기(9.13.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 친환경잡곡밥(5.)</li> <li>· 누룽지</li> <li>· 돈육떡볶음(5.6.10.)</li> <li>· 햄전/케첩(1.2.6.10.12.13.)</li> <li>· 배추김치(9.13.)</li> <li>· 와플/딸기썸(1.2.5.6.13.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 친환경백미밥</li> <li>· 콘푸레이크/우유(2.5.6.13.)</li> <li>· 소고기야채죽(16.)</li> <li>· 떡갈비파인조림(2.5.6.10.13.15.16.18.)</li> <li>· 오징어링/케첩(1.5.6.12.17.)</li> <li>· 배추김치(9.13.)</li> </ul>			
중식	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 추가밥</li> <li>· 잔치국수/양념장(5.6.9.13.18.)</li> <li>· 간장무채장아찌(5.6.8.9.18.)</li> <li>· 단호박튀김(1.5.6.10.16.)</li> <li>· 소떡소떡/양념소스(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.)</li> <li>· 깍두기(9.13.)</li> <li>· 감귤주스(5.13.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 친환경백미밥</li> <li>· 달걀떡국(1.)</li> <li>· 돼지갈비감자찜(5.6.10.)</li> <li>· 부추겉절이(5.6.)</li> <li>· 버섯잡채(5.6.8.13.18.)</li> <li>· 배추김치(9.13.)</li> <li>· 쿠기번(1.2.5.6.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 맛살튀김카레라이스(1.2.5.6.8.9.10.13.16.18.)</li> <li>· 유부된장국(5.6.18.)</li> <li>· 고구마생크림샐러드(1.2.5.13.)</li> <li>· 타코야끼(1.5.6.16.17.18.)</li> <li>· 배추김치(9.13.)</li> <li>· 레몬에이드</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 친환경잡곡밥(5.)</li> <li>· 부대찌개(2.6.9.10.13.18.)</li> <li>· 치커리유자청무침</li> <li>· 참치김치볶음(9.13.18.)</li> <li>· 수제돈까스/소스(1.2.5.6.10.12.13.16.18.)</li> <li>· 깍두기(9.13.)</li> <li>· 엔요요구르트(2.)</li> </ul>			
석식	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 친환경잡곡밥(5.)</li> <li>· 열무된장국(5.6.18.)</li> <li>· 과일샐러드(1.5.12.)</li> <li>· 수제소시지볶음(2.5.6.10.15.18.)</li> <li>· 갈치구이(13.)</li> <li>· 배추김치(9.13.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 친환경잡곡밥(5.)</li> <li>· 얼큰부어국(13.)</li> <li>· 큰대나물</li> <li>· 치즈달볶음(2.15.)</li> <li>· 짜장볶음우동(5.6.9.12.13.16.17.18.)</li> <li>· 배추김치(9.13.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 친환경백미밥</li> <li>· 돼지고기짜글이찌개(5.9.10.13.18.)</li> <li>· 삼치무조림(5.6.)</li> <li>· 오리훈제부추무침(5.6.9.12.13.17.18.)</li> <li>· 꼬막살미나리초무침(5.6.17.18.)</li> <li>· 배추김치(9.13.)</li> </ul>				

★ 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: 국산	국내산 1등급란	국내산(한우)/ 수입산(호주산)	국내산	두부:국내산/ 콩:국내산	국내산	수입산