

♥ 순창초등학교 식단표 ♥

	8월29일(월)	8월30일(화)	8월31일(수)	9월01일(목)	9월02일(금)
중 식	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥 · 된장찌개 5,6,13 · 돼지고기사태찜 5,6,10,13 · 부들어묵볶음 5,6,13 · 시금치나물 5,6,13 · 배추김치 9,13 · 플리또 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥 · 유부장국 5,6,13 · 오리훈제굴소스볶음 5,6,9,13,18 · 메알장조림 1,5,6,13 · 콩나물무침 5,6,13 · 배추김치 9,13 · 포도푸딩 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥 · 구수한황태국 5,6,13 · 깐풍기 5,6,10,13,15 · 소시지볶음 5,6,10,12,13,15 · 오이양파무침 5,6,13 · 배추김치 9,13 · 떠먹는요구르트 2 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥 · 부대찌개 1,5,6,10,13 · 간장불고기 5,6,10,13 · 두부카츠 1,2,5,6,13 · 쥐어채볶음 5,6,13 · 배추김치 9,13 · 요거트 2 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥 · 한방닭곰탕 5,6,13,15 · 떡갈비구이 5,6,10,12,13,15 · 맛살야채볶음 5,6,8,13 · 단무지무침 5,6,13 · 배추김치 9,13 · 요거트푸딩 2
영 양 성 분	에너지(kcal) 707.6 당질(g) 86.7 단백질(g) 43.7 지질(g) 21.9 비타민A(R.E) 207.2 티아민(mg) 0.3 리보플라빈(mg) 0.4 비타민C(mg) 32.5 칼슘(mg) 187.3 철분(mg) 6.2	에너지(kcal) 699.3 당질(g) 82.3 단백질(g) 28.2 지질(g) 28.5 비타민A(R.E) 302.8 티아민(mg) 2.0 리보플라빈(mg) 0.7 비타민C(mg) 32.7 칼슘(mg) 168.7 철분(mg) 6.2	에너지(kcal) 710.1 당질(g) 87.9 단백질(g) 32.2 지질(g) 25.2 비타민A(R.E) 176.9 티아민(mg) 1.9 리보플라빈(mg) 0.5 비타민C(mg) 37.4 칼슘(mg) 368.6 철분(mg) 4.0	에너지(kcal) 714.4 당질(g) 74.2 단백질(g) 43.1 지질(g) 26.7 비타민A(R.E) 204.5 티아민(mg) 0.8 리보플라빈(mg) 0.3 비타민C(mg) 30.0 칼슘(mg) 156.5 철분(mg) 5.6	에너지(kcal) 714.9 당질(g) 75.9 단백질(g) 22.0 지질(g) 35.0 비타민A(R.E) 141.5 티아민(mg) 2.4 리보플라빈(mg) 0.2 비타민C(mg) 25.1 칼슘(mg) 75.2 철분(mg) 3.6

위 식단은 식자재 수급상황에 따라 달라질 수 있습니다.

♥ 식품알레르기정보 ♥	♥ 원산지정보 ♥
(1)난류 (2)우유 (3)메밀 (4)땅콩 (5)대두 (6)밀 (7)고등어 (8)게 (9)새우 (10)돼지고기 (11)복숭아 (12)토마토 (13)아황산류 (14)호두 (15)닭고기 (16)쇠고기 (17)오징어 (18)조개류(굴,전복,홍합포함)	신동진쌀 : 국내산 김치(배추) : 국내산 / 김치(고춧가루) : 국내산 돼지고기 : 국내산 / 소고기 : 국내산 닭 절단육 : 국내산 / 닭 정육 : 국내산 / 오리고기 : 국내산 고춧가루 : 중국산 오징어, 고등어, 삼치 : 국내산 / 낙지, 꽃게 : 중국산 콩, 두부류 : 외국산(미국, 캐나다, 호주 등)/ 콩나물 : 국내산