

♥ 순창초등학교 식단표 ♥

	9월05일(월)	9월06일(화)	9월07일(수)	9월08일(목)	9월09일(금)
중 식	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥 · 김치찌개 5,6,9,13 · 사천탕수육 5,6,10,13,15 · 계란맛살찜 1,5,6,8,13 · 참나물겉절이 5,6,13 · 배추김치 9,13 · 머핀 1,5,6,13 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥 · 소고기미역국 5,6,13,16 · 닭불고기 5,6,13,15 · 청포묵김가루무침 5,6,13 · 콘치즈구이 2,6,13 · 배추김치 9,13 · 요구르트 2 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥 · 콩비지찌개 5,6,13 · 오리간장불고기 5,6,13 · 해물완자조림 5,6,13 · 치커리상추겉절이 5,6,13 · 배추김치 9,13 · 카스테라 1,2,5,6,13 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥 · 매콤버섯찌개 5,6,13 · 연양식불고기/데리 5,6,10,13,15,18 · 어묵채소볶음 5,6,13 · 특수야채샐러드/오리엔탈D 5,6,13 · 배추김치 9,13 · 검은콩우유 2 	
영 양 성 분	에너지(kcal) 732.02 당질(g) 77.20 단백질(g) 27.51 지질(g) 34.39 비타민A(R.E) 430.49 티아민(mg) 0.49 리보플라빈(mg) 0.44 비타민C(mg) 22.06 칼슘(mg) 165.10 철분(mg) 4.69	에너지(kcal) 627.87 당질(g) 94.11 단백질(g) 25.84 지질(g) 17.32 비타민A(R.E) 393.73 티아민(mg) 1.78 리보플라빈(mg) 0.38 비타민C(mg) 37.90 칼슘(mg) 198.75 철분(mg) 4.30	에너지(kcal) 792.47 당질(g) 100.38 단백질(g) 31.62 지질(g) 29.49 비타민A(R.E) 357.50 티아민(mg) 0.50 리보플라빈(mg) 0.44 비타민C(mg) 31.27 칼슘(mg) 230.47 철분(mg) 8.07	에너지(kcal) 692.77 당질(g) 79.18 단백질(g) 23.29 지질(g) 32.17 비타민A(R.E) 121.16 티아민(mg) 0.91 리보플라빈(mg) 0.26 비타민C(mg) 25.53 칼슘(mg) 144.14 철분(mg) 4.60	

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