

<19년 7월 월간 중식 식단표- 원산지표시 ,알레르기표시, 영양표시>					<19년 7월 월간 석식 식단표- 원산지표시 ,알레르기표시, 영양표시>				
7월1일(월)	7월2일(화)	7월3일(수)	7월4일(목)	7월5일(금)	7월1일(월)	7월2일(화)	7월3일(수)	7월4일(목)	7월5일(금)
친환경쌀밥	친환경잡곡밥 5.	작은밥	친환경쌀밥	친환경쌀밥	작은밥	잡채덮밥. 2.5.6.9.10.	인텔리카레라이스 2.5.6.10.13.	맹초고기볶음밥 1.5.6.9.10.13.16.18.	엥터리김밥 1.2.5.6.9.10.12.13.18.
열큰닭국. 1.15.	순대국밥. 5.6.10.	열무물국수 1.3.5.6.9.13.	콩나물국 5.13.	아욱된장국 5.6.9.13.	매밀냉소바 3.5.13.16.	사골떡만두국. 1.2.5.6.10.13.16.	유부장국 1.5.6.13.	김치크림스프&크루통. 1.2.5.6.13.	해물라면 1.5.6.9.13.17.18.
미역오이초무침* 13.	묵은지닭찜. 5.6.9.12.13.15.	팽이부추들깨무침.	사과치커리무침 1.5.6.13.	단무지무침.	오징어어묵무침* 1.5.6.13.16.17.	부대볶음. 1.2.5.6.9.10.	샐러드파스타 1.2.5.6.	아라비아파스타 1.2.5.6.9.10.12.13.16.18.	짜장떡볶이 1.2.5.6.13.16.
배추겉절이* 9.13.	참나물초고추장무침 5.6.13.	콩샐러드/랜치드레싱 1.2.5.12.13.	닭볶음탕. 5.6.15.	매콤돈육잡채 2.5.6.9.10.	생선까스/타르타르소스 1.2.5.6.18.	포기김치 9.	고르곤졸라피자 1.2.5.6.10.12.13.	포기김치 9.	팍만두/초간장 1.5.6.10.13.15.18.
돈육김치당면볶음 2.5.6.9.10.	포기김치 9.	바삭불고기* 5.6.10.13.	칸콩소시지볶음1.2.5.6.10.12.13.15.	참쌀탕수육/소스 1.2.5.6.9.10.12.	포기김치 9.	캠벨포도	포기김치 9.	열대과일샐러드 1.5.6.11.12.13.	메가크런치 5.13.16.
수제야채튀김* 2.5.6.13.18.	야채계란찜. 1.5.13.	포기김치 9.	포기김치 9.	포기김치 9.	토마토주스 12.13.	* 에너지/단백질/칼슘/철분	음료 5.12.13.	감귤음료 5.13.	포기김치 9.
* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	752/36.9/173.8/7.1	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분
827.3/36.8/193.8/5.5	1121/59.5/175/5.8	1177.2/45.4/177.7/9.7	1009.2/48.5/155.4/4.4	888.7/37.2/252/6.3	986.2/47/173/9.1		1017/30.2/443.2/8.1	1235.3/29.4/168.4/5.5	1936.4/52.5/503.8/10.3
7월8일(월)	7월9일(화)	7월10일(수)	7월11일(목)	7월12일(금)	7월8일(월)	7월9일(화)	7월10일(수)	7월11일(목)	7월12일(금)
친환경쌀밥	친환경쌀밥	친환경연미밥	작은밥	작은밥	날치갈김치볶음밥 2.5.6.9.10.13.	새우볶음밥/짜장소스* 1.2.5.6.9.10.13.16.18.	작은밥	친환경쌀밥	친환경쌀밥
참치김치찌개. 5.9.13.	북어채계란국. 1.13.	순두부찌개. 1.5.6.9.10.13.18.	콩국수. 1.5.6.9.13.18.	닭다리삼계탕. 13.15.	일본식미역냉우동+새우튀김 1.2.5.6.9.13.16.18.	실파계란국* 1.	꼬꼬짬뽕 1.5.6.9.13.15.18.	김치함박나베 1.2.5.6.9.10.13.15.16.18.	감자고추장찌개. 5.6.10.
소시지야채볶음. 2.5.6.10.15.	줄면야채무침. 5.6.	로제떡볶이 1.2.5.6.10.12.13.	콩나물아구찜 5.6.9.13.17.18.	오이고추&생강파/쌈장 5.6.	연두부/양념장* 1.5.6.	굴뱅이야채무침. 5.6.13.	얼갈이겉절이. 5.6.13.18.	양념감자튀김/케첩 1.2.5.12.	목살푹찜* 1.2.5.6.10.12.13.16.
건파래쪽파무침.	청경채두부무침 5.6.	유린기+숙주나물볶음1.5.6.13.15.18.	단무지무침.	콩나물당면잡채. 1.5.6.10.13.	포기김치 9.	스틱단무지	육전+파채드레싱 1.2.5.6.10.13.15.16.18.	두부구이/양념장 1.5.6.	가래떡면파프리카볶음 2.5.6.13.18.
수제돈까스/ 소스 1.2.5.6.10.12.13.	순살닭강정* 1.5.6.12.15.	포기김치 9.	배추겉절이* 9.13.	깍두기 9.	토마토베이컨말이 1.5.10.12.13.	귀바로우/소스* 1.2.5.6.9.10.12.	열대과일샐러드 1.5.6.11.12.13.	포기김치 9.	포기김치 9.
총각김치 9.13.	포기김치 9.	비트무피클 13.	오징어링&고구마튀김/양념장 1.2.5.6.17.	수박	* 에너지/단백질/칼슘/철분	포기김치 9.	요구르트 2.	모닝퐁라떼 1.2.5.6.13.	파인애플*
* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	999.6/44.3/238.3/14.5	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분
1011.9/47.5/148.9/5.7	916.2/49.8/156.7/4.8	939.3/37.2/196.6/6.9	1009.7/54.4/290/7.7	505.8/16/206.4/7.8		787.9/45.8/508.8/6.8	1031.1/43.3/273.6/5	1159.8/47.4/587.3/6.8	835.9/45.6/142.5/12.5
7월15일(월)	7월16일(화)	7월17일(수)	7월18일(목)	7월19일(금)	7월15일(월)	7월16일(화)	7월17일(수)	7월18일(목)	7월19일(금)
친환경잡곡밥 5.	작은밥	친환경쌀밥	친환경흑미밥	친환경쌀밥	김밥볶음밥* 1.2.5.6.10.	친환경쌀밥	작은밥	친환경쌀밥	후리가게주먹밥* 1.5.9.13.
동태살수제비국. 5.6.9.13.	매밀냉소바 3.5.13.16.	돈두부김치탕. 5.6.9.10.13.18.	설렁탕/소면사리(탕) 1.2.6.10.13.16.	열무들깨된장국 5.6.	유부장국 1.5.6.13.	대파육개장. 1.2.6.13.	콩파오치킨파스타 1.2.5.6.9.13.15.	닭다리삼계탕. 13.15.	짜글이. 2.6.9.10.
실곤약야채무침* 5.6.	달걀비* 5.6.15.	크림스숙주나물무침 5.8.	고등어김치찜 5.6.7.9.13.18.	배추겉절이* 9.13.	토마토그린샐러드/블루베리D 1.2.5.6.12.13.	돈사태떡찜* 5.6.10.	굴뱅이야채무침. 5.6.13.	매콤낙지볶음 5.6.13.	양념감자튀김/케첩 1.2.5.12.
보쌈김치 9.13.	참나물초고추장무침 5.6.13.	매콤떡갈비/고구마무스 1.2.5.6.10.12.13.16.	도라지오이생채 5.6.	모듬스틱/쌈장 5.6.	메추리알떡볶이 1.2.5.6.9.13.16.	포기김치 9.	포기김치 9.	콘치즈오븐구이 1.2.5.6.10.	포기김치 9.
보쌈/쌈장 5.6.10.13.16.18.	새우&고추튀김/초간장 1.5.6.9.13.	미나리무생채	깍두기 9.	감자채볶음* 2.5.6.10.	맛초킹탕수육 1.2.5.6.10.11.12.	과일화채(컵) 2.5.11.13.	오렌지음료(용)	포기김치 9.	통살새우버거 1.2.5.6.9.12.13.16.
	포기김치 9/마들렌(해) 1.2.5.6.13.	총각김치 9.13.	오꼬노미야끼계란말이. 1.5.6.13.	제육볶음. 5.6.10/모닝빵글레이즈D 1.2.5.6.13.	포기김치 9/요구르트 2	야채계란찜. 1.5.13.	단호박크림스프. 2.5.6.13.	수박	오란씨
* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분
914.6/58.9/431.1/8.2	1176.3/53.7/154.1/9.8	1219.7/59/246.5/6.8	895.9/50.9/190.3/7.9	888.5/40.7/152.4/7.6	1169.7/48.9/378.9/8	810.4/49.9/123.3/6.2	901.9/33.7/386.6/5.2	810.1/33.2/198.8/7.4	1125.5/36.2/272.7/8.3
7월22일(월)	7월23일(화)	7월24일(수)	7월25일(목)	7월22일(월)	7월22일(월)	7월23일(화)	7월24일(수)	7월25일(목)	7월26일(금)
맹초고기볶음밥 1.5.6.9.10.13.16.18.	급식없음	급식없음	급식없음	급식없음	급식없음	급식없음	급식없음	급식없음	급식없음
종합어묵국. 1.5.6.13.16.18.									
콩나물무침* 5.									
통닭/크리미소스양파채 1.5.6.12.13.15.									
초코우유 2.5.13./롤케익 1.2.5.6.13.									
총각김치 9.13.									
* 에너지/단백질/칼슘/철분									
971.1/53.4/405.4/8.4									
7월29일(월)	7월30일(화)	7월31일(수)	8월1일(목)	8월2일(금)	7월29일(월)	7월30일(화)	7월31일(수)	8월1일(목)	8월2일(금)
김가루작은밥. 13.	친환경쌀밥	작은밥			콩나물밥/양념장. 5.6.10.	중화볶음밥/짜장소스. 1.5.6.9.10.13.16.18.	작은밥		
새우튀김우동 1.2.5.6.9.13.	참치김치찌개. 5.9.13.	매밀냉소바 3.5.13.16.			시금치된장국* 5.6.	해물짬뽕국. 5.6.8.9.13.17.18.	얼큰콩나물국. 5.		
닭고기장조림 5.6.15.	양배추샐러드. 1.5.12.13.16.	상추겉절이			순살파닭. 1.5.6.12.13.15.	단무지무침.	케이준치킨샐러드(완) 1.2.5.6.12.13.15.		

비엔나단팥꿀떡* 1.2.5.6.10.12.15.16.18.	수제돈까스/ 소스 1.2.5.6.10.12.13.	바삭불고기* 5.6.10.13.			계란후라이 1.5.6.12.	꺄바로우/소스* 1.2.5.6.9.10.12.	미트스파게티. 1.2.5.6.10.12.13.18.		
포기김치 9.	총각김치 9.13.	수제야채튀김* 2.5.6.13.18.			포기김치 9.	포기김치 9.	포기김치 9.		
아이스크림. 1.2.5.	우리쌀스틱꼬치/소스 5.6.12.13.	포기김치 9.			무생채*	* 에너지/단백질/칼슘/철분	마늘바게트 2.6.		
* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분	* 에너지/단백질/칼슘/철분			* 에너지/단백질/칼슘/철분	941.9/45.7/553.3/5.8	* 에너지/단백질/칼슘/철분		
1241.1/43.3/286.6/14.4	1029.3/43.2/126.8/4.8	1188.7/49.6/134.4/10.2			750.8/51.8/147.9/7.4		934.4/39.6/91/7.1		
원산지-> 쌀(국내산), 김치류/고춧가루 (국내산), 쇠고기(한우)(국내산/가공품:국산/호주산), 돼지고기(국내산), 베이컨(외국산), 닭고기(국내산), 오리고기 (국내산), 낙지(베트남산), 오징어(국내산), 고등어(국내산), 콩치(원양산), 갈치(세네갈)					원산지-> 쌀(국내산), 김치류/고춧가루 (국내산), 쇠고기(한우)(국내산/가공품:국산/호주산), 돼지고기(국내산), 베이컨(외국산), 닭고기(국내산), 오리고기 (국내산), 낙지(베트남산), 오징어(국내산), 고등어(국내산), 콩치(원양산), 갈치(세네갈)				
알레르기-①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염⑭호두⑮닭고기⑯소고기⑰오징어⑱조개류(굴,전복,홍합포함)					알레르기-①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염⑭호두⑮닭고기⑯소고기⑰오징어⑱조개류(굴,전복,홍합포함)				