

<div></div> <div>校訓 뜻을 세워 바르고 힘차게</div>				22학년 6월 학교급식 차림표								발행인: 교장 김순기 편집인: 교감 이경희 역은이: 교사 박하늘 발행처: 응곡중학교			
식재료 원산지 표시	백미 (햇토미)	김치(배추, 고춧가루)	두부 /콩가공품	쇠고기 /가공품	돼지고기 /가공품	닭고기 /가공품	오리고기 /가공품	달걀, 메추리알	오징어 /꽃게	명태(동태, 코다리)	고등어	갈치 /가자미	새우	낙지	
	국내산	국내산	국내산	국내산 (한우)	국내산	국내산	국내산	국내산 (1등급)	국내산	러시아산	국내산	미국산, 세네갈산	수입산	중국산	
	*잡곡, 찹쌀, 채소, 과일류: 국내산 친환경 제품을 사용합니다. (채소및 과일류는 수급부족시 일반 또는 수입을 사용)														
알레르기 정보	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, 홍합 포함) 19.잣 은 식단표 옆에 번호로 표시합니다. *식품 알레르기 증상을 보이는 학생은 식단표를 참고하여 개인관리에 참고 부탁드립니다.														
월요일		화요일			수요일			목요일			금요일				
								2 치킨데이★ 차조밥★ 달걀파국s(1.5.6.13.) 범이내려온다~치킨 s(1.2.5.6.15.) 웨지감자구이*(2.5.) 비빔폴면*(5.6.13.) 깍두기*(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 753.1/42/174.7/5.6			3 전통명절: 수릿날★ 산채비빔밥*약고추장소스 (5.6.13.16.) 애호박된장찌개*(5.6.13.) 쇠고기메추리알장조림 *(1.5.6.10.13.16.) 진미실채볶음*(고추 장)(1.5.6.13.16.17.) 총각김치!(9.13.) 수리취양금가래떡s * 에너지/단백질/칼슘/철 745.5/33.1/193.1/5.9				
					8 날치알김치볶음밥 *(1.5.6.9.10.13.) 북어콩나물국*(5.6.13.) 토네이도핫도그 *(1.2.5.6.10.12.13.16.) 한우버섯샐러드*/드레싱소스 (1.2.5.6.12.13.16.) 깍두기*(9.13.) 유기농사과워터젤s * 에너지/단백질/칼슘/철 805.1/26/212.2/3.2			9 귀리밥★ 두부버섯찌개*(5.9.13.) 치즈닭갈비*(2.5.6.13.15.) 감자채볶음*(5.13.) 시금치나물무침*(5.6.13.) 배추김치*(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 724.9/34.5/291.6/3.4			10 현미찰쌀밥★ 단호박크림스프*(2.6.13.) 수제함박스테이크/소스 *(1.2.5.6.10.12.13.16.) 어린잎샐러드&키워드레싱 s(1.2.5.6.10.12.13.) 아몬드잔멸치볶음*(5.13.) 깍두기*(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 696.3/31.3/142.1/2.8				
13 발아현미밥★ 돼지갈비김치찌개 *(5.6.9.10.13.) 얇은오리불고기&무쌈 s(5.6.13.18.) 알감자조림*(5.6.13.) 부추양파무침s(9.13.) 열무김치!(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 745.5/32.8/156.6/4.7		14 귀리밥★ 순두부조개탕*(1.5.6.9.13.18.) 삼치살카레구이*(2.5.6.13.16.) 메추리알조림*(1.5.6.13.) 숙주나물무침(5.6.) 배추김치*(9.13.) 조각과일s(12.) * 에너지/단백질/칼슘/철 696.5/39/213.2/6			15 한우카레라이스 *(2.5.6.12.13.16.18.) 매콤순살닭강정 *(2.4.5.6.12.13.15.) 연근배샐러드*(1.2.5.6.12.13.) 배추김치*(9.13.) 샤인머스캣요구르트s(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 816.7/39.9/118.1/3			16 기장밥★ 열근쇠고기무국*(5.6.16.) 돼지갈비찜*(5.6.10.13.) 건새우마늘쫄볶음*(5.6.9.13.) 사과오이초무침*(13.) 배추김치*(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 681.8/35.7/233.5/3.5			17 훈제오리볶음밥 *(1.2.5.6.10.13.) 국물떡볶이*(1.5.6.13.18.) 김말이튀김s(1.2.5.6.8.13.) 찰순대(6.10.13.) 단무지/배추김치*(9.13.) 마시는 프리바이오틱스s * 에너지/단백질/칼슘/철 836.2/23.6/182.7/1.1				
20 생일축하의 날★ 흑미밥★ 쇠고기미역국*(5.6.16.) 버섯잡채*(5.6.8.13.16.) 매콤아귀살강정 s(1.2.4.5.6.12.13.) 배추김치*(9.13.) 오레오아이스크림s(1.2.5.) * 에너지/단백질/칼슘/철 814.1/29.6/89.3/4.2		21 보리밥★ 두부된장찌개*(5.6.13.) 제육볶음*(5.6.10.13.) 고구마맛탕*(5.13.) 콩나물게맛살초무침(1.5.6.13.) 배추김치*(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 772.3/30.1/167.1/4.1			22 쌀밥★ 미역오이냉국*(5.6.13.18.) 안동찜닭 *(2.5.6.8.13.15.) 어항가지튀김!(1.5.6.12.13.18.) 곤드레나물무침*(5.6.13.) 배추김치*(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 827.1/32.3/124.8/5.8			23 참치채소비빔밥&초고추장 s(1.5.6.13.) 시금치맑은된장국*(5.6.13.) 두부양념조림s(5.6.13.) 깍두기*(9.13.) 파파닭꼬치s(5.6.15.) 파스퇴르요구르트(사과당 근)s(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 747.5/35.3/233.8/13			24 토마토미트스파게티 s(1.2.5.6.10.12.13.15.16.) 감자크림스프!(1.2.5.6.13.) 카프레제 발사믹샐러드 *(2.12.13.) 깍두기*(9.13.) 흑미고구마불고기피자 s(1.2.5.6.10.12.15.16.) * 에너지/단백질/칼슘/철 922.9/32.5/218.7/1.9				
27 발아현미밥★ 순대국&소면(6.9.10.13.) 계란말이*(1.5.6.13.) 감자여육볶음*(1.5.6.13.) 깍두기*(9.13.) 반반키워s * 에너지/단백질/칼슘/철 740.2/27.6/179.5/7.1		28 잡곡밥★ 차돌된장찌개*(5.6.13.16.18.) 고등어무조림*(5.6.7.13.) 비엔나떡볶음*(2.5.6.10.13.) 매실오이지무침*(13.) 배추김치*(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 673.1/39/143.8/5.2			29 달걀볶음밥s(1.2.5.6.10.13.18.) 짬뽕국s(5.6.9.10.13.17.18.) 수제매실탕수육*/소스 (1.5.6.10.13.) 청경채된장나물*(5.6.9.13.18.) 배추김치*(9.13.) 수박버블티s(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 720.4/41.3/183.4/4.5			30 냉모밀s(3.5.6.7.13.18.) 삼각주먹밥 s(1.2.5.6.9.10.13.15.16.18.) 해물양배추전 s(1.2.5.6.9.10.12.13.16.17.) 연근흑임자샐러드 s(1.2.5.6.12.13.) 깍두기*(9.13.) 참외* * 에너지/단백질/칼슘/철 804.5/28.6/244.6/4.7							

※ 위 식단은 학교사정에 의해 변경될 수도 있습니다.
 ※ 급식관련 자료는 학교 홈페이지 탑재되어 있습니다.
 ※ 홈페이지주소: <http://www.eunggok.ms.kr>. 열린마당- 급식소식