



가 정 통 신 문

(학생안전부 제 2023-11193 ☎031-490-4864)

학교비전

배움의 즐거움으로 꿈을
찾아가는 행복한 학교

2023년 9월 식단 및 교육자료(나트륨)

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	
★ 식재료의 원산지 한우: 1등급/ 한돈: 1등급/ 김치: 국산/닭고기: 1등급, 무형 생제/ 쌀(잡곡):국산 * 현재 공급되는 수산물은 어획연도가 현재 이 전 것으로 관리, 공급되고 있습니다 http://www.mfds.go.kr/brd/m_597/list.do 수산물(국내산): 참치, 오징어, 바지락, 홍합, 새우살, 국멸 치, 꽃게/ 수입 : 북어채, 명태, 명엽채, 가자미, 다랑어, 참 조기 등 가리비, 우렁헝이,전복, 방어및 부세		★매주 수다날 운영! : 수요일은 다 먹는 날/★ 나트륨, 당류 저감화 : 국의 염도 0.7이하 ♥♥기호도 최대한영		{식재료 알레르기번호> 1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5. 대두 6.밀 7.고등어 8.게 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마 토 13.아황산류 14.호두 15.닭고 기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개 류(굴, 전복, 홍합 포함) 19.잣	1 *현미밥 *쇠고기감자국(5.6.16) *닭짬(안동식)(5.6.8.15) *참나물무침(5.6) *배추김치(9) *포도(거봉)
4	5	6	7(1학년만 급식)	8	
*현미밥 *순두부찌개(1.5.6.9.10) *오이콩나물겨자채(5) *너비아니 육전 (1.2.5.6.10) *깍두기(9) *호상요구르트(짜요짜요)	*보리밥 *근대된장국(5.6) *애호박나물(2.5.6.9.10) *쪽파와 웨지감자 (2.5.6.10.12.13.18) *열무김치(9) *사과	*스파게티 (주)(1.2.5.6.12.16) *오이피클(13) *초코우유(200)(2) *마늘바게트빵 (소)(2.5.6.13) *포도(거봉)	*짜장밥(5.6.9.10) *달걀프라이(1) *배추김치(수)(9) *포도(캠벨) *오렌지주스(대)(13) (2.3학년 체험학습)	*현미밥 *들깨우채국(5.6) *양상추샐러드(키워드레 싱)(1.2.5.6.11.12) *한돈 등심돈가스 (1.2.5.6.10.12) *배추김치(9)	
11	12	13	14	15	
*귀리밥 *꽃어묵국(1.2.5.6.9) *치즈매운 닭조림 (1.2.5.6.13.15.18) *옥수수버터구이 (2.5.6.13) *열무김치(9) *김구이	*현미밥 *우거지잡빠된장국 (5.6.16) *오이밤초생채(13) *삼치대리야개조림(5.6) *배추김치(9) * 딸기아이스참쌀떡 (1.2.5.6)	*훈제오리김치볶음밥 (5.6.9.10) *콩나물국(5.6) *백김치(9) *우리쌀초코쿠키(1.2.5.6) *사과	*훈합죽밥(5) *꽃게탕(5.6.8) *비름나물(고추장)(5.6) *할라피뇨치즈소시지 (1.2.5.6.10.13.15.16) *배추김치(9) *요구르트(사과)(2)	*현미밥 *베이컨김치찌개 (2.5.6.9.10) *오징어브로콜리초화(6) *채소달걀말이(1.5) *배추김치(9) *골드키위	
18	19	20	21	22	
*흑미밥 *육개장(1.5.6.16) *돈육두부조림(5.6.10) *참나물무침(5.6) *배추김치(9) *국산배추스(5.13) *꿀떡	*현미밥 *감자수제비국(1.5.6) *시금치무침(5.6) *미트볼케찹조림 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) *배추김치(9) *메론	*영양닭죽(15) *오이지무침(13) *배추김치(수)(9) *소떡소떡 (1.5.6.10.12.13.15.16) *참다래(키위)주스(13)	*보리밥 *콩나물국(5.6) *한우불고기(5.6) *미역줄기볶음(5) *배추김치(9) *호상요구르트40(2)	*현미밥 *건새우아욱된장국(5.6.9) *숙주어묵볶음(1.5.6.13) *치킨커틀렛(1.5.6) *배추김치(9) *배	
25	26	27	<div><div><div>남은 음식은 국그릇으로 모아 버려요!</div><div><div>▶ 남은 음식은 버리기 종도록 국그릇으로 모아요. (밥물, 피끼기도 싹싹 긁어)</div><div>1) 전반 처리대에서 3초면 끝. (시간 단축)</div><div>2) 식사 후 깨끗하게 반납하면, 더 깨끗한 식판으로 내게 돌아와요!</div><div>3) 탕탕 치며 소리내지 않고 숟가락으로 긁어서 처리</div></div><div></div></div></div>		
*훈합죽밥(5) *돼지뼈감자탕(5.6.9.10) *멸치비엔나소시지볶음 2(2.5.6.10) *고춧잎나물(5.6) *깍두기(9) *파인애플		*현미밥 *쇠고기토란국(5.6) *우유채조림(5.6) *삼색모듬행전 (1.2.5.6.10) *배추김치(9) *송편	*곤드레나물밥/부추매실양 념장(5.6.13.16) *들깨어묵국(1.5.6.16) *배추김치(수)(9) *꿀약과(6) *사과		
* 본 식단은 학교와 물가사정에 따라 다소 변경될 수 있으며 영양량표시는 우리학교 홈페이지-일림마당- 학교급식에서 확인하실 수 있습니다					

