



5월 급식·영양 소식

< 학생중심, 현장중심 교육 >

수지초등학교
문의처 : 영양관리실
☎031-262-5107

학생의 건강하고 행복한 삶을 만들어가는 학교급식~♪

식재료 원산지 표시	자세한 원산지 표시 및 영양량은 식당, 홈페이지등을 참고해주세요.												
	쌀 (백옥쌀)	김치(배추, 고춧가루)	쇠고기/ 가공품	돼지고기/ 가공품	닭고기/ 가공품	오리고기/ 가공품	낙지	명태(동태, 코다리)	고등어/ 갈치	오징어/ 꽃게	조기	다랑어/ 가공품	아귀
	국내산	국내산	국내산 (한우)	국내산	국내산	국내산	중국산	러시아산	국내산	원양산/ 국내산	국내산	원양산	국내산
잡곡 및 찹쌀 : 친환경 제품 사용, 채소 및 과일류 : 친환경(국내산) 제품 사용													
알레르기 정보	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲자른 식단표 옆에 번호로 표시 합니다. 기타 표기되지 않은 식품의 알레르기 증상을 보이는 학생들은 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.												

월	화	수	목	금
* 영양량 표시는 에너지/단백질/칼슘/철분 순입니다. ■ 식단은 학교사정과 식재료 수급으로 인해 변경될 수 있습니다. ■ 식품의 알레르기 증상을 보이는 학생은 식단표를 꼭 확인하여 알레르기를 예방할 수 있도록 해주시고 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다. 일부 양념제품의 경우 계란, 토마토, 호두 등을 사용한 제품과 같은 시설에서 제조한 양념을 사용하고 있으니 참고하시기 바랍니다. ■ 음식을 골고루 섭취함으로써 편식을 줄이도록 하며 정성껏 음식을 만든 조리종사자분들께 감사의 마음을 가집니다. ■ 우리학교는 일본산 수산물을 사용하지 않습니다.				1
4	5 어린이날	6 수요일은다먹는날	7 생일축하의날	8 어버이날
재량휴업일		자장밥(1.5.6.10.13.16) 팟빵국(5.6.9.10.13.17.18) 꼬들단무지 등심탕수육(1.5.6.10) 김치(9)(자율) 구슬아이스크림(1.2.5)	혼합잡곡밥(5) 소고기미역국(5.6.16) 매운갈비찜(5.6.10.13.18) 연근사과샐러드(5.6.13) 배추김치(9) 생일축하초코카드(2.5)	클로렐라밥 돈육김치찌개(5.6.9.10) 숙주오이냉채(13) 닭봉바베큐(6.12.13.15) 총각김치(9) 오렌지
11	12	13 수요일은다먹는날	14	15 스승의날
흑미밥 육개장(5.6.16) 어묵볶음(1.5.6.13) 김자반(13) 임연수어카레구이(2.5.6.12.13.16) 깍두기(9) 캐플주스(13)	녹차칼슘밥 바지락콩나물국(5.9.18) 닭고기김치찌(5.6.9.13.15) 스크램블에그(1.2.5.10.12.13) 나박김치(9) 사과	찹쌀밥 설렁탕(5.6.13.16) 도라지생채(5.6.13.17) 수제치킨(2.4.5.6.12.13.15.16) 김치(9)(자율) 감자스틱(5.6)	현미밥 쇠고기 무국(5.6.16) 콕샐러드&랜치드레싱(1.2.5.13) 수제떡갈비스테이크(2.5.6.10.12.13.15.16.18) 배추김치(9) 파인애플	보리밥 열갈이된장국(5.6.9) 돼지고기수육(5.6.9.10.13) 콩나물무침(5) 무말랭이김치 스승의날케익(1.2.5.6)
469.46/22.21/153.62/6.03	507.65/27.91/266.35/3.67	762.43/29.86/49.85/2.10	616.61/21.99/123.32/3.05	607.23/26.09/304.24/2.93
18	19	20 수요일은다먹는날	21	22
홍국균살밥 어묵김치콩나물국(1.5.6.9) 쇠고기매추리알장조림(1.5.6.13.16) 취나물무침(5.6) 총각김치(9) 방울토마토(12)	강황쌀밥 조랭이떡국(1.5.6.13.16) 잡채(5.6.10.13) 볶음김치(9.13) 소세지야채볶음(1.2.5.6.10.12.13.15.16) 요구르트(2)	문어술밥(5.6.12.13.18)/맛김 미소된장국(5.6) 꿀치즈토마토(2.5.6.12.13.14) 수제돈까스(1.2.5.6.10.12.13.16) 김치(9)(자율)	현미밥 건새우아욱된장국(5.6.9) 쫄면(5.6.13) 돼지갈비양념구이(5.6.10.13) 백김치(9) 포도	보리밥 부대찌개(1.2.5.6.9.10.13.15.16) 열무된장무침(5.6.13) 코다리살강정(5.6.12.13.18) 총각김치(9) 망고박
435.72/28.71/214.41/5.05	611.04/18.82/199.59/2.47	726.00/37.37/179.83/2.57	535.90/23.76/222.53/2.11	731.07/52.78/382.40/3.71
25	26	27 수요일은다먹는날	28	29
대체휴일	혼합잡곡밥(5) 닭곰탕(5.6.15) 진미채볶음(1.5.6.13.17) 삼치유자청구이(5.6.13) 오이김치(9) 오렌지	토마토스파게티(1.2.5.6.10.12.13.16) 감자크림스프(2.5.6.10.13.16) 과일샐러드(1.2.5.6.12) 치치불카츠(1.2.5.6.10.12.18) 김치(9)(자율)	홍국균살밥 소고기우거지국(5.6.13.16) 찜닭(5.6.12.13.15.18) 떡볶이(1.5.6.13) 열무김치(9) 워터젤리	보리밥 된장찌개(5.6.9) 청포묵무침 훈제오리(1.2.5.6) 나박김치(9) 방울토마토(12)
471.72/29.73/177.07/1.96	735.27/24.14/172.56/2.71	625.46/26.96/251.46/2.60	483.11/16.70/172.20/2.39	