

<div> <div>학생 중심, 현장중심 교육</div> <div>12월 식단표</div> <div>·발행인 : 이명관 교장선생님 ·지 도 : 안성기 교감선생님 ·편 집 : 최미라 영양선생님</div> </div>	<div> <div>※ 학교홈페이지 : moga.ms.kr</div> <div>※ 문의처 : 영양관리실 ☎631-6525</div> <div>☑ 담당자메일 : didwl1129@korea.kr</div> </div>
---	--

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

월	화	수	목	금
		12/1"수다날"	12/2	12/3
		<div> <div>쌀밥</div> <div>잔치국수(1.5.6.9.13.16.18.)</div> <div>미트볼케찹조림(1.2.5.6.10.12.13.18.)</div> <div>부추전(1.5.6.)</div> <div>배추김치(9.13.)</div> <div>식혜</div> </div>	<div> <div>완두콩밥</div> <div>청국장(5.6.9.10.13.)</div> <div>모듬장조림(1.5.6.16.)</div> <div>임연수카레구이(2.5.6.)</div> <div>배추김치(9.13.)</div> <div>크로와상(1.2.5.6.)</div> </div>	<div> <div>보리밥</div> <div>홍합탕(5.6.9.13.18.)</div> <div>춘천닭갈비(5.6.13.15.)</div> <div>콩나물무침(5.)</div> <div>배추김치(9.13.)</div> <div>유산균요구르트(2.)</div> </div>
		833.5/32.7/242.2/4.9	749.9/50.5/261.9/10.7	766.3/40.7/308.3/4.1
12/6"생일상,선택식단"	12/7	12/8	12/9	12/10
<div> <div>차조밥</div> <div>쇠고기미역국(5.6.13.16.)</div> <div>차슈(5.6.10.13.)</div> <div>잡채(1.5.6.8.13.)</div> <div>보쌈김치(9.)</div> <div>씨앗호떡(1.2.4.5.6.)</div> </div>	<div> <div>옥수수밥</div> <div>부대찌개(2.5.6.9.10.13.)</div> <div>후라이드치킨(1.2.5.6.13.15.)</div> <div>야채줄면무침(5.6.13.)</div> <div>깍두기(9.13.)</div> <div>바나나라페(2.)</div> </div>	<div> <div>김치볶음밥(2.6.9.10.13.18.)</div> <div>누룽지탕</div> <div>사과오징어초무침(5.6.13.17.)</div> <div>계란후라이(1.5.)</div> <div>백김치(9.)</div> <div>오물렛빵(1.2.5.6.)</div> </div>	<div> <div>잡곡밥(5.)</div> <div>닭개장(5.6.13.15.)</div> <div>훈제오리숙주볶음(5.)</div> <div>두부조림(5.6.)</div> <div>배추김치(9.13.)</div> <div>레몬에이드</div> </div>	<div> <div>흑미밥</div> <div>감자국(5.13.)</div> <div>찜스테이크(5.6.12.13.16.18.)</div> <div>진미채볶음(5.6.13.17.)</div> <div>배추김치(9.13.)</div> <div>배</div> </div>
917.6/39.5/167.4/4.4	970.5/49.8/368.7/7.6	614.5/29.1/114.2/2.8	725.1/38.7/667.4/4.9	596.2/44.2/197/5.2
12/13 "선택식단"	12/14	12/15	12/16	12/17 "선택식단"
<div> <div>기장밥</div> <div>아욱된장국(5.6.)</div> <div>고추장삼겹살구이(5.6.10.13.)</div> <div>부추겉절이(13.)</div> <div>보쌈김치(9.)</div> <div>편빵(1.2.5.6.13.)</div> </div>	<div> <div>강낭콩밥</div> <div>어묵매운탕(1.5.6.9.13.16.)</div> <div>닭강정(1.2.4.5.6.12.13.15.16.18.)</div> <div>취나물볶음(13.)</div> <div>배추김치(9.13.)</div> <div>미숫가루(2.5.13.)</div> </div>	<div> <div>쇠고기당면덮밥(5.6.8.13.16.18.)</div> <div>들깨무채국(5.13.)</div> <div>오이고추장무침(5.6.13.)</div> <div>식빵피자(1.2.5.6.10.12.13.)</div> <div>배추김치(9.13.)</div> <div>바나나</div> </div>	<div> <div>발아현미밥</div> <div>동태찌개(5.6.13.)</div> <div>닭감자조림(5.6.13.15.18.)</div> <div>시래기볶음(5.6.13.18.)</div> <div>배추김치(9.13.)</div> <div>백설기(5.13.)</div> </div>	<div> <div>수수밥</div> <div>순대국(2.5.6.9.10.13.16.18.)</div> <div>비엔나소시지볶음(1.2.5.6.10.12.13.15.)</div> <div>호박느타리버섯볶음(5.)</div> <div>석박지(9.13.18.)</div> <div>사과즙스(5.13.)</div> </div>
837/29/269.7/4.1	1017.6/46.7/352.1/5.1	837.5/41.2/228/4.9	620.7/39.4/238.1/3.6	682.5/26.9/166.9/4.8
12/20 "선택식단"	12/21 "선택식단"	12/22	12/23	12/24
<div> <div>울무밥</div> <div>쇠고기무국(5.13.16.)</div> <div>매운돈육떡찜(5.6.10.13.18.)</div> <div>참나물무침</div> <div>배추김치(9.13.)</div> <div>에이드</div> </div>	<div> <div>고구마밥</div> <div>돈육김치찌개(5.9.10.13.)</div> <div>대구강정(2.4.5.6.12.13.)</div> <div>어묵볶음(1.5.6.13.16.18.)</div> <div>갯김치(9.13.)</div> <div>핫도그(5.6.16.)</div> </div>	<div> <div>콘드레밥+양념장(5.6.13.18.)</div> <div>팔죽(13.)</div> <div>닭다리오븐구이(5.6.13.15.)</div> <div>동치미(13.)</div> <div>딸기</div> </div>	<div> <div>검정콩밥(5.)</div> <div>순두부찌개(5.6.9.10.13.)</div> <div>가자미살구이(1.5.6.13.)</div> <div>감자햄볶음(1.2.5.6.10.13.15.16.)</div> <div>배추김치(9.13.)</div> <div>봄어빵(1.2.5.6.)</div> </div>	<div> <div>보리밥</div> <div>조랭이떡국(1.13.16.)</div> <div>닭카레볶음(2.5.6.13.15.16.18.)</div> <div>숙주오이무침</div> <div>배추김치(9.13.)</div> <div>요구르트(2.)</div> </div>
785.7/40.7/221.7/3.6	982.3/44/370.3/3.8	686.3/32.7/100.5/3.9	670.1/41.5/172.3/3.9	744.9/39.1/216.1/4
12/27	12/28 "선택식단"	12/29 "선택식단"	12/30	12/31
<div> <div>차조밥</div> <div>북어채국(1.5.6.13.)</div> <div>김치오리불고기(5.6.9.13.18.)</div> <div>시금치프리타타(1.2.10.13.)</div> <div>배추김치(9.13.)</div> <div>망고푸딩(1.5.13.)</div> </div>	<div> <div>옥수수밥</div> <div>근대된장국(5.6.13.)</div> <div>탕수육/소스(1.5.6.10.12.15.)</div> <div>고사리나물(5.6.)</div> <div>배추김치(9.13.)</div> <div>키짱요구르트(2)</div> </div>	<div> <div>김밥볶음밥(1.2.5.6.8.10.13.)</div> <div>유부된장국(두부)(5.6.13.)</div> <div>동태전(1.5.6.13.)</div> <div>김치볶음(9.13.)</div> <div>사과</div> </div>	<div> <div>잡곡밥(5.)</div> <div>설렁탕(5.6.13.16.)</div> <div>닭매운찜(5.6.13.15.)</div> <div>청경채무침</div> <div>석박지(9.13.18.)</div> <div>인절미</div> </div>	<div> <div>현미밥</div> <div>김치만두국(1.5.6.9.10.13.16.18.)</div> <div>닭날개매콤달콤소스구이(5.6.12.13.15.)</div> <div>얼갈이된장무침(5.6.)</div> <div>배추김치(9.13.)</div> <div>포도즙스(5.13.)</div> </div>
885/43.8/264.6/5.6	781.5/40.2/297.7/3.7	606.1/36.6/323.1/4.1	762.2/39.3/152.5/4	737.4/35.5/231.2/9.5

※알레르기 유병 학생 및 종교적인 이유로 못 먹는 학생은 대체 식단 또는 선택식단

※몸이 아파 밥을 먹을 수 없는 학생 및 교직원들은 죽 제공(오전10시)까지 급식실로 알려 주세요.

※학사일정에 따라 식단 및 급식 일이 변경될 수 있사오니 양해 바랍니다.