

2019년 9월 식단표

의정부국제크리스천 학교

2 (월요일)	3 (화요일)	4 (수요일)	5 (목요일)	6 (금요일)
<ul style="list-style-type: none"> •흰쌀밥 •돈육김치찌개 •동그랑땡전 •진미채무침 •샐러드/과일 2 	<ul style="list-style-type: none"> •펜네티크림파스타 •마늘빵 •디저트 •샐러드/과일 2 	<ul style="list-style-type: none"> •흰쌀밥 •호박된장국 •훈제오리아채볶음/무쌈 •샐러드/과일 2 	<ul style="list-style-type: none"> •생선가스/타르소스 •크로와상 •디저트 •파스타/샐러드/과일 2 	<ul style="list-style-type: none"> •잡곡밥 •미소된장국 •돈육야채볶음/모듬쌈 •브로콜리볶음 •샐러드/과일 2
9	10 오전수업	11 추석	12 추석	13 추석
<ul style="list-style-type: none"> •잡곡밥 •떡만두국 •닭봉조림/김치 •샐러드/과일 2 				
16	17	18	19	20
<ul style="list-style-type: none"> •짜장밥 •탕수육/과일소스 •파스타/샐러드/과일 2 		<ul style="list-style-type: none"> •흰쌀밥 •닭볶음탕 •어묵야채볶음/깍두기 •샐러드/과일 2 	<ul style="list-style-type: none"> •유부우동 •소세지떡강정 •단무지 •샐러드/과일 2 	<ul style="list-style-type: none"> •흰쌀밥 •쇠고기무국 •고추잡채/꽃빵 •동부목무침 •샐러드/과일 2
22	24	25	26	27
<ul style="list-style-type: none"> •흰쌀밥 •된장국 •수육/상추쌈/무생채 •실곤약무침 •파스타/샐러드/과일 2 	<ul style="list-style-type: none"> •햇도그 •웨이지감자튀김 •파스타/샐러드/과일 2 	<ul style="list-style-type: none"> •잡곡밥 •쇠고기미역국 •떡갈비야채볶음 •멸치볶음 •샐러드/과일 2 	<ul style="list-style-type: none"> •치킨샐러드 •치즈마카로니 •모닝빵 •과일 2 	<ul style="list-style-type: none"> •콩나물밥*양념장 •쇠고기메추리알조림 •시금치무침 •디저트 •샐러드/과일 2
30				
<ul style="list-style-type: none"> •흰쌀밥 •달걀실파국 •함박스테이크/소스 •새송이야채볶음/김치 •샐러드/과일 2 				

*위 식단은 학교사정이나 물가변동에 따라 다소 변경 될수 있습니다.

*원산지 표시 -국제 크리스천 학교에서는 쇠고기(호주산), 코다리/동태(러시아산),쌀 두부, 돼지고기, 닭고기, 오리고기(훈제오리고기 오징어,김치/찌개용 김치(배추:국내산/고추가루:국내산)의 원산지는 국내산을 지향하고 있으며 그 외에는 식단표에 별도 표기함을 알려드립니다.

*(알레르기 유발 식품 정보)-난류, 우유, 메밀, 땅콩, 대두, 밀, 고등어, 게, 새우, 돼지고기,복숭아, 토마토, 아황산염, 호두, 닭고기, 소고기,오징어, 조개류(굴, 전복, 홍합포함)

*본교는 화학조미료를 사용하지 않으며 위생적으로 안전한 급식을 위해 노력합니다.

*우리 학교 급식은 연령별 영양 기준량을 준수하며 열량은 성장발달 유지를 위하여 10%내외로 제공 됩니다.