

# 2019년 2월 식단표

의정부국제크리스천 학교

(월)	(화)	(수)	(목)	1(금)
				<ul style="list-style-type: none"> <li>•미트스파게티</li> <li>•마늘빵</li> <li>•디저트</li> <li>•샐러드/과일 2</li> </ul>
4	5	6	7	8
11	12	13	14	15
<ul style="list-style-type: none"> <li>•쇠고기카레</li> <li>•흰쌀밥/작두기</li> <li>•디저트</li> <li>•파스타/샐러드/과일 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•흰쌀밥</li> <li>•호박된장찌개</li> <li>•순살치킨떡장정</li> <li>•감자채볶음/김치</li> <li>•샐러드/과일 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•핫도그</li> <li>•웨이감자튀김</li> <li>•파스타/샐러드/과일 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•잡곡밥</li> <li>•콩나물국</li> <li>•갈비찜</li> <li>•시금치무침/김치</li> <li>•샐러드/과일 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•떡갈비아채볶음</li> <li>•밥</li> <li>•디저트</li> <li>•파스타/샐러드/과일 2</li> </ul>
18	19	20	21	22
<ul style="list-style-type: none"> <li>•함박스테이크</li> <li>•메쉬드포테이토</li> <li>•빵</li> <li>•파스타/샐러드/과일 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•잡곡밥</li> <li>•어묵무국</li> <li>•소불고기야채볶음/쌈채소</li> <li>•오이무침</li> <li>•샐러드/과일 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•유부우동</li> <li>•돈까스</li> <li>•파스타/샐러드/과일 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•닭곰탕</li> <li>•흰쌀밥</li> <li>•비엔나야채볶음</li> <li>•멸치볶음/석박지</li> <li>•샐러드/과일 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•펜네크림파스타</li> <li>•마늘빵</li> <li>•디저트</li> <li>•샐러드/과일 2</li> </ul>
25	26	27	28	
<ul style="list-style-type: none"> <li>•쇠고기볶음밥</li> <li>•두부미소된장국</li> <li>•떡볶이</li> <li>•파스타/샐러드/과일 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•설렁탕/소면</li> <li>•김치전</li> <li>•석박지</li> <li>•샐러드/과일 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•치킨샐러드</li> <li>•빵</li> <li>•디저트</li> <li>•파스타/샐러드/과일 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•잡곡밥</li> <li>•물만두국</li> <li>•쇠고기장조림</li> <li>•잡채/김치</li> <li>•샐러드/과일 2</li> </ul>	

\*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.