



2022학년도  
7~8월

건강과 영양이 보이는 **학교급식**

웃 터골초등학교

• 문의처 : 급식관리실 ☎070-7096-7717

• 학교홈페이지 : <http://www.usturgol.es.kr>

월요일	화요일	수요일 (잔반없는 날)	목요일	금요일
				1 잡곡밥 쇠고기미역국(5.6.16.) 돼지갈비찜(5.6.10.13.) 콩나물오색채(2.5.6.10.) 깍두기(5.6.9.13.18.) 과일
4 통밀쌀밥(6.) 새알떡만두국 (1.5.6.10.13.16.) 근대된장무침(5.6.13.) 삼치구이 배추김치(5.6.9.13.18.) 과일	5 차수수밥 콩비지찌개(5.9.10.13.) 오징어삼겹불고기 (5.6.10.13.17.) 미역줄기볶음 총각김치(5.6.9.13.18.) 마늘빵(2.5.6.)	6 곤드레밥.양념장(5.6.13.) 무된장국(5.6.13.) 탕수육&소스 (2.5.6.10.12.13.) 배추김치(5.6.9.13.18.) 과일	7 찰보리밥 현미몽글이두부양념장 (5.6.13.) 가자미살카레구이 (2.5.6.13.) 오이부추무침(13.) 배추김치(5.6.9.13.18.) 꿀떡(5.13.)	8 흑미밥 동태찌개(5.6.13.) 닭볶음(5.6.13.15.) 베이컨감자전(1.2.6.10.) 백김치(5.6.9.13.18.)
11 찰옥수수알밥 가쓰오팽이국(5.6.13.) 마파두부(5.6.10.13.) 닭살샐러드(1.4.5.13.15.) 배추김치(5.6.9.13.18.) 과일	12 찰현미밥 돈육김치찌개 (5.6.9.10.13.18.) 고등어구이(2.7.13.) 야삭이고추무침 (5.6.13.) 깍두기(5.6.9.13.18.) 바나나라떼(2.)	13 카레라이스(2.5.6.13.15.) 우리밀에그타르트(1.2.5.6.13.) 요구르트(2.) 배추김치(5.6.9.13.18.) 대추방울토마토(12.)	14 녹두밥 오징어섞어찌개 (5.6.9.13.17.18.) 스파게티.미트소스 (1.2.5.6.10.12.13.16.) 달걀말이(1.10.) 총각김치(5.6.9.13.18.)	15 칼슘기장밥 닭다리잡쌀삼계탕 (13.15.) 애호박겉튀전(1.6.) 노각참외무침(5.6.13.) 깍두기(5.6.9.13.18.)
18 울무밥 들깨얼갈이국(5.6.13.) 제육볶음(5.6.10.13.) 부추달걀부침(2.13.) 총각김치(5.6.9.13.18.) 샤인머스캣쥬스(13.)	19 잡곡밥 별난닭떡국(5.6.13.15.) 두부조림(5.6.) 오징어배초무침(5.6.13.17.) 배추김치볶음 (5.6.9.13.18.) 과일	20 돈코츠라멘 (1.2.5.6.10.13.15.16.18.) 돈가스.소스 (1.2.5.6.10.12.13.16.18.) 깍두기(5.6.9.13.18.) 과일	21 완두콩밥 두부된장찌개(5.6.13.) 미트볼그라탕 (1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) 감자조림(5.6.13.) 배추김치 (5.6.9.13.18.)	22 여름방학식
	8/23 귀리밥 근대된장국(5.6.13.) 폭찜(5.6.10.12.13.18.) 청포묵김무침(5.6.13.) 배추김치(5.6.9.13.18.) 유기농감귤쥬스(1.2.3.)	8/24 김밥볶음밥 (1.2.5.6.10.13.) 달걀살파국(1.13.) 김자반(5.) 깍두기(5.6.9.13.18.) 우리쌀와플(1.2.5.6.13.)	8/25 통밀쌀밥(6.) 들깨무채국(5.6.13.) 대구살강정(2.5.6.12.13.) 꽃맛샐러드 (1.5.6.8.9.13.18.) 배추김치(5.6.9.13.18.)	8/26 울무밥 햄모듬찌개(2.5.6.9.10.13.) 가마보꼬어묵조림 (1.5.6.13.) 애스타리개소스무침 (5.6.13.) 총각김치(5.6.9.13.18.) 쥬러스(1.2.5.6.)
8/29 잡곡밥 황태감자국(1.13.) 돈육자장볶음(2.5.6.10.13.) 연근땅콩조림(4.5.6.13.) 배추김치(5.6.9.13.18.) 과일	8/30 울무밥 오징어무국(5.6.13.17.) 닭갈비(5.6.13.15.) 콩나물무침(5.) 배추김치(5.6.9.13.18.) 팔도넛(1.2.5.6.)	8/31 콩나물비빔밥.양념장 (5.6.16.) 미소된장국(5.6.13.) 달걀찜(1.) 배추김치(5.6.9.13.18.) 치즈어묵바(1.2.5.6.)		

▶ 식재료 의 원산지	쌀	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	김치	낙지	동태	고등어	오징어	꽃게	두부	콩
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	러시아산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산

★ 알레르기유발식품을 숫자로 표기하오니 특정식품 알레르기가 있는 학생은 식단을 꼭 확인하고 해당 식품을 섭취하지 않도록 하며 가정에서도 미리 식단을 확인하여 주시기 바랍니다(알레르기유발식품 : 1난류, 2우유, 3메밀, 4땅콩, 5대두, 6밀, 7고등어, 8게, 9새우, 10돼지고기, 11복숭아, 12토마토, 13아황산염, 14호두, 15닭고기, 16쇠고기, 17오징어, 18조개류, 19잔)

★ 위 식단은 학교사정과 물품수급, 가격변동에 의해 다소 변경 될 수 있으며 자세한 정보는 홈페이지-알림마당-급식소식에서 확인할 수 있습니다.