



2022학년도  
5월

건강과 영양이 보이는 **학교급식**

웃 터골 초등학교

• 문의처 : 급식관리실 ☎070-7096-7717

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

월요일	화요일	수요일 (잔반없는 날)	목요일	금요일
2 찰현미밥 관자살미역국(5.6.13.18.) 닭다리살데리야끼(5.6.13.15.18.) 노각참외무침(5.6.13.) 배추김치(5.6.9.13.18.) 구슬아이스크림(1.2.5.)	3 울무밥 돈육김치찌개(5.6.9.10.13.18.) 연어스테이크&소스(1.2.5.13.) 가지볶음(5.6.) 열무김치(5.6.9.13.18.) 유기농요거트(2.)	4 바몬드카레라이스(2.5.6.13.16.18.) 떡말이강정(2.5.6.10.13.16.) 깍두기(5.6.9.13.18.) 딸기다쿠와즈(아몬드포함)(1.2.4.5.6.) 소백산사과주스(13.)	5  어린이날	6 재량휴업일
9 통밀쌀밥(6.) 현미몽글이두부&양념장(5.6.13.) 코다리무침(5.6.13.) 옥수수치즈구이(1.2.5.6.13.18.) 배추김치(5.6.9.13.18.) 과일	10 귀리밥 조갯살시금치된장국(5.6.13.18.) 꼭창(5.6.10.12.13.18.) 오징어배추무침(5.6.13.17.) 배추김치(5.6.9.13.18.) 우리밀사과파이(1.2.5.6.13)	11 깍두기볶음밥(5.6.9.10.13.) 콩가루배추국(5.6.13.) 열무김치(5.6.9.13.18.) 크로크무슈(1.2.6.10.15.18.) 과일	12 칼슘기장밥 새알만두국(1.5.6.10.13.16.) 치즈달걀말이(1.2.10.) 콩나물오색채(2.5.6.10.) 배추김치(5.6.9.13.18.)	13 찰보리밥 버섯들깨탕(5.6.13.) 생선커틀렛(복숭아소스)(1.2.5.6.11.13.) 삼색묵무침(5.6.13.) 배추김치(5.6.9.13.18.) 오월의케익(1.2.5.6.)
16 잡곡밥 등뼈감자탕(5.6.9.10.13.) 스파게티&미트소스(1.2.5.6.10.12.13.16.) 삼치마요구이(1.2.5.6.13.) 총각김치(5.6.9.13.18.) 마늘빵(1.2.5.6.)	17 찰현미밥 북어계란국(1.13.) 김치마파두부(5.6.9.12.13.16.18.) 잡채(5.6.8.10.13.) 총각김치(5.6.9.13.18.)	18 참치채소비빔밥(5.6.13.) 현미누룽지탕 백김치(5.6.9.13.18.) 블루베리크림치즈찰떡(2.6.) 과일	19 찰옥수수알밥 콩나물국(5.6.) 돈육.쌈.상추(5.6.10.13.) 시금치무침(5.6.) 깍두기(5.6.9.13.18.) 감귤주스(1.2.3.)	20 차수수밥 미소된장국(5.6.13.) 치킨커틀렛.소스(1.2.5.6.12.13.15.) 오징어브로콜리초무침(5.6.13.17.) 백김치(5.6.9.13.18.) 양금절편
23 흑미밥 김치수제비국(5.6.9.13.18.) 돈육자장볶음(2.5.6.10.13.) 오징어야채전(1.6.13.17.) 오이김치(5.6.9.13.18.) 요구르트(런)(2.)	24 울무밥 해물순두부찌개(5.9.13.17.18.) 오리마늘구이&무쌈(5.6.13.) 부추양파무침(13.) 총각김치(5.6.9.13.18.)	25 자장면&밥(선택식)(1.2.5.6.10.13.18.) 왕새우튀김&어니언크림소스(1.2.5.6.9.13.) 배추김치(5.6.9.13.18.) 단무지 과일	26 잡곡밥c 삼색별떡국(5.6.13.15.) 대구살강정(2.5.6.12.13.) 꽃맛샐러드(1.5.6.8.13.18.) 김자반(5.) 배추김치(5.6.9.13.18.)	27 녹두밥 섞어찌개(5.6.9.13.17.18.) 닭볶음(5.6.13.15.) 숙주미나리무침(13.) 열무김치(5.6.9.13.18.) 골드키위푸레드(5.13.)
30 칼슘기장밥 무된장국(5.6.13.) 동파육&무쌈(5.6.10.13.18.) 사과오이무침(5.6.13.) 배추김치(5.6.9.13.18.) 모듬견과(2.14.)	31 찰현미밥 감자고추장찌개(5.6.13.16.) 갯잎순대볶음(5.6.10.13.) 요거트과일샐러드(1.2.5.13.) 배추김치(5.6.9.13.18.) 팔미어꿀파이(1.2.5.6.13.)			

▶ 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

★ 급식시간에 습관적으로 음식을 먹지 않거나 남기는 학생이 있습니다. 우리의 자녀들이 먹기 싫은 것도 먹어보도록 노력하고 음식을 남기지 않는 습관을 기르도록 가정에서도 일러주시면 올바른 식습관이 형성될 수 있습니다.

★ 매월 첫째 날은 **생일축하의 날**입니다(전염병예방기간에는 운영하지 않을 수 있음)

★ 학교급식에서는 **녹색식생활실천으로 매주 수요일을 그린데이(잔반없는 날)로 지정**하였습니다. 실천을 부탁드립니다.

★ 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, 19잣)

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