



# 군서미래 영양소식

발행월 : 2021년 8월

담당 : 영양교사 한진아  
식생활교육관 : 031-500-5212

식재료 원산지 표시	자세한 원산지 표시 및 영양량은 식당, 홈페이지 등을 참고해주세요.  쌀 가공품, 참쌀, 잡곡(국내산) / 김치의 배추 및 배추김치가공품, 열갈이, 봄동(국내산) / 고춧가루(국내산) 쇠고기(한우), 쇠고기가공품(국내산 및 호주산) / 돼지고기 및 가공품(국내산) / 닭고기 및 가공품(국내산) / 오리고기 및 가공품(국내산) / 명태 및 코다리, 동태살, 대구살(러시아) / 임연수, 가자미(미국산) / 주꾸미, 낙지(베트남산)/고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 삼치, 참조기(국내산) / 두부류 및 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩 및 콩 가공품(국내산)
알레르기 정보	①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬야생산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) (19)자 / <b>식단명 옆에 번호로 표시되니 확인해주세요.</b> 알레르기표시식품 및 기타 표기되지 않은 식품의 알레르기 증상을 보이는 학생들은 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.

	8/17 (화)	8/18 (수)	8/19 (목)	8/20 (금)
	옥수수밥 열무된장국(5.6.13.) 매콤불닭 (2.5.6.12.13.15.16.18.) 미역줄기볶음 배추김치(9.) 과일 * 699.1/36.5/265.8/4.5	자장밥(5.6.10.13.) 깍두기(9.) 치킨버거(1.2.5.6.12.15.) 감귤주스(13.) * 972.5/37.9/182.9/2.9	차수수밥 햄모듬찌개 (1.2.5.6.9.10.12.15.16.) 삼치열장소스구이(5.6.13.) 애호박부추전(1.5.6.) 백김치(9.) 과일 * 888.4/43.9/194.8/4.1	혼합잡곡밥(5.) 어묵국(1.5.6.13.) 목살오븐구이(10.13.) 상추쌈(5.6.) 배추김치(9.) 떠먹는 요거트(플레인)(2.) * 854.8/49.8/305.9/4.9
8/23 (월)	8/24 (화)	8/25 (수) <b>1학년 3반 식단의 날</b>	8/26 (목)	8/27 (금)
한도그샌드위치 (1.2.5.6.10.12.13.) 우유(2.) 과일(13.) 복숭아푸딩(11.) * 698.9/24.2/286.1/2.3	보리밥 감자꽃고추국(5.6.9.13.) 바비큐푹찜 (5.6.10.12.13.16.) 구슬치즈샐러드(2.12.13.) 배추김치(9.) 에그타르트(1.2.5.6.) * 891.1/46.5/225.8/3.6	현미밥 차돌박이된장찌개 (5.6.9.13.16.) 치킨&파채(2.5.6.13.15.) 숙주나물무침 김치볶음(9.13.) 베라-아몬드봉봉(1.2.5.) * 1107.5/45.2/215.4/4.7	차조밥 닭개장(5.6.13.15.) 베이컨감자볶음(5.10.13.) 달걀말이(1.) 오이김치(9.) 구운김 * 735.3/44.1/250.4/6.5	열무&나물비빔밥(5.6.9.13.) 비빔고추장(5.6.13.) 실파달걀국(1.5.6.) 백김치(9.) 피자토스트(1.2.5.6.12.13.) 과일 * 680.5/29.3/296.6/5.3
8/30 (월)	8/31 (화)	<b>&lt; 안내사항 &gt;</b> * 7월에 예정되었다가 취소된 1학년 2반 식단은 9월에 다시 제공예정입니다. * 6월 수요일은 다 먹는 날 상품 받아가지 않은 학생들은 <u>영양선생님에게 꼭 오세요 !!</u>		
흑미밥 건새우아욱국(5.6.9.) 수제탕수육(1.5.6.10.) 탕수육소스(5.6.13.) 애너타리참깨소스무침 (5.6.13.) 배추김치(9.) 복주머니담침(1.5.6.10.16.) * 786.3/43.2/303.4/6.8	차수수밥 얼큰콩나물국(5.6.13.) 떡갈비&구운채소 (5.6.10.15.16.18.) 진미채오이무침(5.6.13.) 깍두기(9.) 과일 * 815.7/43.3/197.5/5.4			

※ 식단아래 표시된 영양량은 에너지(kcal)/단백질(g)/칼슘(mg)/철분(mg)순입니다.

## 2학기 급식운영 방안 안내

- 8월 17일 ~ 9월 3일까지 등교학생(전교생 1/3) 및 급식 신청학생에게 급식을 제공  
※ 거리두기단계에 따른 학교밀집도 원칙에 맞춰 운영예정
- 코로나19 감염예방을 위해 식탁 칸막이 설치, 지정좌석제 운영, 한 칸 띄어 앉기로 학생 간 거리두기 강화
- 급식 개시 이전에 급식실 전체 특별소독 실시하고 급식 전·후로 수시환기 실시
- 식재료 납품업체 배송직원의 급식실 출입 시에도 마스크 및 위생복 착용, 체온기록 및 건강상태 등을 철저히 확인