

【주간식단계획(소요)】

금모래초등학교

2024년 11월 04일 ~ 2024년 11월 10일

| | 11월 04일 (월) | 11월 05일 (화) | 11월 06일 (수) | 11월 07일 (목) | 11월 08일 (금) |
|----|--|--|--|--|---|
| 중식 | 급식인원: 1,025 • 잡곡밥2 • 소고기미역국 (5.6.16.18) • 숙주나물무침(5.6.18) • 달걀날치알말이(1) • 배추김치(9) • 굴 | 급식인원: 1,025 • 잡곡밥2 • 육개장(1.5.6.16.18) • 도토리묵무침(5.6) • 오렌지소스가자미구이 (6.13) • 총각김치(9) • 단감 | 급식인원: 1,025 • 삼색비빔밥 (1.5.6.9.13.15) • 수제현미송능 • 깍두기(9) • 견과류 없는 찰호떡 (5.6) • 청포도 | 급식인원: 1,025 • 잡곡밥2 • 호박된장국(5.6) • 오이감장과(5.6.16) • 생선커틀릿(6) • 배추김치(9) • 후르츠머스터드소스 (1.2.5.6.11.13) | 급식인원: 1,025 • 잡곡밥2 • 닭곰탕(5.6.15.18) • 두부조림(5.6.13.18) • 오절판(1.5.6.16) • 깍두기(9) |
| | 식품명 (소요량) | 식품명 (소요량) | 식품명 (소요량) | 식품명 (소요량) | 식품명 (소요량) |
| 식 | [잡곡밥2] 기능성참쌀(칼슘강화) (10.00kg) 멥쌀(백미)/친환경 (47.00kg) 멥쌀(흑미)/친환경 (1.00kg) 보리(찰보리)/친환경 (1.00kg) 차조(청차조)/친환경 (1.00kg) 참쌀(현미)/친환경 (10.00kg) [소고기미역국] 간장(양조간장)/국산 (0.20L) 간장(여간장) (0.70L) 간장(재래간장) (1.10L) 다시마/말린것(건조) (2.00kg) 들기름/국산 (0.50L) 마늘/껍질제거(깐것), 꼭지제거 (0.60kg) 미역/말린것(건조) (2.00kg) 청주 (1.10L) 한우(앞다리, 전지)/국용 (11.00kg) 후추(검은색) (0.01kg) [숙주나물무침] 간장(여간장) (0.40L) 고추(붉은고추(홍고추))/친환경 (0.20kg) 깨(참깨)/볶은것, 껍질제거(깐것) (0.40kg) 마늘/껍질제거(깐것), 꼭지제거 (0.70kg) 미나리/친환경 (3.00kg) 소금(꽃소금) (0.40kg) 숙주나물/국산 (38.00kg) 참기름/국산 (0.40L) 파(쪽파)/껍질제거(깐것) (0.70kg) [달걀날치알말이] 날치알/냉동 (5.00kg) 달걀 (48.00kg) 당근/세척한것 (5.00kg) 브로콜리/친환경 (4.00kg) 소금(꽃소금) (0.50kg) 양파/껍질제거(깐것) (5.00kg) 유채씨유(카놀라유) (18.00L) 파(쪽파)/껍질제거(깐것) (0.70kg) | [잡곡밥2] 기능성참쌀(칼슘강화) (10.00kg) 멥쌀(백미)/친환경 (47.00kg) 멥쌀(흑미)/친환경 (1.00kg) 보리(찰보리)/친환경 (1.00kg) 차조(청차조)/친환경 (1.00kg) 참쌀(현미)/친환경 (10.00kg) [육개장] 간장(양조간장)/국산 (0.20L) 간장(여간장) (0.20L) 간장(재래간장) (1.40L) 고사리/데친것, 말린것(건조) (4.80kg) 고춧가루/국산 (1.10kg) 느타리버섯/친환경 (2.90kg) 다시마/말린것(건조) (2.20kg) 달걀(전란) (7.20kg) 당근/세척한것 (1.60kg) 마늘/껍질제거(깐것), 꼭지제거 (0.80kg) 무(조선무)/친환경 (8.50kg) 배추(얼갈이, 단배추)/친환경 (7.60kg) 생강/친환경, 껍질제거(깐것) (0.80kg) 소금(굵은소금) (1.10kg) 소금(꽃소금) (0.60kg) 숙주나물/국산 (9.50kg) 양배추/친환경 (1.60kg) 양파/껍질제거(깐것) (7.60kg) 청주 (1.10L) 파(대파)/껍질제거(깐것) (2.10kg) 한우(앞다리, 전지)/국용 (12.00kg) 한우잡뼈 (8.00kg) 후추(검은색) (0.01kg) [도토리묵무침] 간장/조림용 (1.90L) 고춧가루/국산 (0.60kg) 깨(참깨)/볶은것, 껍질제거(깐것) (0.50kg) 당근/세척한것 (2.90kg) 들깨가루 (0.30kg) 마늘/껍질제거(깐것), 꼭지제거 | [삼색비빔밥] 고춧가루/국산 (0.50kg) 기능성참쌀(칼슘강화) (10.00kg) 김가루/조미한것 (4.00kg) 김치(배추김치)/숙성시킨것 (40.00kg) 깨(참깨)/볶은것, 껍질제거(깐것) (0.60kg) 달걀 (34.00kg) 닭고기(가슴살, 안심살)/다진것 (26.00kg) 데리야끼소스 (2.00kg) 마늘/껍질제거(깐것), 꼭지제거 (0.30kg) 멥쌀(백미)/친환경 (46.00kg) 양파/껍질제거(깐것) (8.00kg) 유채씨유(카놀라유) (5.00L) 참기름/국산 (0.60L) 참쌀(현미)/친환경 (10.00kg) 후추(검은색) (0.01kg) [수제현미송능] 누룽지(현미누룽지) (12.00kg) 쌀가루(현미가루) (4.00kg) [깍두기] 김치(깍두기) (30.00kg) [견과류 없는 찰호떡] 호떡 (60.50kg) [청포도] 포도(청포도) (65.00kg) | [잡곡밥2] 기능성멥쌀(쌀눈) (0.00kg) 기능성참쌀(칼슘강화) (10.00kg) 멥쌀(백미)/친환경 (47.00kg) 멥쌀(흑미)/친환경 (1.00kg) 보리(찰보리)/친환경 (1.00kg) 차조(청차조)/친환경 (1.00kg) 참쌀(현미)/친환경 (10.00kg) [호박된장국] 감자/껍질제거(깐것) (12.30kg) 고추(풋고추(청고추))/친환경 (0.30kg) 다시마/말린것(건조) (1.60kg) 당근/세척한것 (1.60kg) 된장(메주된장) (3.80kg) 두부/찌개용 (15.00kg) 마늘/껍질제거(깐것), 꼭지제거 (0.70kg) 멸치(큰멸치, 대멸) (2.20kg) 무(조선무)/친환경 (1.60kg) 양배추/친환경 (1.60kg) 양파/껍질제거(깐것) (12.30kg) 파(대파)/껍질제거(깐것) (0.90kg) 호박(애호박)/친환경 (14.20kg) [오이감장과] 간장(양조간장)/국산 (0.90L) 깨(참깨)/볶은것, 껍질제거(깐것) (0.50kg) 마늘/껍질제거(깐것), 꼭지제거 (0.60kg) 설탕(원당, 마스코바도) (0.40kg) 소금(굵은소금) (0.70kg) 유채씨유(카놀라유) (3.00L) 참기름/국산 (0.50L) 큰느타리버섯(새송이버섯)/친환경 (1.90kg) | [잡곡밥2] 기능성참쌀(칼슘강화) (10.00kg) 멥쌀(백미)/친환경 (47.00kg) 멥쌀(흑미)/친환경 (1.00kg) 보리(찰보리)/친환경 (1.00kg) 차조(청차조)/친환경 (1.00kg) 참쌀(현미)/친환경 (10.00kg) [닭곰탕] 간장(여간장) (0.21L) 간장(재래간장) (0.60L) 감자/껍질제거(깐것) (19.00kg) 녹두/말린것(건조), 껍질제거(깐것) (2.00kg) 다시마/말린것(건조) (1.60kg) 닭고기(성계)/껍질제거(깐것) (46.00kg) 당근/세척한것 (1.60kg) 마늘/껍질제거(깐것), 꼭지제거 (0.90kg) 무(조선무)/친환경 (1.60kg) 생강/친환경, 껍질제거(깐것) (0.60kg) 소금(굵은소금) (0.50kg) 양배추/친환경 (1.60kg) 양파/껍질제거(깐것) (10.40kg) 청주 (1.10L) 파(대파)/껍질제거(깐것) (1.10kg) 후추(검은색) (0.01kg) [두부조림] 간장(여간장) (0.20L) 간장/조림용 (2.30L) 고춧가루/국산 (0.30kg) 깨(검정깨(흑임자))/볶은것 (0.20kg) 깨(참깨)/볶은것, 껍질제거(깐것) (0.20kg) 두부/부침용 (72.00kg) 마늘/껍질제거(깐것), 꼭지제거 (0.60kg) 설탕(원당, 마스코바도) (1.10kg) |

【주간식단계획(소요)】

| | 식품명 (소요량) | 식품명 (소요량) | 식품명 (소요량) | 식품명 (소요량) | 식품명 (소요량) |
|------------------|--------------------|----------------------|-----------|----------------------|----------------------|
| 식 단 내 역 | [배추김치] | 거 (0.70kg) | | 파(쪽파)/겉질제거(깎것) | 소금(꽃소금) (0.30kg) |
| | 김치(배추김치) (30.00kg) | 묵(도토리묵)/슬라이스 | | (0.70kg) | 유채씨유(카놀라유) (10.00L) |
| | [굴] | (42.00kg) | | 한우(설도)/가는채 (13.00kg) | 참기름/국산 (0.30L) |
| | 감귤(조생) (88.50kg) | 상추(꽃상추)/친환경 (1.90kg) | | 후추(검은색) (0.01kg) | 파(쪽파)/겉질제거(깎것) |
| | | 설탕(원당, 마스코바도) | | [생선커트릿] | (0.70kg) |
| | | (0.50kg) | | 생선가스 (42.00kg) | [오질판] |
| | | 소금(꽃소금) (0.10kg) | | 생선가스(감자생선가스) | 간장(양조간장)/국산 (0.50L) |
| | | 숙갓/친환경 (1.00kg) | | (32.40kg) | 달걀지단 (14.00kg) |
| | | 오이(가시오이)/친환경 | | 유채씨유(카놀라유) (72.00L) | 당근/세척한것 (9.00kg) |
| | | (3.80kg) | | [배추김치] | 마늘/겉질제거(깎것), 쪽지제 |
| | | 참기름/국산 (0.40L) | | 김치(배추김치) (30.00kg) | 거 (0.70kg) |
| | | 파(쪽파)/겉질제거(깎것) | | [후르츠머스터드소스] | 무쌈 (25.00kg) |
| | | (1.00kg) | | 과즙음료(레몬) (1.00L) | 설탕(원당, 마스코바도) |
| | | [오렌지소스가자미구이] | | 드레싱(머스터드드레싱) | (0.10kg) |
| | | 가자미살/외국산 (59.00kg) | | (10.00kg) | 소금(꽃소금) (0.50kg) |
| | | 과즙음료(레몬) (0.50L) | | 마요네즈(전란) (4.00kg) | 오이(가시오이)/친환경 |
| | | 마늘/겉질제거(깎것), 쪽지제 | | 사과/친환경 (1.00kg) | (20.00kg) |
| | | 거 (0.70kg) | | 키위(골드키위)/일반 (0.70kg) | 유채씨유(카놀라유) (3.00L) |
| | | 생강/친환경, 껍질제거(깎것) | | 파인애플(골드파인애플)/겉질 | 참기름/국산 (0.40L) |
| | | (0.50kg) | | 제거(깎것), 조각낸것 | 청주 (0.60L) |
| | | 설탕(원당, 마스코바도) | | (2.00kg) | 파(쪽파)/겉질제거(깎것) |
| | | (1.10kg) | | 후르츠락테일통조림 (1.10kg) | (0.60kg) |
| | | 소금(꽃소금) (0.50kg) | | | 한우(설도)/가는채 (21.00kg) |
| | | 유채씨유(카놀라유) (72.00L) | | | 후추(검은색) (0.01kg) |
| | | 전분(감자전분)/국산 (5.00kg) | | | [깍두기] |
| | | 주스(오렌지주스)/가당 | | | 김치(깍두기) (30.00kg) |
| | | (3.00kg) | | | |
| | | 청주 (0.90L) | | | |
| | | 튀김가루 (2.00kg) | | | |
| | | 파인애플(골드파인애플)/겉질 | | | |
| | | 제거(깎것), 조각낸것 | | | |
| | | (2.00kg) | | | |
| | | 후추(검은색) (0.01kg) | | | |
| | | [총각김치] | | | |
| | | 김치(총각김치) (30.00kg) | | | |
| | | [단감] | | | |
| | | 감(단감) (47.00kg) | | | |

* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.계, 09.새우, 10.돼지고기, 11.복숭아, 12.토마토, 13.아황산류, 14.호두, 15.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣