

【주간식단계획(소요)】

금모래초등학교

2024년 11월 25일 ~ 2024년 12월 01일

| | 11월 25일 (월) | 11월 26일 (화) | 11월 27일 (수) | 11월 28일 (목) | 11월 29일 (금) |
|------------------|--|--|---|---|---|
| 중 식 | 급식인원: 1,025 • 잡곡밥1 • 김치청동호박국 (5.6.9) • 해물콩나물찜(5.6.9) • 너비아니구이 (5.6.10.16.18) • 열무김치(9) • 푸딩젤리 | 급식인원: 1,025 • 잡곡밥1 • 청국장찌개(5.6.9) • 열갈이된장무침(5.6) • 탕수육 (1.2.5.6.10.11.12) • 깍두기(9) | 급식인원: 1,025 • 토마토치즈제육덮밥 (2.5.6.10.12) • 다시마무국(5.6.18) • 오이김치(9) • 배즙(13) • 와플/생크림(1.2.5.6) | 급식인원: 1,025 • 잡곡밥1 • 순두부백탕 (1.5.6.9.13.18) • 부추초무침(5.6) • 오리훈제구이 (2.5.6.16.18) • 석박지(9) • 허니머스터드소스 (1.2.5.6.13) | 급식인원: 1,025 • 잡곡밥1 • 시금치된장국(5.6) • 간장무채무침 • 참스테이크 (2.5.6.10.12.13.16) • 배추김치(9) • 떠먹는 요거트(2) |
| | 식품명 (소요량) | 식품명 (소요량) | 식품명 (소요량) | 식품명 (소요량) | 식품명 (소요량) |
| 식 단 내 역 | [잡곡밥1] 기능성참쌀(칼슘강화) (10.00kg) 기장(찰기장)/친환경 (1.00kg) 멥쌀(백미)/친환경 (47.00kg) 보리(찰보리)/친환경 (1.00kg) 수수(차수수)/친환경 (1.00kg) 찰쌀(현미)/친환경 (10.00kg) [김치청동호박국] 간장(재래간장) (0.60L) 고춧가루/국산 (0.30kg) 김치(배추김치)/숙성시킨것 (24.00kg) 다시마/말린것(건조) (1.60kg) 당근/세척한것 (1.60kg) 두부/찌개용 (6.00kg) 마늘/껍질제거(깐것), 쪽지제거 (0.60kg) 멸치(큰멸치, 대멸) (2.20kg) 무(조선무)/친환경 (1.60kg) 생강/친환경, 껍질제거(깐것) (0.60kg) 소금(굵은소금) (0.40kg) 양배추/친환경 (1.60kg) 양파/껍질제거(깐것) (1.60kg) 청주 (0.60L) 파(대파)/껍질제거(깐것) (0.80kg) 호박(늙은호박)/껍질제거(깐것), 절단된것 (10.00kg) 후추(검은색) (0.01kg) [해물콩나물찜] 간장(양조간장)/국산 (2.00L) 고추장 (1.20kg) 고춧가루/국산 (0.80kg) 깨(참깨)/볶은것, 껍질제거(깐것) (0.70kg) 낙지/채썬것(세절) (64.00kg) 다시마/말린것(건조) (0.20kg) 마늘/껍질제거(깐것), 쪽지제거 (0.70kg) 미나리/친환경 (4.00kg) 미더덕/국산 (5.70kg) | [잡곡밥1] 기능성참쌀(칼슘강화) (10.00kg) 기장(찰기장)/친환경 (1.00kg) 멥쌀(백미)/친환경 (45.00kg) 보리(찰보리)/친환경 (1.00kg) 수수(차수수)/친환경 (1.00kg) 찰쌀(현미)/친환경 (10.00kg) [청국장찌개] 고추(붉은고추(홍고추))/친환경 (0.40kg) 고추(풋고추(청고추))/친환경 (0.40kg) 고춧가루/국산 (0.40kg) 김치(배추김치)/숙성시킨것 (8.50kg) 김치(총각김치) (8.50kg) 다시마/말린것(건조) (1.60kg) 당근/세척한것 (1.60kg) 된장 (1.00kg) 두부/찌개용 (12.00kg) 마늘/껍질제거(깐것), 쪽지제거 (0.70kg) 멸치(큰멸치, 대멸) (2.20kg) 무(조선무)/친환경 (1.60kg) 애너타리버섯/친환경 (4.80kg) 양배추/친환경 (1.60kg) 양파/껍질제거(깐것) (8.50kg) 청국장/국산 (6.00kg) 파(대파)/껍질제거(깐것) (1.00kg) 팽이버섯/친환경 (1.90kg) [열갈이된장무침] 고추장 (1.00kg) 고춧가루/국산 (0.20kg) 깨(참깨)/볶은것, 껍질제거(깐것) (0.20kg) 된장(메주된장) (1.00kg) 마늘/껍질제거(깐것), 쪽지제거 (0.60kg) 배추(열갈이, 단배추)/친환경 (29.00kg) 소금(굵은소금) (0.50kg) | [토마토치즈제육덮밥] 간장(양조간장)/국산 (4.00L) 고추장 (6.00kg) 고춧가루/국산 (0.40kg) 기능성참쌀(칼슘강화) (10.00kg) 돼지고기(뒷다리, 후지)/냉장 (52.00kg) 마늘/껍질제거(깐것), 쪽지제거 (0.90kg) 멥쌀(백미)/친환경 (47.00kg) 생강/친환경, 껍질제거(깐것) (0.70kg) 설탕(원당, 마스코바도) (2.00kg) 양파/껍질제거(깐것) (14.20kg) 유채씨유(카놀라유) (5.00L) 전분(감자전분)/국산 (1.50kg) 참기름/국산 (0.50L) 찰쌀(현미)/친환경 (10.00kg) 청주 (0.90L) 치즈(논꽃치즈) (21.00kg) 토마토/친환경 (19.00kg) 토마토소스 (14.00kg) 파(대파)/껍질제거(깐것) (1.80kg) 파프리카(노랑파프리카)/친환경 (4.80kg) 파프리카(적색파프리카)/친환경 (4.80kg) 후추(검은색) (0.01kg) [다시마무국] 간장(여간장) (0.20L) 간장(재래간장) (0.60L) 고추(풋고추(청고추))/친환경 (0.50kg) 다시마/말린것(건조) (1.60kg) 당근/세척한것 (1.60kg) 마늘/껍질제거(깐것), 쪽지제거 (0.90kg) 멸치(큰멸치, 대멸) (2.20kg) 무(조선무)/친환경 (30.00kg) | [잡곡밥1] 기능성참쌀(칼슘강화) (10.00kg) 기장(찰기장)/친환경 (1.00kg) 멥쌀(백미)/친환경 (47.00kg) 보리(찰보리)/친환경 (1.00kg) 수수(차수수)/친환경 (1.00kg) 찰쌀(현미)/친환경 (10.00kg) [순두부백탕] 다시마/말린것(건조) (1.60kg) 달걀(전란) (7.20kg) 당근/세척한것 (1.60kg) 두부(순두부)/국산 (49.00kg) 마늘/껍질제거(깐것), 쪽지제거 (0.80kg) 마늘/껍질제거(깐것), 쪽지제거 (0.80kg) 마늘/껍질제거(깐것), 쪽지제거 (0.80kg) 멸치(큰멸치, 대멸) (2.20kg) 무(조선무)/친환경 (1.60kg) 바지락살/국산 (6.00kg) 양배추/친환경 (1.60kg) 양파/껍질제거(깐것) (7.00kg) 첫(새우젓(추젓)) (0.50kg) 청주 (0.90L) 큰다리버섯(새송이버섯)/친환경 (10.00kg) 파(대파)/껍질제거(깐것) (1.20kg) 팽이버섯/친환경 (2.00kg) 호박(애호박)/친환경 (5.00kg) 후추(검은색) (0.01kg) [부추초무침] 간장(양조간장)/국산 (0.50L) 간장(재래간장) (0.50L) 고춧가루/국산 (0.60kg) 깨(참깨)/볶은것, 껍질제거(깐것) (0.20kg) 들기름/국산 (0.50L) 마늘/껍질제거(깐것), 쪽지제거 (0.50kg) 매실농축액/국산 (1.00L) 부추(실부추(영양부추))/국산 (3.00kg) 사과/친환경 (6.00kg) | [잡곡밥1] 기능성참쌀(칼슘강화) (10.00kg) 기장(찰기장)/친환경 (1.00kg) 멥쌀(백미)/친환경 (47.00kg) 보리(찰보리)/친환경 (1.00kg) 수수(차수수)/친환경 (1.00kg) 찰쌀(현미)/친환경 (10.00kg) [시금치된장국] 고추장 (1.10kg) 다시마/말린것(건조) (1.60kg) 당근/세척한것 (1.60kg) 된장(메주된장) (3.80kg) 마늘/껍질제거(깐것), 쪽지제거 (0.70kg) 멸치(큰멸치, 대멸) (2.20kg) 무(조선무)/친환경 (1.60kg) 시금치/친환경 (26.60kg) 양배추/친환경 (1.60kg) 양파/껍질제거(깐것) (1.60kg) 파(대파)/껍질제거(깐것) (0.90kg) [간장무채무침] 깨(참깨)/볶은것, 껍질제거(깐것) (0.20kg) 마늘/껍질제거(깐것), 쪽지제거 (0.60kg) 미나리/친환경 (4.00kg) 숙주나물/국산 (18.00kg) 장아찌(무장아찌) (11.90kg) 참기름/국산 (0.20L) 파(쪽파)/껍질제거(깐것) (0.70kg) [참스테이크] 돼지고기(등심)/쪽독썰기 (72.00kg) 마늘/껍질제거(깐것), 쪽지제거 (1.00kg) 버터 (1.35kg) 브로콜리/친환경 (4.00kg) 설탕(원당, 마스코바도) (1.30kg) 샐러리/일반 (2.00kg) |

【주간식단계획(소요)】

| | 식품명 (소요량) | 식품명 (소요량) | 식품명 (소요량) | 식품명 (소요량) | 식품명 (소요량) |
|--------------------|------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| 식 단 내 역 | 새우살(백새우)/국산 (8.50kg) | 참기름/국산 (0.20L) | 소금(굵은소금) (1.00kg) | 상추(꽃상추) (1.10kg) | 소금(꽃소금) (0.20kg) |
| | 설탕(원당, 마스코바도) (1.20kg) | 파(쪽파)/껍질제거(깎것) (0.80kg) | 양배추/친환경 (1.60kg) | 설탕(원당, 마스코바도) (0.50kg) | 스테이크소스 (2.00kg) |
| | 양파/껍질제거(깎것) (5.70kg) | [탕수육] | 양파/껍질제거(깎것) (1.60kg) | 식초(사과식초) (0.60L) | 아스파라거스 (3.00kg) |
| | 전분(감자전분)/국산 (1.20kg) | 간장(양조간장)/국산 (0.60L) | 파(대파)/껍질제거(깎것) (0.90kg) | 양배추(적채, 붉은양배추)/친환경 (2.00kg) | 양송이버섯/친환경 (3.00kg) |
| | 참기름/국산 (0.70L) | 달걀(난백) (5.00kg) | 후추(검은색) (0.01kg) | 치커리(녹색치커리)/친환경 (1.60kg) | 올리브유 (0.90L) |
| | 청주 (0.90L) | 당근/세척한것 (2.00kg) | [오이김치] | 파(쪽파)/껍질제거(깎것) (0.80kg) | 우스터소스 (1.00kg) |
| | 콩나물/두절 (35.00kg) | 돼지고기(뒷다리, 후지)/탕수용 (70.00kg) | 김치(오이김치) (35.00kg) | [오리훈제구이] | 월계수잎/말린것(건조) (0.01kg) |
| | 파(대파)/껍질제거(깎것) (0.80kg) | 마늘/껍질제거(깎것), 꼭지제거 (0.50kg) | [배즙] | 오리훈제/뼈제거 (100.00kg) | 유채씨유(카놀라유) (5.00L) |
| | [너비아니구이] | 생강(친환경, 껍질제거(깎것)) (0.60kg) | 분말(설탕분말) (1.00kg) | [석박지] | 청주 (1.80L) |
| | 간장(조림용) (1.20L) | 설탕(원당, 마스코바도) (1.60kg) | 와플 (33.90kg) | 김치(썩박지) (35.00kg) | 토마토(방울토마토(체리토마토))/친환경 (6.00kg) |
| | 고추(붉은고추(홍고추))/친환경 (0.50kg) | 소금(꽃소금) (0.10kg) | 크림(생크림) (11.30kg) | [허니머스터드소스] | 토마토케첩/파우치포장 (3.00kg) |
| | 굴소스/국산 (0.60kg) | 식초(사과식초) (0.80L) | 포도(청포도)/친환경 (13.00kg) | 과즙음료(레몬) (0.60L) | 토마토페이스트 (6.00kg) |
| | 깨(참깨)/볶은것, 껍질제거(깎것) (0.30kg) | 양파/껍질제거(깎것) (6.30kg) | | 꿀(잡화꿀) (1.00kg) | 파슬리/말린것(건조) (0.01kg) |
| | 다시마/말린것(건조) (0.20kg) | 오이(가시오이)/친환경 (2.00kg) | | 드레싱(머스터드드레싱) (12.00kg) | 파프리카(노랑파프리카)/친환경 (4.00kg) |
| | 레몬/일반 (1.00kg) | 우유/대(大) (2.70L) | | 마요네즈(전란) (4.00kg) | 파프리카(녹색파프리카)/친환경 (4.00kg) |
| | 마늘/껍질제거(깎것), 꼭지제거 (0.30kg) | 유채씨유(카놀라유) (90.00L) | | 생수 (2.00L) | 파프리카(적색파프리카)/친환경 (4.00kg) |
| | 생강/친환경, 껍질제거(깎것) (0.60kg) | 전분(감자전분)/국산 (3.00kg) | | 소금(꽃소금) (0.10kg) | 파슬리/국산 (0.10kg) |
| | 설탕(원당, 마스코바도) (1.40kg) | 청주 (0.80L) | | 파슬리/국산 (0.10kg) | 피클(오이피클) (1.00kg) |
| | 셀러리/일반 (0.60kg) | 토마토(완숙토마토) (2.00kg) | | | |
| | 유채씨유(카놀라유) (379.30L) | 토마토케첩/파우치포장 (6.00kg) | | | |
| | 전분(감자전분)/국산 (1.40kg) | 튀김가루 (16.00kg) | | | |
| | 청주 (0.60L) | 파인애플 (2.00kg) | | | |
| | 콩고기(퓨렘) (57.00kg) | 후르츠락테일통조림 (1.65kg) | | | |
| | 큰느타리버섯(새송이버섯)/친환경 (9.50kg) | 후추(검은색) (0.01kg) | | | |
| | 파(대파)/껍질제거(깎것) (1.10kg) | [깍두기] | | | |
| | [열무김치] | 김치(깍두기) (30.00kg) | | | |
| | 김치(열무김치) (27.00kg) | | | | |
| | [푸딩젤리] | | | | |
| 푸딩(젤리푸딩) (59.00kg) | | | | | |

* 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