



# 가 정 통 신 문

발행부서 : 행정실

교무실 (062)672-1217  
 행정실 (062)672-1216  
 행정실FAX (062)671-8950  
 교무실FAX (062)671-0674

## 제 목 | 2019학년도 8월 급식 안내

학부모님의 가정에 행운과 건강이 늘 함께 하시길 기원합니다.

'2019학년도 급식 운영계획'에 의거 2019년 8월 급식비를 아래와 같이 고지하오니 학부모님께서는 CMS자동이체 은행 계좌에 2019년 8월 21일(수)까지 입금하여 주시기 바랍니다.

(자동이체계좌가 없으신 분은 행정실로 자동이체 출금 동의서 제출)

2019학년도부터 '고등학교 중식비 지원 계획'에 따라 고등학교 전학년 중식(방학중식 제외)이 무상급식으로 실시되며, 석식은 신청자에 한해 수익자(학부모) 부담으로 운영됩니다.

### 자동이체 출금일 : 8월 14일, 8월 19일, 8월 21일

#### ▶▶ 8월 급식비 내역 ◀◀

급식기간 : 2019.8.7.~2019.8.30.

학 년	구 분	식 수	단가	급식비	비 고
1학년	중 식	17	무상	무상	※ 학사일정에 따라 급식일이 변경될 수 있음.
	석 식	13	3,700	48,100	
2학년	중 식	17	무상	무상	
	석 식	13	3,700	48,100	
3학년	중 식	17	무상	무상	
	석 식	13	3,700	48,100	

★ 급식 시작일 5일 이후(공휴일 제외)부터는 추가 및 취소가 불가합니다.

2019년 8월 일

대광여자고등학교장



2019년 08월 식단표

대량아자고등학교

구분	월	화	수	목	금	토
				1	2	3
	* 식재료 원산지 정보 *					

1. 발반(죽+누룽지) : 국내산 2. 정육 : 국내산  
 3. 쇠고기 : 국내산(한우) 4. 돼지고기 : 국내산  
 5. 닭 : 국내산(전통종) 6. 오리 : 국내산  
 7. 달걀 : 국내산(무항생)  
 8. 배추김치 : 배추 : 국내산, 고춧가루 : 국내산  
 9. 식육가공품 : 국내산  
 10. 콩(두부, 콩국수, 콩버섯) : 국내산  
 11. 수산물 : 고등어, 국내산, 참조개, 국내산, 오징어, 국내산, 낙지, 국내산, 꽃게, 국내산, 갈치, 국내산, 정어, 국내산, 미꾸라지, 중국산, 코다리, 미꾸라지, 시어산, 열타, 미꾸라지, 시어산, 미꾸라지, 중국산

간강저키미의 첫걸음 "손 씻기"  
 질병의 원인인 세균과 바이러스는 70%이상이  
**수리의 손**을 통해 입과 코로 감염  
 "1830 손 씻기 운동"  
 (1일 8번 이상 30초 이상 손 씻기)  
 \*식사하기 전 꼭 손 씻기\*



점심	7(개학)		8	9	10
	간반없는 날	간반없는 날			
5	홍합국밥 5 소고기면국 5.6.13.16 돼지고기수육+초장 5.6.10.13 명양채(만드분음) 5.6.13 염무민양무침 5.6 배추김치 9.13 리얼에이드 5.13	홍합국밥 5 소고기면국 5.6.13.16 돼지고기수육+초장 5.6.10.13 명양채(만드분음) 5.6.13 염무민양무침 5.6 배추김치 9.13 리얼에이드 5.13	한미잡반밥 순두부계란국 1.5.13 까리보떡볶이 2.5.10.13 새우김치+참리사스 1.5.6.12.13 고구마대무침 5.6 배추김치 9.13	한미잡반밥 순두부계란국 1.5.13 까리보떡볶이 2.5.10.13 새우김치+참리사스 1.5.6.12.13 고구마대무침 5.6 배추김치 9.13	한미잡반밥 순두부계란국 1.5.13 까리보떡볶이 2.5.10.13 새우김치+참리사스 1.5.6.12.13 고구마대무침 5.6 배추김치 9.13
6	한미잡반밥 순두부계란국 1.5.13 까리보떡볶이 2.5.10.13 새우김치+참리사스 1.5.6.12.13 고구마대무침 5.6 배추김치 9.13	한미잡반밥 순두부계란국 1.5.13 까리보떡볶이 2.5.10.13 새우김치+참리사스 1.5.6.12.13 고구마대무침 5.6 배추김치 9.13	한미잡반밥 순두부계란국 1.5.13 까리보떡볶이 2.5.10.13 새우김치+참리사스 1.5.6.12.13 고구마대무침 5.6 배추김치 9.13	한미잡반밥 순두부계란국 1.5.13 까리보떡볶이 2.5.10.13 새우김치+참리사스 1.5.6.12.13 고구마대무침 5.6 배추김치 9.13	한미잡반밥 순두부계란국 1.5.13 까리보떡볶이 2.5.10.13 새우김치+참리사스 1.5.6.12.13 고구마대무침 5.6 배추김치 9.13

저녁	12		13	14	15	16	17
	간반없는 날	간반없는 날					
강정밥 아욱된장국 5.6.13 인양식물고기 12.6.10.16 오이양파무침 5.6.13 허트파이 1.2.5.6.13 배추김치 9.13	한미잡반밥 5 동육김치 5.9.10.13. 고구마대무침+소스 1 1.2.5.6.9.10.12.13.18. 두부구이+양념장 5.13 절이삼추무침 5.6 깍두기 9.13	한미잡반밥 5 동육김치 5.9.10.13. 고구마대무침+소스 1 1.2.5.6.9.10.12.13.18. 두부구이+양념장 5.13 절이삼추무침 5.6 깍두기 9.13	한미잡반밥 5 동육김치 5.9.10.13. 고구마대무침+소스 1 1.2.5.6.9.10.12.13.18. 두부구이+양념장 5.13 절이삼추무침 5.6 깍두기 9.13	한미잡반밥 5 동육김치 5.9.10.13. 고구마대무침+소스 1 1.2.5.6.9.10.12.13.18. 두부구이+양념장 5.13 절이삼추무침 5.6 깍두기 9.13	한미잡반밥 5 동육김치 5.9.10.13. 고구마대무침+소스 1 1.2.5.6.9.10.12.13.18. 두부구이+양념장 5.13 절이삼추무침 5.6 깍두기 9.13	한미잡반밥 5 동육김치 5.9.10.13. 고구마대무침+소스 1 1.2.5.6.9.10.12.13.18. 두부구이+양념장 5.13 절이삼추무침 5.6 깍두기 9.13	한미잡반밥 5 동육김치 5.9.10.13. 고구마대무침+소스 1 1.2.5.6.9.10.12.13.18. 두부구이+양념장 5.13 절이삼추무침 5.6 깍두기 9.13
참보리밥 콩나물국 5.13 치즈볼링 2.5.6.13.15 도토리묵무침 5.6.13 주리사 1.2.5.6.13 배추김치 9.13	한미잡반밥 5 동육김치 5.9.10.13. 고구마대무침+소스 1 1.2.5.6.9.10.12.13.18. 두부구이+양념장 5.13 절이삼추무침 5.6 깍두기 9.13	한미잡반밥 5 동육김치 5.9.10.13. 고구마대무침+소스 1 1.2.5.6.9.10.12.13.18. 두부구이+양념장 5.13 절이삼추무침 5.6 깍두기 9.13	한미잡반밥 5 동육김치 5.9.10.13. 고구마대무침+소스 1 1.2.5.6.9.10.12.13.18. 두부구이+양념장 5.13 절이삼추무침 5.6 깍두기 9.13	한미잡반밥 5 동육김치 5.9.10.13. 고구마대무침+소스 1 1.2.5.6.9.10.12.13.18. 두부구이+양념장 5.13 절이삼추무침 5.6 깍두기 9.13	한미잡반밥 5 동육김치 5.9.10.13. 고구마대무침+소스 1 1.2.5.6.9.10.12.13.18. 두부구이+양념장 5.13 절이삼추무침 5.6 깍두기 9.13	한미잡반밥 5 동육김치 5.9.10.13. 고구마대무침+소스 1 1.2.5.6.9.10.12.13.18. 두부구이+양념장 5.13 절이삼추무침 5.6 깍두기 9.13	한미잡반밥 5 동육김치 5.9.10.13. 고구마대무침+소스 1 1.2.5.6.9.10.12.13.18. 두부구이+양념장 5.13 절이삼추무침 5.6 깍두기 9.13

점심	19		20	21	22	23	24
	간반없는 날	간반없는 날					
한미잡반밥 양고기+통깨국 5.6.13 순살배추+콩+물찜 5.10.13 간지떡볶음 5.13 배추김치 9.13 키위	한미잡반밥 5 순두부떡볶이 1.5.9.10.13 고추냉이 5.6.7 배추김치 9.13 치즈아이스크림 2	한미잡반밥 5 순두부떡볶이 1.5.9.10.13 고추냉이 5.6.7 배추김치 9.13 치즈아이스크림 2	한미잡반밥 5 순두부떡볶이 1.5.9.10.13 고추냉이 5.6.7 배추김치 9.13 치즈아이스크림 2	한미잡반밥 5 순두부떡볶이 1.5.9.10.13 고추냉이 5.6.7 배추김치 9.13 치즈아이스크림 2	한미잡반밥 5 순두부떡볶이 1.5.9.10.13 고추냉이 5.6.7 배추김치 9.13 치즈아이스크림 2	한미잡반밥 5 순두부떡볶이 1.5.9.10.13 고추냉이 5.6.7 배추김치 9.13 치즈아이스크림 2	한미잡반밥 5 순두부떡볶이 1.5.9.10.13 고추냉이 5.6.7 배추김치 9.13 치즈아이스크림 2
참보리밥 등배김치 5.6.10.13 아미채(만드분음) 1.5 차기리겉튀김 5.6.13 소세기(저분음) 2.5.6.10.12.13 배추김치 9.13	한미잡반밥 5 순두부떡볶이 1.5.9.10.13 고추냉이 5.6.7 배추김치 9.13 치즈아이스크림 2	한미잡반밥 5 순두부떡볶이 1.5.9.10.13 고추냉이 5.6.7 배추김치 9.13 치즈아이스크림 2	한미잡반밥 5 순두부떡볶이 1.5.9.10.13 고추냉이 5.6.7 배추김치 9.13 치즈아이스크림 2	한미잡반밥 5 순두부떡볶이 1.5.9.10.13 고추냉이 5.6.7 배추김치 9.13 치즈아이스크림 2	한미잡반밥 5 순두부떡볶이 1.5.9.10.13 고추냉이 5.6.7 배추김치 9.13 치즈아이스크림 2	한미잡반밥 5 순두부떡볶이 1.5.9.10.13 고추냉이 5.6.7 배추김치 9.13 치즈아이스크림 2	한미잡반밥 5 순두부떡볶이 1.5.9.10.13 고추냉이 5.6.7 배추김치 9.13 치즈아이스크림 2

☆ 학교급식 안내 ☆

- 식사 전에는 개인위생을 위해 항상 손씻기를 생활화 합니다.
- 매뉴얼 뒤에 (전용)표시된 반찬은 추가 배식대 에서 제공하고 있습니다.
- 필요한 학생은 추가 배식대를 이용하시기 바랍니다.
- 우리학교는 **화환조미료 대신 천연 식재료(열차, 다시마, 무, 양파, 대파, 등)**를 사용하여 맛을 냅니다.
- 매주 **수요일** 중식은 '전반 없는 날' ,매주 **금요일** 중식은 '간장의 날'입니다.
- 음식을 먹을 만큼 배식 받아 남기지 않도록 합니다.
- 배식과 퇴식 시 정숙과 질서를 지켜 안전한 급식문화를 생활화합니다.
- 퇴식시 남은 전반은 한곳으로 모아서 전반통에 넣습니다.
- 배식도우미 학생은 위생장치마, 위생두건, 마스크를 꼭 착용하고 배식에 참여하도록 합니다.
- 우리학교 영양 기준량 **열량 800kcal(±10%), 단백질은 총 에너지의 7~20%, 칼슘 250mg** 이상
- 특이식품에 알레르기가 있는 학생은 미리 그날의 식단을 확인하여 (매뉴얼 옆 숫자로 표기되어 있음) 개별히 주의하시기 바랍니다.
- 위 식단은 학교사정과 시정성, 기후변동, 물가변동 등에 의해 변경될 수 있습니다.

- ☆ 알레르기 정보 ☆
- ① 난류 ② 우유
  - ③ 메밀 ④ 알콩
  - ⑤ 대두 ⑥ 밀
  - ⑦ 오징어 ⑧ 계
  - ⑨ 새우
  - ⑩ 돼지고기
  - ⑪ 복숭아
  - ⑫ 토마토
  - ⑬ 아황산염
  - ⑭ 호두 ⑮ 닭고기
  - ⑯ 쇠고기
  - ⑰ 오징어
  - ⑱ 조개류
- (콩, 전복, 홍합 등)