

WEEKLY LUNCH MENU 3월 중식메뉴



From 04/03/2024 - 08/03/2024

메뉴 Dish name		Monday (4)	Tuesday(5)	Wednesday(6)	Thursday(7)	Friday(8)
주찬 Main dish		김치참치덮밥&김가루(5) Kimchi and Tuna Rice	고추잡채&꽃빵 (5,6) Fried Pepper and Pork&Bread	안동찜닭 (5,15) Steamed Chicken and Soysauce	함박스테이크 (1,6,10,16) Hamburger steak	제육볶음 (5,10) Stir Fried Pork
부찬1 Side dish 1		어묵볶음 (5,6) Stir Fried Fishcake	짜장 (5,10) Black Bean Sauce	계란찜 (1) Steamed Egg	감자튀김 (5,6) Fried Potato	버섯전 (1,5,6) Mushroom Cake
부찬2 Side Dish 2	중고등 / 교직원 Others	케이준샐러드&머스타드 (1,5,6,15) Cajun Salad&Mustard	새우살브로콜리볶음 (9) Stir Fried Shrimp with Broccoli	파채무침 Seasoned Sliced Green Onion	코울슬로 (1,5) Coleslaw	김무침 (5) Seasoned Seaweed
	초등 Elementary Students			콩나물무침 (5) Seasoned Bean Sprout		
김치 Kimchi		배추김치 (9) Kimchi	배추김치 (9) Kimchi	배추김치 (9) Kimchi	깍두기 (9) Kohlrabi Kimchi	배추김치 (9) Kimchi
국 Soup		미역국 (5) Seaweed Soup	계란국 (1) Egg Soup	오징어묵국 (17) Squid and Radish Soup	양송이 스프 (6) Mushroom Soup	시금치 된장국 (5) Spinach Soybean Soup
밥 Rice		쌀밥 White Rice	쌀밥 White Rice	쌀밥 White Rice	쌀밥 White Rice	흑미밥 Black Rice
후식 Dessert		초코머핀 (1,2,6) Chocolate Muffin	과일 Fruit	요거트 (2) Yogurt	과일 Fruit	우유 (2) Milk

알레르기 유발 원재료 표시

1. 난류 2. 우유 3. 메밀 4. 팥콩 5. 대두 6. 밀 7. 고등어 8. 계 9. 새우 10. 돼지고기 11. 복숭아
12. 토마토 13. 아황산류 14. 호두 15. 닭고기 16. 쇠고기 17. 오징어 18. 조개류 19. 잣

※ 상기 식단은 식재료 수급 상황에 따라 변동될 수 있습니다.



WEEKLY LUNCH MENU 3월 중식메뉴



From 11/03/2024 - 15/03/2024

메뉴 Dish name		Monday (11)	Tuesday(12)	Wednesday(13)	Thursday(14)	Friday(15)
주찬 Main dish		돈육버섯불고기 (5,10) Mushroom Bulgogi	비빔밥&계란후라이 (1) Bibimbap&Fried Egg	돼지갈비찜 (10) Steamed Pork	고등어구이 (5,6) Grilled Mackerel	맛초킹탕수육 (5,10) Fried Pork
부찬1 Side dish 1		두부부침 (1,5,6) Fried Tofu	옥수수전 (5,6) Sweet Corn Pancake	고구마맛탕 (5) Fried Sweet Potato	베이컨 감자볶음 (5,10) Stir Fried Bacon and Potato	새우딤섬 (6,9) Shrimp Dimsum
부찬2 Side Dish 2	중고등 / 교직원 Others	오이무침 Seasoned Cucumber	연근조림 (5) Braised Lotus Root	무나물 (5) Seasoned Radish	된장배추무침 (5) Seasoned Cabbage Soybean Sauce	단무지 무침 Seasoned Pickled Radish
	초등 Elementary Students					단무지 Pickled Radish
김치 Kimchi		배추김치 (9) Kimchi	배추김치 (9) Kimchi	배추김치 (9) Kimchi	깍두기 (9) Kohlrabi Kimchi	배추김치 (9) Kimchi
국 Soup		복어김치국 (5,9) Dried Pollak and Kimchi Soup	콩나물국 (5) Bean Sprout Soup	멸치국수 (5,6) Anchovy Noodles	육개장 (15) Spicy Beef and Vegetables Soup	우삼겹 짬뽕 (9,16,17) Beef Spicy Seafood Noodles
밥 Rice		쌀밥 White Rice	쌀밥 White Rice	쌀밥 White Rice	쌀밥 White Rice	현미밥 Brown Rice
후식 Dessert		롤케이크 (1,2,6) Roll Cake	과일 Fruit	요거트 (2) Yogurt	과일 Fruit	라임에이드 Lime Aid

알레르기 유발 원재료 표시

1. 난류 2. 우유 3. 메밀 4. 팥콩 5. 대두 6. 밀 7. 고등어 8. 계 9. 새우 10. 돼지고기 11. 복숭아
12. 토마토 13. 아황산류 14. 호두 15. 닭고기 16. 쇠고기 17. 오징어 18. 조개류 19. 잣

※ 상기 식단은 식재료 수급 상황에 따라 변동될 수 있습니다.



WEEKLY LUNCH MENU 3월 중식메뉴



From 18/03/2024 - 22/03/2024

메뉴 Dish name		Monday (18)	Tuesday(19)	Wednesday(20)	Thursday(21)	Friday(22)
주찬 Main dish		돼지고기조림 (10) Braised Pork	순살로제찜닭 (1,2,5,12,15) Steamed Chicken and Rose Sauce	스팸마요덮밥 (1,5,10) Spam Mayonnaise Rice	해물볶음우동 (5,9,17,18) Stir Fried Seafood and Udon Noodles	돼지고기두루치기 (5,9,10) Stir Fried Pork and Kimchi
부찬1 Side dish 1		짜조 (5,10) Fried Spring roll	계란말이 (1,5) Rolled Egg	비빔만두 (1,6,10) Seasoned Dumpling and Vegetables	소고기가지볶음 (5,16) Stir Fried Beef and Eggplant	감자조림 (5,10) Braised Potato
부찬2 Side Dish 2	중고등 / 교직원 Others	줄기콩볶음 (5,18) Stir Fried Stem Beans	숙주나물 Seasoned Mung Bean Sprouts	들깨무나물 Fried Perilla Radish	시금치나물 Seasoned Spinach	브로콜리&초장 Broccoli&Pepper paste
	초등 Elementary Students					브로콜리볶음 (5) Stir Fried Broccoli
김치 Kimchi		배추김치 (9) Kimchi	배추김치 (9) Kimchi	배추김치 (9) Kimchi	배추김치 (9) Kimchi	깍두기 (9) Kohlrabi Kimchi
국 Soup		닭고기쌀국수 (15) Chicken Rice Noodles	어묵국 (6) Fishcake Soup	팽이버섯미소장국 (5) Mushroom Soybean Soup	김치찌개 (9) Pork Kimchi Soup	부대찌개 (5,9,10,13) Sausage Soup
밥 Rice		쌀밥 White Rice	쌀밥 White Rice	쌀밥 White Rice	쌀밥 White Rice	흑미밥 Black Rice
후식 Dessert		요구르트 (2) Yakult	과일 Fruit	요거트 (2) Yogurt	과일 Fruit	망고사과 (2) Mango Sakoo

알레르기 유발 원재료 표시

1. 난류 2. 우유 3. 메밀 4. 팥콩 5. 대두 6. 밀 7. 고등어 8. 계 9. 새우 10. 돼지고기 11. 복숭아
12. 토마토 13. 아황산류 14. 호두 15. 닭고기 16. 쇠고기 17. 오징어 18. 조개류 19. 잣

※ 상기 식단은 식재료 수급 상황에 따라 변동될 수 있습니다.



WEEKLY LUNCH MENU 3월 중식메뉴



From 25/03/2024 - 29/03/2024

메뉴 Dish name		Monday (25)	Tuesday(26)	Wednesday(27)	Thursday(28)	Friday(29)
주찬 Main dish		참깨열무보리비빔밥 Sesame and Yeolmu Kimchi Bibimbap	우삼겹떡볶이 (5,6) Beef Tteokbokki	해물파전 (5,6,9,17) Seafood and Green Onion Pancake	콩나물불고기 (5,10) Soybean Sprouts Bulgogi	소세지야채볶음 (5,10) Fried Sausage
부찬1 Side dish 1		소불고기 (16) Stir Fried Beef with Soy sauce	어묵튀김 (5,6) Fried Fishcake	멸치볶음 (5) Stir Fried Anchovies	참치계란전 (1,5,6) Fried Tuna and Egg Cake	두부조림 (5,16) Braised Tofu
부찬2 Side Dish 2	중고등 / 교직원 Others	느타리버섯볶음 (5) Stir Fried Mushroom	베이컨 시저샐러드 (1,2,5,6,10) Bacon Caesar Salad	매콤 청경채나물 Spicy Seasoned Bok Choy	양배추찜&쌈장 (5) Steamed Cabbage&Ssamjang	연근흑임자샐러드 (1,5) Lotus Root and Black Sesame Dressing
	초등 Elementary Students			청경채나물 Seasoned Bok Choy		
김치 Kimchi		배추김치 (9) Kimchi	배추김치 (9) Kimchi	깍두기 (9) Kohlrabi Kimchi	배추김치 (9) Kimchi	겉절이김치 (9) Kimchi
국 Soup		콩나물국 (5) Bean Sprouts Soup	우동국 Udon Soup	돼지국밥 (10) Pork Soup	된장아욱국 (5,9) Soybean Soup	칼국수 (6) Korean Noodles
밥 Rice		보리밥 Barley Rice	쌀밥 White Rice	쌀밥 White Rice	쌀밥 White Rice	쌀밥 White Rice
후식 Dessert		마들렌 (1,2,6) Madeleine	과일 Fruit	요구르트 (2) Yakult	과일 Fruit	요거트 (2) Yogurt

알레르기 유발 원재료 표시

1. 난류 2. 우유 3. 메밀 4. 팥콩 5. 대두 6. 밀 7. 고등어 8. 계 9. 새우 10. 돼지고기 11. 복숭아
12. 토마토 13. 아황산류 14. 호두 15. 닭고기 16. 쇠고기 17. 오징어 18. 조개류 19. 잣

※ 상기 식단은 식재료 수급 상황에 따라 변동될 수 있습니다.

