

★ 12월 석식 단표 ★



대건고등학교

월	화	수	목	금
12월 01일	12월 02일	12월 03일	12월 04일	12월 05일
현미밥 무채국 5.13 고추장불고기 5.6.10.13 오징어바&초간장 5.13.17 향채소나물 5.13 포기김치 9.13	장각삼계탕 13.15 백미밥 만두강정 5.6.10.13 부추생채 5.13 포기김치 9.13 요구르트 2.13	귀리밥 마라탕 1.2.5.6.10.13.15 허니버터순살치킨 5.6.13.15 감자채파망볶음 5.13 포기김치 9.13 방울토마토 12	혼합잡곡밥 순두부찌개 5.10.13 닭갈비 5.6.13.15 멸치조림 5.13 포기김치 9.13 밀감	가쓰오유부우동 5.6.13 미니밥 생선까스&탈탈소스 1.2.5.6.12.13 봄동겉절이 5.13 깍두기 9.13 청포도주스 13
에너지	단백질	칼슘	철	에너지
920.55	37.96	82.69	4.93	942.12
12월 06일	12월 07일	12월 08일	12월 09일	12월 10일
920.55	37.96	82.69	4.93	942.12
12월 11일	12월 12일	12월 13일	12월 14일	12월 15일
920.55	37.96	82.69	4.93	942.12
12월 16일	12월 17일	12월 18일	12월 19일	12월 20일
920.55	37.96	82.69	4.93	942.12
12월 21일	12월 22일	12월 23일	12월 24일	12월 25일
920.55	37.96	82.69	4.93	942.12
12월 26일	12월 27일	12월 28일	12월 29일	12월 30일
920.55	37.96	82.69	4.93	942.12
12월 31일				



기말고사



12월 15일	12월 16일	12월 17일	12월 18일	12월 19일
에너지	단백질	칼슘	철	에너지
현미밥 북엇국 5.13 불향돼지불고기 5.10.13 마파두부 5.10.13 와사비쌈무 13 포기김치 9.13	눈꽃치즈스파게티 1.2.5.6.10.12.13 브로콜리크림스프 2.6.13 미니밥 함박스테이크 15.6.10.12.13 케요네즈샐러드 1.5.12.13 깍두기 9.13 / 밀감	기장밥 들깨미역국 5.13 돈육장조림 5.10.13 한식잡채 5.6.13 포기김치 9.13 바나나	백미밥 팽이버섯계란국 1.5.13 짜장소스 5.6.10.13 후르츠탕수육 5.6.10.12.13 오이생채 5.13 포기김치 9.13 / 크리스피롤 1.2.3.5.6.13	가즈등 1.2.5.6.10.13 유부장국 5.6.13 진미채볶음 5.13.17 오리엔탈콘샐러드 1.5.13 포기김치 9.13 파인애플푸딩 13
에너지	단백질	칼슘	철	에너지
871.78	46.33	257.62	8.03	947.62
12월 22일	12월 23일	12월 24일	12월 25일	12월 26일
871.78	46.33	257.62	8.03	947.62
12월 29일	12월 30일	12월 31일		



2025년도 수고 많으셨습니다.
즐거운 겨울방학 보내세요~

★ 원산지 정보★	쌀, 죽, 누룽지(국내산), 김치(배추&고춧가루:국내산), 돼지고기(국내산), 소고기(한우), 닭고기(국내산), 콩(두부, 콩비지, 콩가루:수입산), 식육가공품(국내산), 새우(수입산), 오징어(국내산), 생선까스(수입산)
★ 알레르기 정보★	① 난류(가금류) ② 우유 ③ 메밀 ④ 땅콩 ⑤ 대두 ⑥ 밀 ⑦ 고등어 ⑧ 게 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기 ⑪ 복숭아 ⑫ 토마토 ⑬ 아황산염 ⑭ 호두 ⑮ 닭고기 ⑯ 쇠고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조개류(전복, 홍합포함) ⑲ 짓