



“한국의 창을 열고 세계를 누벼라!”

SKIS 교육통신

Singapore Korean International School

발행번호: 230829-43

대 상: 전체

담 당: 김현아

문의처: 6741-0778

<2023학년도 9월 메뉴 안내>

안녕하십니까? 학부모님과 학생 여러분의 많은 관심과 협조에 항상 감사드립니다.

2023학년도 9월 메뉴를 발송해 드리오니 참고하시기 바랍니다.

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
	4	5	6	7	8
아침	주먹밥①⑥	주먹밥①⑥	주먹밥①⑥	주먹밥①⑥	주먹밥①⑥
점심	브라운쌀밥 무채국⑤⑥ 닭도리탕 ⑤⑥⑬ 콩콩볶음⑤⑥ ⑩ 배추김치⑨ 포도	녹두밥 짜장국⑥⑦⑧⑩ 탕수육⑥⑩ 시금치무침 배추김치⑨ 방울토마토⑫	쌀밥 떡국①⑥ 미트볼고구마 조림②⑥⑬ 어묵볶음⑥ 배추김치⑨ 배	흑미밥 유부된장국 ⑤⑥ 제육볶음⑥⑩ 찐양배추& 쌈장⑤⑥ 배추김치⑨ 수박	쌀밥 중국식게살계란 탕①⑧ 마라상귀 ⑤⑥⑩⑬ 초등학생회 손만두찜⑥ 단무지 아이스크림②
저녁	쌀밥 유부된장국 ⑤⑥ 연어구이& 소스②⑥ 가지피자 ⑥⑩⑫ 깍두기⑨	쌀밥 칼국수⑥ 보쌈⑩ 상추&쌈장 ⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 부추계란국① 갈비치킨⑥⑬ 새우전호박볶음⑨ 배추김치⑨	쌀밥 크림스프②⑥ 소고기스테이크&소스⑥⑬ 감자튀김& 케찹⑥⑫ 양상추샐러드 ①⑥	
	11	12	13	14	15
아침	주먹밥①⑥	주먹밥①⑥	주먹밥①⑥	주먹밥①⑥	주먹밥①⑥
점심	완두콩밥 청국장찌개 ⑤⑥⑨ 돈육감자조림 ⑥⑬ 메밀국수③⑥ 무말랭이무침 ⑨ 파인애플	브라운쌀밥 다시마감자국 ⑤⑥ 닭살양배추볶음⑥⑬ 계란찜① 배추김치⑨ 멜론	영양밥& 양념장⑤⑥ 콩나물국⑤ 온두부⑤ 도시락김⑤ 김치볶음⑨ 오렌지	흑미밥 참치김치찌개 ⑤⑥⑨ 돈육된장불고기⑤⑥⑩ 청경채새우살 볶음⑥⑨ 깍두기⑨ 바나나	쌀밥 설렁탕⑥⑩⑬ 김치고등어조림 ⑥⑦⑨ 가지볶음⑥ 깍두기⑨ 사과
저녁	쌀밥 갈비탕⑥⑬ 케찹소세지떡볶음⑥⑫⑬ 조미김가루⑤ 배추김치⑨	쌀밥 콩치캔추어탕⑥ 돈육불고기⑥⑩ 상추&쌈장⑤⑥ 배추김치⑨	투움바파스타②⑥⑨ 시저샐러드①⑥⑩ 배추김치⑥ 마늘빵⑥	쌀밥 호박감자된장국⑤⑥ 닭김치볶음⑥⑬ 스크램블에그① 깍두기⑨	
	18	19	20	21	22
아침	주먹밥①⑥	주먹밥①⑥	주먹밥①⑥	주먹밥①⑥	주먹밥①⑥
점심	브라운쌀밥 시금치된장국	검정콩밥⑤ 감자탕⑤⑥⑩	쌀밥 야채스프②⑥	완두콩밥 순두부찌개⑤	쌀밥 우동⑥⑧-초등

	⑤⑥ 오징어묵살볶음 ⑥⑩⑪⑫ 멸치조림⑥ 배추김치⑨ 포도	소세지야채볶음 ⑥⑫⑮ 스크램블에그 ① 연근조림⑥ 방울토마토⑫	치킨까스&소스 ⑥⑮ 푸실리샐러드 ⑥ 배추김치⑨ 크림퍼프②⑥	⑥⑮ 안동찜닭 ⑤⑥⑮ 브로콜리&초장⑥ 배추김치⑨ 수박	학생회 새우튀김&케찹 ⑥⑧ 도토리묵야채무침⑥ 배추김치⑨ 배
저녁	쌀밥 동태찌개⑤ 감자전⑥⑩ 다시마&초장⑥ 배추김치⑨	쌀밥 청국장찌개⑤ ⑥⑨ 콩달콩달⑥⑮ 가지무침⑥ 배추김치⑨	쌀밥 북어콩나물국⑤ 오꼬노미야끼①⑥ 두부조림⑤⑥ 배추김치⑨	햄계란볶음밥①⑩ 어묵국⑤⑥ 쫄면야채무침⑥ 고구마맛탕⑥ 배추김치⑨	
	25	26	27	28	29
아침	주먹밥①⑥	주먹밥①⑥	주먹밥①⑥	주먹밥①⑥	추석
점심	브라운쌀밥 호박감자된장국⑤⑥ 비빔만두⑥⑩ 미역줄기볶음 배추김치⑨ 파인애플	흑미밥 닭개장⑥⑮ 연어구이&소스①②⑥ 스룽비볶음 각두기⑨ 멜론	김밥볶음밥⑤⑧ 미역된장국⑤⑥ 떡볶이②⑥ 두부강정⑤⑥ 배추김치⑨ 오렌지주스	쌀밥 팽이된장국⑤⑥ 돼지갈비찜⑥⑩ 잡채⑥ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨ 송편	
저녁	쌀밥 순두부국①⑤⑥ 돈육볶음⑥⑩ 시금치무침 배추김치⑨	김치볶음밥⑨ 냉면①⑥⑫ 만두찜⑥ 무초절임	불닭죽⑥⑮ 두부강정⑤⑥ 연근조림⑥ 배추김치⑨	쌀밥 참치김치찌개⑤⑥⑨ 닭고구마조림⑥⑮ 콩자반⑥ 깍두기⑨	
식재료 원산지 안내					
식육가공품: 미트볼-싱가포르산 만두-한국산 치킨너겟-태국산 소고기, 돼지고기, 닭고기-뉴질랜드, 유럽산, 브라질산 배추김치-HACCP인증, 중국산 깍두기-직접담금			오징어-칠레산 쌀-베트남산		
*우리학교는멸치, 다시마, 야채로만든육수로맛을내고있습니다. *매주 수요일은 잔반 없는 날을 권장합니다. *식단은시장물가변동과사정에따라약간변동될수있음을알려드립니다.					
*알레르기정보-		①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기 ⑪복숭아⑫토마토 ⑬아황산류⑭호두⑮닭고기⑯쇠고기⑰오징어⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함)등의식품에특징을 보이는학생은급식시각별한주의를부탁드립니다.			

2023년 8월 31일
싱가포르 한국 국제 학교