



“한국의 창을 열고 세계를 누벼라!”

SKIS 교육통신

Singapore Korean International School

발행번호: 220531-29

대 상: 전체

담 당: 김현아

문의처: 6741-0778

<2022학년도 6월 메뉴 안내>

안녕하십니까? 학부모님과 학생 여러분의 많은 관심과 협조에 항상 감사드립니다.

2022학년도 6월 메뉴를 발송해 드리오니 참고하시기 바랍니다.

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
			1	2	3
점심			쌀밥 짜장국 ⑥⑦⑧ 치킨가스스스 ⑥⑫ 가지볶음 ⑥ 배추김치 ⑨ 오렌지	보리밥 매콤콩나물국 ⑤⑥ 돈육볶음 ⑤⑥⑩ 도시락김 ⑤ 배추김치 ⑨ 사과	베이컨마늘볶음밥 ①⑩ 유부된장국 ⑤⑥ 새우튀김&케찹 ①⑥⑨ 스크램블에그 ① 깍두기 ⑨ 멜론
저녁			쌀밥 부대찌개 ⑤⑥⑨⑩⑫ 고등어구이 ⑦ 계란찜 ① 깍두기 ⑨	잡채밥 ⑥ 소고기우육국 ⑤⑥⑫ 간장치킨 ①⑥⑫ 단무지 배추김치 ⑨	
	6	7	8	9	10
점심	브라운쌀밥 버섯찌개 ⑤⑥ 소고기청경채볶음 ⑤⑥⑫ 매콤김치조림 ⑥ 배추김치 ⑨ 수박	누두밥 닭개장 ⑥⑫ 연어구이&타르타르 ①⑥ 상추오이무침 배추김치 ⑨ 파인애플	쌀밥 로제파스타 ②⑤⑥ 단호박크림스프 ②⑥ 가리비튀김 ⑥⑩ 양상추샐러드&소스 ①⑥⑫ 배추김치 ⑨ 바나나	쌀밥 돼지국밥 ⑥⑩⑫ 간장치킨 ⑥ 매콤두부강정 ⑤⑥ 깍두기 ⑨ 방울토마토 ⑫	쌀밥 돈육김치찌개 ⑤⑥⑩ 미트볼조림 ②⑥⑫ 콩나물무침 ⑤ 조미김가루 ⑤ 아이스크림 ②
저녁	참치김밥 ①⑥⑧ 동양라면 ⑥⑨ 치즈떡볶이 ②⑥ 배추김치 ⑨	쌀밥 매콤김치찌개 ⑤⑥⑨ 오향장육 ⑤⑥⑩ 카일란마늘볶음 ⑥ 고추장 ⑥	쌀밥 콩나물국 ⑤⑥ 닭고구마조림 ⑥⑫ 계란통비빔밥 ①⑤⑥ 배추김치 ⑨	쌀밥 유부된장국 ⑤⑥ 피쉬앳츠 ⑥ 양배추샐러드 ①⑥ 배추김치 ⑨	
	13	14	15	16	17
점심	흑미밥 오징어무국 ⑤⑥⑦ 치즈닭갈비 ②⑥⑫ 맛살순두부찜 ⑧ 배추김치 ⑨ 포도	보리밥 시금치된장국 ⑤⑥ 돈육양배추볶음 ⑤⑥⑩ 매콤미역줄기볶음 ⑤⑥⑩ 배추김치 ⑨ 배	김밥볶음밥 ①⑤⑧ 어묵국 ⑤⑥ 줄면무침 ⑤⑥ 집계맛살튀김 ⑤⑥⑧ 단무지 ⑤⑥ 치즈케이크 ①②	팔밥 들깨대파수제비국 ⑥ 온두부 ⑤ 천사채샐러드 ①⑥⑧ 김치볶음 ⑨ 사과	쌀밥 해물순두부찌개 ⑤⑥⑦⑩ 안동찜닭 ⑤⑫ 시금치무침 배추김치 ⑨ 오렌지
저녁	쌀밥 짜장면 ⑤⑥⑩ 순만두찜 ⑤⑥⑩ 단무지 배추김치 ⑨	쌀밥 맑은콩나물국 ⑤⑥ 키리치킨 ⑥⑫ 가지탕수육 ⑥ 배추김치 ⑨	쌀밥 육개장 ⑥⑩ 부추장떡 ①⑤⑥ 감자조림 ⑥ 깍두기 ⑥	청경채부추새우덮밥 ⑥⑨ 중국식계란탕 ⑤⑥ 고구마맛탕 ⑥ 배추김치 ⑨	
	20	21	22	23	24
점심	검은콩밥 감자탕 ⑥⑩ 간소생선 ①⑤⑥⑫ 베이컨통비빔밥 ⑤⑥⑩ 깍두기 ⑨ 마카롱 ①⑥	브라운쌀밥 떡국 ① 오징어삼겹살볶음 ⑤⑩⑫ 상추&쌈장 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ 멜론	하이라이스 ⑤⑥⑩ 팽이된장국 ⑤⑥ 김밥이튀김 ⑥ 단무지 배추김치 ⑨ 수박	완두콩밥 ⑤ 호박새우전국 ⑤⑥⑨ 김치등뼈찜 ⑥⑨⑩ 흑임자연근샐러드 ①⑥ 청경채무침 ⑨ 파인애플	쌀밥 감자스프 ①②⑥ 소고기스테이크 ⑤⑥⑫ 라따뚜이 ①⑥⑫ 배추김치 ⑨ 바나나
저녁	쌀밥 닭봉닭죽 ⑫ 잡채 ⑤⑥ 오이소박이 배추김치 ⑨	고추참치비빔밥 ⑤⑥ 다시마감자국 ⑤ 팥콘치킨 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ 후식	쌀밥 두부김치찌개 ⑤⑥⑨ 돈육계란장조림 ①⑥⑩ 도토리묵무침 ⑥ 배추김치 ⑨	쌀밥 칼국수 ⑥⑫ 비빔만두 ⑤⑥⑩ 단무지 배추김치 ⑨	
	27	28 M&H EXAM	29 M&H EXAM	30 M&H EXAM	
점심	흑미밥 만두국 ⑥ 소세지떡강정 ⑤⑥⑫ 계란찜 ① 배추김치 ⑨ 방울토마토 ⑫	쌀밥 들깨배추된장국 ⑤⑥ 돈육콩나물볶음 ⑤⑥⑩ 어묵볶음 ⑥ 깍두기 ⑨ 포도	김치찌개볶음밥 ②⑤⑨ 맑은콩나물국 ⑤⑥ 치킨너겟&케찹 ⑤⑥⑫ 코울슬로 ①⑥ 깍두기 ⑨ 배	쌀밥 복어무국 ⑤ 닭볶음탕 ⑤⑥⑫ 브로콜리무침 배추김치 ⑨ 오렌지	

식재료 원산지 안내

식육가공품: 미트볼-싱가포르산 만두-한국산 치킨너겟-태국산
소고기, 돼지고기, 닭고기-뉴질랜드, 유럽산, 브라질산
배추김치, 깍두기-직접 담금

수산물: 연어-노르웨이산 오징어-칠레산
쌀-베트남산

*우리학교는 멸치, 다시마, 야채로만든 육수로 맛을 내고 있습니다.
*식단은 시장물가 변동과 사정에 따라 약간 변동될 수 있음을 알려드립니다.

*매주 수요일은 잔반 없는 날을 권장합니다.

*알레르기 정보-

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토
⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 등의 식품에 특이 반응을 보이는 학생은 급식시 각별한 주의 부탁드립니다.

2022년 5월 31일

싱가포르 한국국제학교

Singapore Korean International School