



“한국의 창을 열고 세계를 누벼라!”

SKIS 교육통신

Singapore Korean International School

발행번호: 220929-26

대 상: 전체

담 당: 김현아

문의처: 6741-0778

<2022학년도 10월 메뉴 안내>

안녕하십니까? 학부모님과 학생 여러분의 많은 관심과 협조에 항상 감사드립니다.

2022학년도 10월 메뉴를 발송해 드리오니 참고하시기 바랍니다.

	Mon 3	Tue 4	Wed 5	Thu 6	Fri 7
점심	개천절	흑미밥 떡국① 소고기양배추볶음⑥⑩ 사과오이무침⑥ 배추김치⑨ 오렌지	콩나물밥&양념장⑤⑥⑩ 청국장찌개⑤⑥⑨ 치즈오징어볶음②⑥⑦ 멸치조림⑥ 깍두기⑨ 용과	브라운쌀밥 두부계란국①⑤ 돈육짜장볶음⑥⑩ 청경채볶음⑥ 무말랭이무침 포도	쌀밥 돼지국밥⑥⑩ 생선까스&타르타르①⑥ 잡채⑥ 배추김치⑨ 바나나
저녁		참치김치고추장파스타⑥⑨⑫ 도미아피자②⑥⑩ 소세지구이&머스타드⑥⑩ 양상추샐러드&소스⑫	쌀밥 맑은순두부국⑤⑥⑨⑫ 닭오브구이⑥⑫ 매콤어묵볶음⑥ 배추김치⑨	쌀밥 마라한파⑤⑥⑫⑬ 집계맛살튀김⑥⑧ 단무지 후식	
	10	11	12	13 M&H EXAM	14 M&H EXAM
점심	녹두밥 다시마감자국⑤⑥ 로제치킨②⑥⑫⑬ 어묵볶음⑥ 배추김치⑨ 사과	팔밥 오징어무국⑤⑥⑦ 간장돼지불고기⑥⑩ 가지그라탕②⑥⑫ 배추김치⑨ 수박	검은콩밥⑤ 돈육김치찌개⑤⑥⑨⑫ 해물볶음우동⑥⑦⑫ 팝콘치킨&케찹⑥⑫⑬ 깍두기⑨ 파인애플	쌀밥 수제비국⑥ 미트볼조림②⑥⑫ 참치호박볶음 배추김치⑨ 포도	햄계란볶음밥①⑩ 콩나물국⑤⑥ 가리비튀김&케찹⑥⑧⑫ 김가루⑤ 배추김치⑨ 오렌지
저녁	가츠동①⑥⑩ 유부된장국⑤⑥ 오꼬노미야끼⑥⑨⑫⑬ 배추김치⑨	쌀밥 부추계란국① 두부구이&양념장⑤⑥ 김말이튀김⑥ 배추김치⑨	닭봉닭족⑫ 호박감자전⑥ 골뱅이오이무침&소면⑥ 배추김치⑨		
	17 M&H EXAM	18 M&H EXAM	19	20	21
점심	쌀밥 브로콜리크림스프②⑥ 치즈함박스테이크②⑥⑫ 매쉬포테이토② 시저샐러드①⑥⑩ 배추김치⑨ 팬케이크&딸기잼①⑥	쌀밥 팽이버섯된장국⑤⑥ 당수육⑥⑩ 마파두부⑤⑥⑩ 배추김치⑨ 바나나	비빔밥&고추장⑤⑥⑩ 미역국 고구마맛탕 계란찜① 배추김치⑨ 수박	완두콩밥 감자탕⑤⑥⑩ 고등어구이⑦ 쫄면무침⑤⑥ 깍두기⑨ 방울토마토⑫	쌀밥 설렁탕⑥⑫ 닭강정⑥⑫ 강콩볶음⑥⑫ 깍두기⑨ 아이스크림②⑥
저녁			쌀밥 참치김치찌개⑤⑥⑨ 케찹소세지떡볶음⑥⑫⑬ 가지무침⑥ 도시락김⑤	메밀비빔국수③⑤⑥ 돼지고기수육⑩ 상추&쌈장⑤⑥ 배추김치⑨	
	31				
점심	보리밥 다시마감자국⑤ 돈육콩나물볶음⑥⑩ 브로콜리샐러드①⑥ 배추김치⑨ 야쿠르트②				
저녁	나시고랭①⑥⑨ 베트남쌀국수⑥⑩ 스프링롤&칠리소스⑥ 아시안샐러드①⑥ 배추김치⑨				
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,야채로만든육수로맛을내고있습니다. *식단은시장물가변동과사정에따라약간변동될수있을것을알려드립니다.			*매주 수요일은 잔반 없는 날을 권장합니다.		
*알레르기정보-		①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀⑦고등어⑧계⑨새우⑩돼지고기⑪복숭아⑫토마토 ⑬야생산류⑭호두⑮닭고기⑯쇠고기⑰오징어⑱조개류(굴,전복,홍합포함)등의식품에특징을 보이는학생은급식시각별한주의를부탁드립니다.			

2022년 9월 30일

싱가포르 한국국제학교