



“한국의 창을 열고 세계를 누벼라!”

SKIS 교육통신

Singapore Korean International School

발행번호: 260225-30

대 상: 전교생

담 당: 김현아

문의처: 6741-0778

<2026학년도 3월 메뉴 안내>

안녕하십니까? 학부모님과 학생 여러분의 많은 관심과 협조에 항상 감사드립니다.

2026학년도 3월 메뉴를 참고하시기 바랍니다.

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
	2 G1 X	3	4	5	6
점심	쌀밥 떡국① 돈육고구마조림⑤⑥⑩ 오이양배추무침 배추김치⑨ 파인애플	쌀밥 유부된장국⑤⑥ 고등어구이⑦ 순두부⑤ 김치볶음⑨	카레라이스②⑥⑩ 부추계란국①⑤ 치킨너겟&케첩⑥⑫⑮ 단무지 배추김치⑨ 오렌지	쌀밥 시금치된장국⑤⑥ 닭살김치볶음⑥⑨⑮ 콩나물무침⑤ 깍두기⑨	쌀밥 감자탕⑤⑥⑩ 잡채⑤⑥ 가지볶음⑤⑥ 무말랭이무침 방울토마토
	9	10	11	12	13
점심	쌀밥 버섯찌개⑤⑥ 돈육볶음⑥⑩⑫ 숙주무침 배추김치⑨ 사과	쌀밥 다시마감자국⑤⑥ 닭살양배추볶음⑤⑥⑮ 조미김가루 배추김치⑨	콩나물밥&양념장⑤⑥ 순두부국⑤⑥ 소세지피망볶음⑥⑫⑮ 배추김치⑨ 바나나	쌀밥 닭죽⑮ 비빔만두⑤⑥ 청경채볶음⑥ 배추김치⑨	쌀밥 미역된장국⑤⑥ 오징어야채볶음⑤⑥⑦ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨ 포도
저녁			쌀밥 팽이된장국⑤⑥ 훈제오리야채볶음⑤⑥ 계란찜① 배추김치⑨	쌀밥 떡국① 제육볶음⑤⑥⑩ 상추&쌈장⑤⑥ 배추김치⑨	짜장면⑥⑩ 탕수육⑥⑩ 단무지 배추김치⑨
	16	17	18	19	20
점심	완두콩밥 닭가슴살⑤⑥⑮ 감말이튀김⑥ 감자조림⑤⑥ 배추김치⑨ 수박	쌀밥 호박감자된장국⑤⑥ 돈육콩나물볶음⑤⑥⑩ 계란찜① 배추김치⑨	쌀밥 두부김치국②⑥⑨ 까르보나라파스타②⑥⑩ 감자튀김&케첩⑥⑫⑮ 양상추샐러드&소스②⑥ 초코파이⑥	쌀밥 어묵국⑤⑥ 마라상귀⑤⑥⑩⑮ 만두찜⑥ 배추김치⑨	쌀밥 잔치국수①⑥ 스프링롤⑥ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨ 배
저녁	쌀밥 감자탕⑤⑥⑩ 해물파전⑥⑨⑪ 시금치무침 배추김치⑨	쌀밥 어묵우동⑥⑧ 새우튀김&케첩⑥⑨⑫ 양배추샐러드①⑥ 배추김치⑨	쌀밥 북어무국⑤ 미트볼조림⑥⑫⑮ 브로콜리샐러드①⑥ 배추김치⑨	카레라이스②⑥⑩ 콩나물국⑤ 스크램블에그① 배추김치⑨	쌀밥 시금치된장국⑤⑥ 오징어떡볶음⑤⑥⑦ 계란찜① 배추김치⑨
	23	24	25	26	27
점심	쌀밥 두부계란국①⑤ 돈육자장볶음⑤⑥⑩ 강콩볶음⑥ 배추김치⑨ 방울토마토	흑미밥 수제비국⑤⑥ 마파두부⑤⑥⑩ 어묵볶음⑤⑥ 배추김치⑨	김치볶음밥⑨ 팽이된장국⑤⑥ 새우튀김⑥⑨ 떡볶이⑤⑥ 단무지 아이스크림	쌀밥 오징어무국⑤⑥⑦ 새우튀김⑥⑨ 안동찜닭⑤⑥⑮ 통빈볶음⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 배추된장국⑤⑥ 생선가스&소스②⑥ 안동찜닭⑤⑥⑮ 브로콜리무침 무말랭이무침 파인애플
저녁	김가루수제비 해물라면⑥⑨⑪ 단무지 배추김치⑨	쌀밥 부추계란국① 닭고구마조림⑤⑥⑮ 느타리호박볶음⑨ 배추김치⑨	쌀밥 버섯찌개⑤⑥ 돈육감자조림⑤⑥⑩ 숙주무침 배추김치⑨	돼지국밥⑥⑩⑫ 김치전⑥⑨ 사과오이무침 무말랭이무침	투유바파스타②⑥⑨ 시저샐러드①⑥⑩ 배추김치⑨ 마늘빵②⑥
	30	31			
점심	브라운쌀밥 무채국⑤⑥ 치즈달걀비⑤⑥⑮ 시금치무침 배추김치⑨ 아구르토②	비빔밥&고추장소스⑤⑥⑩ 미역국 스크램블에그① 배추김치⑨			
저녁	쌀밥 감자수제비국⑥ 고등어무조림⑥⑦ 코울슬로①⑥ 배추김치⑨	쌀밥 크림스프②⑥ 소고기패티&소스⑥⑫ 감자튀김&케첩⑥⑫ 배추김치⑨			

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

*우리학교는 멸치, 다시마,야채로만든육수로 맛을내고있습니다.

*매주 수요일은 잔반 없는 날을 권장합니다. *식단은 시장 물가 변동과 사정에 따라 약간 변동될 수 있음을 알려드립니다.

*알레르기정보-
①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합포함)등의 식품에 특정을 보이는 학생은 급식시 각별한주의를 부탁드립니다.

2026년 3월 2일

싱가포르 한국국제학교