2026년 11월 2주 급식식단표

	월	화	수	목	금	토	일
	11/9	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15
사랑주는조식	율무밥 콩가루배추국 돼지고기두루치기 마늘쫑햄볶음 가지나물 깍두기	차조밥 오징어무국 찜닭 감자채볶음 짜요짜요 포기김치	혼합잡곡밥 곰탕*소면사리 고등어묵은지찜 잡채말이어묵조림 짜요짜요 석박지	수수밥 한우우거지국 너비아니*파채 계란찜 참나물무침 깍두기	뿌리채소영양밥 아욱된장국 스팸두부구이 양배추햄볶음 구이김*양념장 깍두기		
	쇠고기야채죽/흰죽	크림스프/흰죽	단팥죽/흰죽	브로콜리스프/흰죽	양송이스프/흰죽		
	미니바나나빵 오레오오즈 콘후레이크/아몬드후레이크 우유 포도	미니스콘*딸기잼 코코볼 콘후레이크/아몬드후레이크 우유 사과	사과파이 후르트링 콘후레이크/아몬드후레이크 우유 바나나	에그타르트 크리치오 아몬드후레이크/콘후레이크 우유 단감	프레즐 그래놀라 콘후레이크/아몬드후레이크 우유 오렌지		
행복주는중식	귀리밥 콩나물김치국 연어스테이크*레몬*소스 단호박크림뇨끼 라디치오샐러드*발사믹D 깍두기	짬뽕파스타 미소국/추가밥 목살스테이크*구운야채*소스 시저샐러드*시저D 오이피클 김치볶음	탄탄면 추가밥 레몬크림탕수육 베이컨숙주볶음 * 깍두기	반마리옛날치킨 미니참치마요비빔밥 미니우동 미트소스분모자 양배추샐러드*사우전D 치킨무/포기김치	구운치킨마요덮밥 돈육김치찌개 맥앤치즈수제핫도그 명엽채볶음 리코타치즈샐러드*포도D 깍두기		
	짬뽕죽/흰죽	옥수수스프/흰죽	야채스프/흰죽	단호박죽/흰죽	순두부계란죽/흰죽		
	* 딸기사고	홍시 *	배 초코빼로떡	포도 메세지초코카드	멜론 에너지랑오렌지&파인애플		
기쁨주는석식	현미밥 순두부맑은국 찹쌀누룽지김치치즈닭 오징어실채볶음 시금치나물 포기김치	흑미밥 계란파국 대패삼겹구이 짜장범벅 망고샐러드*망고D 파김치	참치야채비빔밥*초고추장 된장찌개 반반치킨 고구마볼*시즈닝 콘샐러드 포기김치	기장밥 마라탕 새우바오번 크림카레당면 블랙페퍼닭가슴살샐러드*오리엔탈D 깍두기	해물볶음우동 추가밥 유부주머니국 훈제오리스낵랩 스크램블에그 포기김치		
	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽		
	바나나 소금쿠키	파인애플 *	방울토마토 *	귤 *	톡톡빼빼로 칼슘담은두유		

고3응원식

* 입동 : 겨울의 시작. 입동을 전후로 김장을 시작하였으나 최근에는 온난화로 늦어지고 있는 추세 (귤, 갓, 도토리, 생강, 꼬막, 삼치, 굴, 과메기, 시래기, 유자, 사과, 배, 홍합, 대하, 광어)

*** 위 상단의 메뉴표 및 원산지는 식재 수급상황에 따라 변경될 수 있습니다 ^^***

*** 칼로리 표시는 학교 홈페이지 급식게시판에 게시됩니다.**

*** 특정 식품에 알러지(Allergy)가 있는 분들께서는 메뉴표를 보시고 급식 사무실로 문의하여 주시기 바랍니다.**

GAFL 경기외국어고등학교 Gyeonggi Academy of Foreign Languages