2026년 11월 4주 급식식단표

	월	화	수	목	금	토	일
	11/23	11/24	11/25	11/26	11/27	11/28	11/29
사랑주는 조식	흑미밥 사골떡국 칼집비엔나*케첩 도토리묵무침 짜요짜요 깍두기	찹쌀밥 열무된장국 돼지고기숙주볶음 명엽채조림 부각 포기김치	보리밥 감자옹심이국 야채떡쌈 새송이버섯조림 짜요짜요 깍두기	율무밥 황태콩나물국 닭숯불구이 어묵볶음 호박나물 포기김치	혼합잡곡밥 쇠고기샤브샤브국 베이컨스크램블에그*케첩 연두부*양념장 시금치나물 깍두기		
	야채스프/흰죽	참치야채죽/흰죽	누룽지	미역죽/흰죽	크림스프/흰죽		
	팬케이크*메이플시럽 오레오오즈 콘후레이크/아몬드후레이크 우유 귤	팔미어파이 초코후레이크 콘후레이크/아몬드후레이크 우유 사과	초코머핀 코코볼 콘후레이크/아몬드후레이크 우유 바나나	식빵*누텔라잼 첵스초코 콘후레이크/아몬드후레이크 우유 포도	미니바닐라크라운파이 다크초코 콘후레이크/아몬드후레이크 우유 오렌지		
행복주는 중식	잔치국수 유부초밥 뿌링두부강정 케이준샐러드 * 깍두기	기장밥 순두부야끼규나베 큐브포크스테이크 오징어실채볶음 연근칩샐러드*오렌지D 포기김치	바지락칼국수 추가밥 만두찜*초간장 불고기참나물샐러드 * 배추겉절이	수수밥 등뼈감자탕 돼지고기육전*파채겉절이 연근조림 치커리유자샐러드 포기김치	돈코츠라멘 추가밥 파닭꼬치 푸딩양상추샐러드*키위D * 깍두기		
	순두부계란죽/흰죽	게살야채죽/흰죽	단호박죽/흰죽	양송이스프/흰죽	단팥죽/흰죽		
	포도 초코칩스콘	파인애플 *	망고 *	배 츄러스	귤 찐빵		
기쁨주는 석식	나시고랭볶음밥 미니양지쌀국수 칠리새우 나쵸양상추샐러드 모닝글로리볶음 포기김치	차조밥 닭곰탕 제육김치볶음 들기름막국수 양배추쌈*쌈장 알타리김치	함박오므라이스*소스 유부국 고구마치즈스틱 진미채볶음 루꼴라샐러드*포도D 포기김치	귀리밥 미역국 닭볶음탕 피자볼 검은깨두부샐러드*흑임자D 포기김치	간장계란밥*김가루 돈육김치찌개 미니불고기버거 브로콜리새우볶음 양상추샐러드*딸기D 깍두기		
	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽		
	* 과일푸딩	키위 미니붕어빵	오렌지 *	바나나 블루베리요거트	허쉬초코칩쿠키 파인애플주스		

세계음식의날 (일본)

* 소설 : 살얼음이 잡히고 땅이 얼기 시작하여 점차 겨울 기분이 든다 (감, 무, 단호박, 넙치, 새우, 가자미, 오징어, 임연수, 낙지, 도루묵, 삼치, 연어, 대합, 꼬막, 바지락, 꽁치)

* 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