



“한국의 창을 열고 세계를 누벼라!”

SKIS 교육통신

Singapore Korean International School

발행번호: 260826-29

대 상: 전교생

담 당: 김현아

문의처: 6741-0778

<2026학년도 9월 메뉴 안내>

안녕하십니까? 학부모님과 학생 여러분의 많은 관심과 협조에 항상 감사드립니다.

2026학년도 9월 메뉴를 참고하시기 바랍니다.

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
		1	2	3	4
점심		영양밥&양념장 ⑤⑥ 무채국 ⑤⑥ 연근튀김 ⑥ 오이무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	하이라이스 ②⑥⑩ 계란국 ① 생선까스&소스 ①⑥ 단무지 배추김치 ⑨ 배	흑미밥 맑은순두부국 ⑤ 닭도리탕 ⑤⑥⑬ 가지무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	쌀밥 청국장찌개 ⑤⑥ 케찹피쉬볼조림 ⑥⑫ 브로콜리참깨무침 ①⑥ 조미김가루 사과
저녁		쌀밥 냉모밀 ⑤⑥ 두부구이 ⑤⑥ 고구마맛탕 ⑥ 배추김치 ⑨	쌀밥 감자탕 ⑤⑥⑩ 해물파전 ⑥⑨⑪ 시금치무침 배추김치 ⑨	투움바파스타 ②⑥⑨ 시저샐러드 ①⑥⑩ 배추김치 ⑨ 마늘빵 ②⑥	쌀밥 만두국 ①⑥ 소세지김치 ⑥⑫⑬ 들깨된장배추볶음 ⑤⑥ 무말랭이무침
	7	8	9	10	11
점심	쌀밥 맑은콩나물국 ⑤⑥ 돈육양배추볶음 ⑤⑥⑩ 상추무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ 방울토마토 ⑫	브라운쌀밥 소세지콩나물찜 ⑤⑥⑬ 스크램블에그 ① 배추김치 ⑨	쌀밥 나가사키짬뽕면 ⑥⑨⑪⑫ 만두찜 ⑥ 단무지 배추김치 ⑨ 주스	쌀밥 새우전호박국 ⑤⑥⑨ 닭살김치볶음 ⑤⑥⑨⑬ 통빈부름 ①⑥ 깍두기 ⑨	쌀밥 두부김치 ⑤⑥⑨ 달걀찜 ⑥⑫⑬ 코들슬로 ①⑥ 수제피클 수박
저녁	마파두부덮밥 ⑤⑥⑩ 미역국 ⑤⑥ 핫도그&케찹 ②⑥⑫ 배추김치 ⑨	돼지국밥 ⑥⑩⑬ 김치전 ①⑥⑨ 사과오이무침 ⑤⑥ 무말랭이무침 주스	쌀밥 크림스프 ②⑥ 함박스테이크&소스 ①⑥⑩⑬ 감자샐러드 ② 김치볶음 ⑨	쌀밥 시금치된장국 ⑤⑥ 오징어떡볶음 ⑤⑥⑪ 계란찜 ① 배추김치 ⑨	쌀밥 다시마김치국 ⑤⑥ 연어구이&소스 ①⑥ 강콩볶음 ⑥ 배추김치 ⑨
	14	15	16	17	18
점심	쌀밥 배추된장국 ⑤⑥ 닭날개간장조림 ⑤⑥⑬ 새우전호박볶음 ⑨ 무생채 오렌지	쌀밥 닭개장 ⑤⑥⑬ 고등어구이 ⑦ 브로콜리&초장 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	쌀밥 유부된장국 ⑤⑥ 마라장국 ⑤⑥⑩ 계란찜 ① 배추김치 ⑨ 아이스크림 ②	쌀밥 어묵국 ⑤⑥ 돈육된장불고기 ⑤⑥⑩ 콩자반 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	완두콩밥 참치김치찌개 ⑤⑥⑨ 간장오징어김치조림 ⑤⑥⑪ 숙주나물 무말랭이무침 포도
저녁	쌀밥 김치우동 ⑥⑧⑨ 미트볼조림 ⑤⑥⑫⑬ 콩나물무침 ⑤⑥ 단무지	쌀밥 감자호박된장국 ⑤⑥ 두부탕수육 ⑤⑥ 도시락김 김치볶음 ⑨	쌀밥 부추계란국 ① 닭고구마조림 ⑤⑥⑬ 연근조림 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	쌀밥 버섯찌개 ⑤⑥ 소세지구이&머스타드 ⑥⑩ 토마토계란볶음 ① 배추김치 ⑨	카레라이스 ②⑥⑩ 콩나물국 ⑤⑥ 스크램블에그 ① 단무지 배추김치 ⑨
	21	22	23	24	25
점심	쌀밥 크림스프 ②⑥ 돈육복합 ⑥⑩⑫ 마카로니샐러드 ①⑥ 김치볶음 ⑨ 배	녹두밥 닭죽 ⑫ 김말이튀김 ⑥ 멸치볶음 ⑥ 배추김치 ⑨	김밥볶음밥 ①⑥⑧ 팽이버섯국 ⑤⑥ 떡볶이 ②⑥ 배추김치 ⑨ 방울토마토 ⑫	쌀밥 북어콩나물국 ⑤ 돈육김치볶음 ⑥⑨⑩ 미역줄기볶음 ⑧ 무말랭이무침	추석
저녁	짜장면 ⑥⑩ 유린기 ⑤⑥⑬ 단무지 배추김치 ⑨	쌀밥 감자수제비국 ⑥ 고등어무침 ⑥⑦ 시금치무침 배추김치 ⑨	쌀밥 일본식라멘 ⑤⑥⑩ 새우튀김 ⑥⑨ 양배추샐러드 ①⑥⑫ 배추김치 ⑨	쌀밥 배추된장국 ⑤⑥ 훈제오리야채볶음 ⑤⑥ 오이무침 콩자반 ⑤⑥	
	28	29	30		
점심	쌀밥 미역국 ⑤⑥⑬ 안동찜닭 ⑤⑥⑬ 콩나물무침 ⑤ 배추김치 ⑨ 사과	브라운쌀밥 돈육김치찌개 ⑤⑨⑩ 치킨너겟&케찹 ⑥⑫⑬ 시금치무침 무말랭이무침	쌀밥 닭곰탕&당면 ⑤⑥⑬ 두부강정 ⑤⑥ 어묵볶음 ⑥ 배추김치 ⑨ 수박		
저녁	알리오올리오 ⑥⑨ 감자튀김&케찹 ⑥⑫ 양배추당근라페 ①⑥ 배추김치 ⑨ 주스	쌀밥 버섯찌개 ⑤⑥ 돈갈비단호박조림 ⑤⑥⑩ 숙주무침 배추김치 ⑨	쌀밥 떡국 ① 제육볶음 ⑤⑥⑩ 상추&쌈장 ⑤⑥ 배추김치 ⑨		
식재료 원산지 안내					
식육가공품: 미트볼-심가포르산 만두-한국산 치킨너겟-태국산 소고기,돼지고기,닭고기-뉴질랜드,유럽산,브라질산 배추김치-HACCP인증,중국산 깍두기-직접담금 오징어-칠레산 쌀-베트남산					
*우리학교는 멸치,다시마,야채로만 된육수로 맛을내고 있습니다.					
*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 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ⑳쑥 등의 식품에 특징을 보이는 학생은 급식시 각별한 주의를 부탁드립니다.				

2026년 8월 27일

싱가포르 한국국제학교

Singapore Korean International School