

# 2024년 8월 식단



	월(Mon)	화(Tue)	수(Wed)	목(Thu)	금(Fri)
				1	2
오전 간식				모닝빵, 소고기스프⑩	우유스틱브레드, 당근주스
점 심	<b>▶ 알레르기 유발물질</b> ①난류 ②우유 ③메밀 ④콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱ 조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣			흑미밥 맑은육개장⑤⑥⑩ 달걀찜① 콩나물냉채⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 수박	기장밥 근대두부된장국⑤⑥ 오징어간장두루치기⑤⑥⑦ 깻잎나물⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 참외
오후 간식	* 식재료 수급 상황 및 유치원 사정 등에 의해 식단이 부득이하게 변경될 수 있음을 알려드립니다. ♡ 유아오리활동			♡ 멸치주먹밥, 등글레차	치킨너겟⑮, 매실차
열량/단백질				664/24	609/21
	5	6	7	8	9
오전 간식	무지개떡, 오미자차	찐옥수수, 보리차	시리얼(오곡), 우유②	모닝빵, 양송이스프	핑거마들렌, 우유②
점 심	백미밥 숙갓어묵국⑤⑥ 돼지고기파인애플볶음⑤⑥⑩ 시금치나물무침⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 멜론	백미밥 두부대파된장국⑤⑥ 닭날개마늘조림⑤⑥⑮ 돌김파래자반볶음 배추김치⑨ 후식: 파인애플	백미밥 조갯살미역국⑤⑥⑩ 돈까스①⑤⑥⑩⑫ 한식잡채⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 청사과	<b>술반</b>	기장밥 열무된장국⑤⑥ 훈제오리찜 진미채볶음⑤⑥⑦ 배추김치⑨ 후식: 수박
오후 간식	뢰슈티, 포도주스	달걀간장비빔국수, 매실차	떡베이컨말이, 당근주스	♡ 꼬마김밥, 결명자차	감자치즈구이, 매실차
열량/단백질	620/25	645/26	671/22		631/26
	12	13	14	15	16
오전 간식	꿀떡, 매실차	찐감자, 옥수수차	♡ 감자샐러드카나페, 우유②		완두양공빵, 우유②
점 심	백미밥 시래기된장국⑤⑥ 간장달걀비⑤⑥⑮ 브로콜리맛살볶음①⑤⑥⑧ 배추김치⑨ 후식: 파인애플	수수밥 쇠고기뭇국⑩ 유정란달걀말이①⑤ 연근조림 배추김치⑨ 후식: 자두	기장밥 들깨미역국⑤⑥ 파채쇠불고기⑤⑥⑩ 무나물무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 수박	<b>광복절</b>	돈육짜장밥⑤⑥ 달걀양파국① 애호박나물⑤⑥ 김구이 배추김치⑨ 후식: 천도복숭아
오후 간식	비엔나크림스파게티, 보리차	참치야채두부전, 오렌지주스	유부우동		햇도그, 매실차
열량/단백질	675/29	610/25	671/22		563/17
	19	20	21	22	23
오전 간식	증편, 오미자차	딸기잼샌드위치, 우유②	찐고구마, 결명자차	마카로니, 앵두콘 중 선택1 바나나라떼, 자두주스 중 선택1	돌돌이밀크롤인, 우유②
점 심	백미밥 두부된장국⑤⑥ 부추훈제오리구이 오이무침⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 청사과	검정콩밥⑤ 콩나물국⑤ 고등어조림⑤⑥⑦ 가지양파볶음⑤⑥ 배추김치 후식: 자두	백미밥 닭곰탕⑮ 탕수육①⑤⑥⑩ 연두부샐러드⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 멜론	흑미밥 유부된장국⑤⑥ 돼지고기수육⑩ 무생채 배추김치⑨ 후식: 파인애플	기장밥 오이냉국⑤⑥ 두부조림⑤⑥ 새송이버섯매추리알장조림①⑤ 배추김치⑨ 후식: 청사과
오후 간식	궁중떡볶이, 옥수수차	찐만두, 매실차	잔치국수	조랭이떡국	콘치즈어묵تاب, 오미자차
열량/단백질	588/26	639/23	654/27	611/22	519/17
	26	27	28	29	30
오전 간식	바람떡, 매실차	찐단호박, 등글레차	크림치즈마들렌, 우유②	모닝빵, 크림스프	머핀, 우유②
점 심	백미밥 유부국 닭봉구이⑤⑮ 잔멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 멜론	수수밥 조랭이떡미역국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨ 후식: 복숭아	닭살카레라이스⑤⑥⑮ 가쓰오장국⑤⑥ 삼색달걀찜① 양상추샐러드+유자드레싱 배추김치⑨ 후식: 파인애플	흑미밥 감자국⑨ 쇠고기참스테이크⑤⑥⑫⑯ 맛살오이샐러드①⑤⑥⑧ 깍두기⑨ 후식: 청사과	기장밥 안매운순두부찌개①⑤ 닭가슴살채소볶음⑤⑥⑮ 숙주나물무침 배추김치⑨ 후식: 자두
오후 간식	양송이버섯스파게티, 결명자차	치즈오믈렛, 포도주스	떡만두국	♡ 햄치즈샌드위치, 우유②	닭튀김, 오미자차
열량/단백질	678/29	622/23	633/21	614/19	618/27

★ 급식 식재료의 원산지 및 영양표시, 알레르기 표시제, 식단사진을 학교 홈페이지에 게시하고 있습니다.

쌀(밥, 죽, 누룽지)	김치류(배추, 고춧가루)	소고기	돼지고기	닭, 오리	콩	두부	수산물
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	콩(외국산)	오징어(국내산), 고등어(국내산)