

2024년 12월 식단



	월(Mon)	화(Tue)	수(Wed)	목(Thu)	금(Fri)
	2	3	4	5	6
오전 간식	꿀떡, 우유②	블루베리요플레, 우리밀크래커	플레인식빵, 청포도주스	겉겹이밀크롤인, 우유②	우리쌀푸레이크, 우유②
점 심	백미밥 배추된장국⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ 우영조림⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 굴	흑미밥 조랭이떡국⑤⑥ 쇠고기파프리카구이⑤⑬ 달걀찜① 깍두기⑨ 후식: 사과	백미밥 돈육호박찌개⑩ 고등어무조림⑦ 숙주나물⑤ 배추김치⑨ 후식: 배	수수밥 시래기된장국⑤⑥ 닭가슴살마늘볶음⑤⑮ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 밀감푸딩	기장밥 황태묵국①⑤⑥ 두부부침+양념장⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 단감
오후 간식	짜장면, 보리차	단팥호빵, 배	소고기떡국①⑬	비엔나소시지크림스파게티 결명자차	꼬마김밥, 옥수수차
열량/단백질	652/25	671/23	638/30	613/33	611/21
	9	10	11	12	13
오전 간식	증편, 우유②	복숭아요거트, 우리밀곡물와플	우유스틱브레드, 우유②	핑거마들렌, 유아차	식빵샌드, 우유②
점 심	백미밥 물만둣국①⑤⑥⑩ 해물동그랑땡①⑤⑥⑨⑰ 무생채 배추김치⑨ 후식: 굴	수수밥 미역국 쇠고기산적⑤⑥⑬ 양배추콘샐러드①⑤ 배추김치⑨ 후식: 배	백미밥 근대된장국⑤⑥ 돈까스①⑤⑥⑩⑫⑬ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 사과	흑미밥 버섯된장국⑤⑥ 부추훈제오리구이 한식잡채⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 사인머스캣푸딩	기장밥 두부된장찌개⑤⑥ 돼지고기수육⑩ 상추무침⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 단감
오후 간식	칼국수	프렌치토스트, 매실차	닭튀김, 파인애플	달걀간장비빔국수	소고기주먹밥⑬, 보리차
열량/단백질	657/23	623/23	661/21	655/24	616/26
	16	17	18	19	20
오전 간식	바람떡, 우유②	딸기요거트, 우리밀유정란전병	치즈케이크, 우유②	부드러운카스테라, 망고주스	찐고구마, 오미자차
점 심	백미밥 소고기뭇국⑬ 오징어볶음⑤⑥⑰ 양상추샐러드⑤ 배추김치⑨ 후식: 굴	흑미밥 달걀국① 삼치카레구이⑤⑥ 연근조림⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 배	백미밥 닭곰탕⑮ 두부탕수⑤⑥ 맛살브로콜리볶음①⑤⑥⑧ 배추김치⑨ 후식: 사과	기장밥 두부된장국⑤⑥ 생선까스&타르타르소스⑤ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 망고푸딩	기장밥 어묵속갓국⑤⑥⑩ 쇠고기메추리알장조림①⑤⑥⑬ 감자채당근볶음⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 단감
오후 간식	잔치국수	감자수제비	궁중떡볶이⑬, 옥수수차	햄치즈토스트, 우유②	멸치주먹밥, 동글레차
열량/단백질	652/25	654/20	640/21	620/16	614/21
	23				
오전 간식	식빵샌드(3세), 레몬에이드 우유쉬폰(4,5세), 레몬에이드				
점 심	백미밥 콩나물국⑤ 달걀말이①⑤ 황태채간장조림⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 요구르트				
오후 간식	유부우동				
열량/단백질	609/21				
오전 간식					
점 심	<p>▶ 알레르기 유발물질</p> <p>①난류 ②우유 ③메밀 ④콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱ 조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑳젓</p> <p>※식재료 수급 상황 및 유치원 사정 등에 의해 식단이 부득이하게 변경될 수 있음을 알려드립니다.</p>				
오후 간식					
열량/단백질					

★ 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)	고등어(국내산), 오징어(국내산), 삼치(국내산)