

# 2025년 4월 식단



	월(Mon)	화(Tue)	수(Wed)	목(Thu)	금(Fri)
		1	2	3	4
오전 간식		스틱브레드, 우유②	식빵샌드, 오렌지주스	바나나, 당근주스	블루베리요플레② 우리밀크래커⑥
점 심		수수밥 냉이된장국⑤⑥ 부추훈제오리구이 두부조림⑤ 배추김치⑨ 후식: 사과	돈육카레라이스⑤⑥⑩ 쇠고기탕국⑬ 건파래무침⑤⑥ 단무지⑬ 배추김치⑨ 후식: 오렌지	흑미밥 두부된장국⑤⑥ 고등어조림⑤⑥⑦ 달걀찜① 깍두기⑨ 후식: 밀감푸딩	기장밥 어묵국⑤⑥ 쇠고기당면불고기⑤⑥⑩ 연근조림 깍두기⑨ 후식: 참외
오후 간식		달걀간장비빔국수①, 보리차	떡국①	후리가케주먹밥⑤, 등글레차	찐감자, 매실차
열량/단백질		6321/29.8	629/20.5	673.5/26.7	628.8/18.5
	7	8	9	10	11
오전 간식	꿀떡, 매실차	유기농 바나나우유②	핑거마들렌, 우유②	치즈케이크, 포도주스 ☞카나페, 포도주스(4세)	복숭아요거트②⑪ 우리밀꿀물와플
점 심	백미밥 팽이버섯된장국⑤⑥ 안매운제육두루치기⑤⑥⑩ 양배추찜 깍두기⑨ 후식: 요구르트	<b>소풍</b>	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑬ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨ 후식: 딸기	흑미밥 들깨미역국⑤⑥ 쇠고기참스테이크⑤⑥⑬ 도토리묵채소무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 망고푸딩	기장밥 시금치된장국⑤⑥ 메추리알장조림①⑤⑥ 맛살양파볶음①⑤⑥⑧ 배추김치⑨ 후식: 딸기
오후 간식	감자수제비	짜장떡볶이⑮, 보리차	샌드위치, 오렌지주스	삼색주먹밥, 결정자차	꼬마김밥①
열량/단백질	630/29.1		636.1/26.4	667.3/17.6	631.1/23
	14	15	16	17	18
오전 간식	기정떡, 꿀레몬차	플레인식빵, 우유②	식빵샌드, 그린주스	고구마케익, 우유②	딸기요거트, 전병
점 심	짜장밥⑤⑥⑩ 계란국① 생선까스+타르타르소스 ①⑤⑥⑩ 파프리카콘샐러드①⑤ 깍두기⑨ 후식: 배	검정콩밥⑤ 안매운돈육김치찌개⑤⑥⑨⑩ 달걀말이①⑤ 브로콜리참기름무침 깍두기⑨ 후식: 사과	쇠고기달걀말밥①⑤⑥⑬ 유부된장국⑤⑥ 숙주나물무침 단무지⑬ 배추김치⑨ 후식: 오렌지	흑미밥 소고기미역국⑬ 삼치구이⑤⑥ 황태채간장조림 배추김치⑨ 후식: 사인머스켓푸딩	기장밥 맑은육개장⑤⑥ 돼지고기테리야기볶음⑤⑥⑩ 상추오이무침 깍두기⑨ 후식: 참외
오후 간식	쌀국수	궁중떡볶이⑮, 등글레차	소고기조랭이떡국⑮	멸치주먹밥, 옥수수차	고구마맛탕, 오미자차
열량/단백질	605.8/18.1	615.7/19.3	643.5/23.3	661.1/28	645.7/25
	21	22	23	24	25
오전 간식	바람떡, 매실차	단팥빵, 우유②	플레인요거트, 현미팍스넵	찐고구마, 사과오렌지케일	모닝빵, 우유②
점 심	백미밥 애호박된장국⑤⑥ 쇠고기파프리카볶음⑤⑥⑩ 잔멸치조림⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 사과	수수밥 감자국 두부부침①⑤⑥ 깍두기⑨ 갯잎나물무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 딸기	닭살카레라이스⑤⑥⑮ 콩나물국⑤⑥ 가지나물⑤⑥ 연근조림 배추김치⑨ 후식: 오렌지	흑미밥 조랭이떡미역국⑤⑥ 돼지고기장독떡이⑤⑥⑩ 한식잡채⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 딸기	기장밥 얼갈이두부된장국⑤⑥ 동태전①⑥ 시금치무침⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 참외
오후 간식	칼국수	채소간장떡볶이, 옥수수차	프렌치토스트, 우유②, 딸기	참치주먹밥, 등글레차	야채꼬마김밥, 보리차
열량/단백질	679/24.4	645/24.8	603.2/24.8	638.3/27	612.7/25.6
	28	29	30		
오전 간식	백설기, 꿀유자차	카스테라, 우유② ☞삼색샌드위치, 우유②(4세)	겉겹이밀크롤인, 유기농주스		
점 심	백미밥 숙갓유부국⑤ 너비아니구이⑤⑥⑩⑬ 애호박나물무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 참외	백미밥 차돌박이된장국⑤⑥⑮ 주꾸미간장조림⑤⑥ 숙주나물무침⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 사과	표고버섯짜장덮밥⑤ 미소된장국⑤⑥ 탕수육+소스①⑤⑥⑩ 양상추샐러드+참깨드레싱 ①⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 오렌지	<b>▶ 알레르기 유발물질</b> ①난류 ②우유 ③메밀 ④콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣  ※식재료 수급 상황 및 유치원 사정 등에 의해 식단이 부득이하게 변경될 수 있음을 알려드립니다. ☞유아요리활동	
오후 간식	유부우동, 소시지	어묵간장떡볶이, 보리차	소고기주먹밥⑮, 결정자차		
열량/단백질	675.5/24.9	625.1/28.5	675.2/21.8		

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

원산지 표시	쌀				콩		닭고기	오리고기	돼지고기	차돌박이	소고기		배추김치	
	백미	흑미	찰쌀	누룽지	두부	순두부					국거리용	볶음	고춧가루	배추
	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산
	수산물							가공식품 (식육 수산)	훈제오리	생선까스	치킨너겟	돈까스		
	삼치	고등어	동태	주꾸미					국산	국산	국산	국산		
국산	국산	러시아산	베트남산					국산	국산	국산	국산			