

2025년 9월 식단



	월(Mon)	화(Tue)	수(Wed)	목(Thu)	금(Fri)
	1	2	3	4	5
오전 간식	꿀떡, 굴, 보리차	치킨브리토 ¹⁵ , 참크래커, 우유 ²	미니치즈롤인, 바나나라떼	카스테라, 우유 ²	딸기요거트, 우리밀곡물와플
점 심	수수밥 북어채국 ^{5⑥} 돼지고기양파조림 ^{5⑥⑩} 느타리버섯나물 ^{5⑥} 배추김치 ⁹ 후식: 사과	백미밥 아욱된장국 ^{5⑥} 안매운두부강정 ^{5⑫} 콩나물무침 ^{5⑥} 배추김치 ⁹ 후식: 배	쇠고기짜장밥 ^{5⑥⑩} 유부된장국 ^{5⑥} 양상추방울토마토샐러드 ^{5⑥} 배추김치 ⁹ 후식: 멜론	흑미밥 콩나물국 ^{5⑥} 치즈닭갈비 ^{2⑤⑥⑬} 가지튀김 ^{5⑥} 깍두기 ⁹ 후식: 복숭아 ¹¹	기장밥 호박된장찌개 ^{5⑥} 삼치구이 ^{5⑥} 연근조림 ^{5⑥} 배추김치 ⁹ 후식: 수박
오후 간식	짜장면 ¹⁰ , 배, 보리차	떡국 ¹⁰ , 사과	소시지떡구이, 배, 보리차	왕교자만두, 파인애플, 오렌지주스	고마유부초밥, 멜론, 둥글레차
열량/단백질	646/27	601/17	601/20	680/24	626/27
	8	9	10	11	12
오전 간식	바람떡, 사과, 옥수수차	스틱브레드, 우유 ²	우유쉬폰, 우유 ²	겉겉이밀크롤인, 우리사과100주스	모닝빵, 우유 ²
점 심	백미밥 두부된장국 ^{5⑥} 떡갈비구이 ^{5⑥⑩⑬} 시금치무침 ^{5⑥} 깍두기 ⁹ 후식: 유산균요구르트	수수밥 만둣국 ^{5⑥⑩} 닭살마늘조림 ^{5⑥⑮} 숙주나물무침 ^{5⑥} 배추김치 ⁹ 후식: 배	흑미밥 미역국 돼지불고기 ^{5⑥⑩} 참나물무침 ^{5⑥} 깍두기 ⁹ 후식: 멜론	흑미밥 얼갈이배추된장국 ^{5⑥} 생선가스+타르타르소스 ①⑤⑥⑬ 김구이 배추김치 ⁹ 후식: 복숭아 ¹¹	기장밥 달걀부추국 ^{1⑤⑥} 소고기참스테이크 ^{5⑥⑬} 감자당근채볶음 ^{5⑥} 배추김치 ⁹ 후식: 수박
오후 간식	스크램블에그 ¹ , 레몬에이드	감자사프, 사과	수제비(4세)	프렌치토스트 ¹ , 포도주스	바나나요리(5세), 배, 우유 ²
열량/단백질	602/21	653/30	658.2/25.9	676/20	680/21
	15	16	17	18	19
오전 간식	백설기, 매실차	플레인식빵, 유기농주스	바나나, 유산균 요구르트	마들렌, 우유 ²	블루베리요플레, 우리밀크래커
점 심	수수밥 우거지된장국 ^{5⑥} 훈제오리찜 진미채조림 ^{5⑥} 깍두기 ⁹ 후식: 사과	백미밥 들깨미역국 ^{5⑥} 고등어카레구이 ^{5⑥⑦} 어묵볶음 ^{5⑥} 배추김치 ⁹ 후식: 복숭아 ¹¹	닭고기카레라이스 ^{5⑥⑮} 달걀실팍국 ^{1⑤⑥} 두부구이 ^{5⑥} 김구이 배추김치 ⁹ 후식: 수박	미술관 견학 소고기달걀덮밥 ^{1⑤⑥⑬} 단무지 후식: 굴	기장밥 콩나물국 ⁵ 돈육갈비찜 ^{5⑥⑩} 청포묵김무침 ^{5⑥} 배추김치 ⁹ 후식: 배
오후 간식	궁중떡볶이 ¹⁰ , 배, 결명자차	조랭이떡국 ¹⁰ , 파인애플	치킨너겟 ¹⁵ , 떡구이, 보리차	햄치즈샌드위치, 오렌지주스	도넛(4세), 사과, 우유 ²
열량/단백질	610/22	612/28	610/18	621/30	626/26
	22	23	24	25	26
오전 간식	꿀떡, 자두, 옥수수차	찰보리빵, 우유 ²	바나나, 마시는샐러드주스	찐고구마, 자두주스	복숭아요거트 ^{1⑩} , 전병
점 심	백미밥 쇠고기뭇국 ^{5⑥⑬} 간장닭볶음탕 ^{5⑥⑮} 깻잎나물무침 ^{5⑥} 배추김치 ⁹ 후식: 유산균 요구르트	수수밥 시래기된장국 ^{5⑥} 삼치구이 ^{5⑥} 유정란달걀찜 ¹ 깍두기 ⁹ 후식: 굴	기장밥 닭고기육개장 ^{5⑥⑮} 두부부침 ^{5⑥} 김구이 배추김치 ⁹ 후식: 배	흑미밥 미역국 ^{5⑥} 돈까스+소스 ^{1⑤⑥⑩⑫⑬} 숙주양파무침 ^{5⑥} 배추김치 ⁹ 후식: 사과	기장밥 유부된장국 ^{5⑥} 쇠고기장뚝뚝이 ^{5⑥⑬} 햄감자채볶음 ^{5⑥⑩} 배추김치 ⁹ 후식: 배
오후 간식	포테이토 두부스틱, 배, 오렌지주스	떡만두국, 복숭아 ¹¹	짜장떡볶이 ¹⁰ , 멜론, 결명자차	고마유부초밥, 파인애플, 둥글레차	계란비빔국수 ¹ , 굴, 보리차
열량/단백질	659/33	651/24	605/24	677/25	677/22
	29	30			
오전 간식	바람떡, 보리차, 배	식빵샌드, 우유 ²			
점 심	백미밥 순두부국 ^{5⑥} 돈육참살구이 ^{5⑥⑩} 가지조림 ^{5⑥} 배추김치 ⁹ 후식: 유산균 요구르트	수수밥 근대된장국 ^{5⑥} 쇠고기마늘볶음 ^{5⑥⑬} 오이상추샐러드 배추김치 ⁹ 후식: 배	▶ 알레르기 유발물질 ①난류 ②우유 ③메밀 ④콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 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	프렌치토스트 ¹ , 파인애플, 포도주스	햄치즈샌드위치, 유기농주스			
열량/단백질	653/29	604/25			

★ 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	떡갈비	돈까스	생선가스			
고등어	삼치					국산	국산	국산	국산									