참고 대전동구 어린이 사회복지급식관리센터

2025년 6월 식단

우송유치원

	월(Mon)	화(Tue)	수(Wed)	목(Thu)	금(Fri)
	2	3	4	5	6
오전 간식	꿀떡, 매실차		핑거마들렌, 우리사과주스	블루베리요플레, 현미팝스낵	
점 심	백미밥 열무된장국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑮ 시금치나물무침 깍두기⑨ 후식: 배	대통령 선거	닭고기짜장밥⑤⑥⑮ 미소된장국⑤⑥ 참깨브로콜리무침 깍두기⑨ 후식: 델라웨어	흑미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 쇠고기찹스테이크⑤⑥⑯ 숙주나물무침 배추김치⑨ 후식: 수박	현충일
오후 간식	참치주먹밥, 둥글레차		궁중떡볶이⑯, 결명자차	베이컨볶음우동, 오미자차	
열량/단백질	636.3/30.1		615.5/17.1	644.6/17.8	
	9	10	11	12	13
오전 간식	바나나, 오렌지주스	♤완두콩스프레드샌드위치(3세) 쌀빵, 진한망고주스	쌀빵, 우유②	플레인요거트②, 우리밀크래커	스틱브레드, 스위트플럼
점 심	백미밥 닭곰탕⑤⑥⑮ 메추리알곤약조림①⑤⑥ 호박나물⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 오렌지	백미밥 표고버섯된장국⑤⑥ 쇠고기폭찹⑤⑥⑯ 콩나물무침⑤ 깍두기⑨ 후식: 밀감푸딩	닭고기카레라이스⑤⑥⑮ 달걀양파국① 양상추샐러드 배추김치⑨ 후식: 블루베리	흑미밥 근대된장국⑤⑥ 부추훈제오리찜 진미채조림⑤⑤⑰ 깍두기⑨ 후식: 수박	기장밥 조랭이떡미역국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 연근조림 배추김치⑨ 후식: 참외
오후 간식	샌드위치, 사과오렌지케일주스	감자수제비	소시지떡구이, 매실차	크림스파게티, 파인애플	소고기주먹밥⑯, 둥글레차
열량/단백질	614.3/27	610.9/26.5	629.7/21.1	600.1/26.7	632.7/20
	16	17	18	19	20
오전 간식	바람떡, 꿀유자차	카스테라, 스트로베리라떼 ♤레몬에이드(4세)	식빵샌드, 우유②	복숭아요거트, 전병 ♤딸기까나페(3세)	겹겹이밀크롤인 하루야채오렌지당근주스
점 심	소고기달걀덮밥①⑤⑥⑯ 유부된장국⑤⑥ 무나물볶음 배추김치⑨ 후식: 파인애플	검정콩밥⑤ 시금치된장국⑤⑥ 고등어카레구이⑦ 달걀볶음①②⑤ 배추김치⑨ 후식: 수박	쇠고기짜장밥⑤⑥⑯ 배추된장국⑤⑥ 양상추사과샐러드 깍두기⑨ 후식: 델라웨어	흑미밥 미역국⑤⑥ 닭봉조림⑤⑥⑮ 김 배추김치⑨ 후식: 멜론	비빔밥⑤⑥ 유부된장국⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 참외
오후 간식	멸치주먹밥, 옥수수차	떡국, 배	칼국수, 아이스홍시	짜장떡볶이⑩, 보리차	유부초밥, 옥수수차
열량/단백질	658.2/25.9	612.8/28.5	621.4/24	661.9/22.9	609.6/18.3
	23	24	25	26	27
오전 간식	딸기요거트, 우리밀곡물와플	쌀빵, 우유②	쌀빵, 샐러드주스	찐고구마. 사과딸기케일주스	플레인식빵, 바나나라떼
점 심	계란볶음밥①⑤⑥ 유부된장국⑤⑥ 김 배추김치⑨ 후식: 오렌지 무수천하마을 견학(도시락) 4,5세 – 계란볶음밥, 단무지	수수밥 돼지고기두부찌개⑤⑥⑨⑩ 유정란달걀찜① 감자채볶음⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 사과푸딩	쇠고기카레라이스⑤⑥⑩ 유부맑은국⑤⑥ 표고버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 수박	기장밥 느타리버섯국⑤⑥ 삼겹살구이⑩+상추 도토리묵+양념장⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 참외	백미밥 콩나물국⑤⑥ 치즈떡갈비구이②⑤⑥⑮ 무생채무침 배추김치⑨ 후식: 멜론
오후 간식	쌀빵, 사과, 우유②	잔치국수, 멜론	조랭이떡국, 사과	야채전, 파인애플, 레몬에이드	꼬마김밥, 결명자차
열량/단백질	584/17.2	614/18.6	608.5/22.4	608.7/20.8	647.8/25.2
	30				
오전 간식	바나나, 청포도주스				
점 심	백미밥 순두부국⑤⑥ 목살된장구이⑤⑥⑩ 우엉조림⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 파인애플	▶ **알레르기 유발물질** ①난류 ②우유 ③메밀 ④콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱ 조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣 ※식재료 수급 상황 및 유치원 사정 등에 의해 식단이 부득이하게 변경될 수 있음을 알려드립니다. ♤유아요리활동			
오후 간식	프렌치토스트, 우유②, 사과				
열량/단백질	602.9/27.4				

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

원산지표시	쌀				콩		닭고기	오리고기	돼지고기	차돌박이	소고기		배추김치	
	백미	흑미	찹쌀	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)	떡갈비	훈제오리					
	삼치	고등어	가자미	오징어										
	국산	국산	수입산	국산				국산	국산					