

2025년 5월 식단

	월(Mon)	화(Tue)	수(Wed)	목(Thu)	금(Fri)
				1	2
오전 간식				핑거마들렌, 우유②	블루베리요플레, 우리밀크래커
점 심	▶ 알레르기 유발물질 ①난류 ②우유 ③메밀 ④콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 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			흑미밥 복엇국⑤⑥ 쇠고기메추리알장조림①⑤⑥⑬ 청포묵당근무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 사과	기장밥 팽이버섯된장국⑤⑥ 돈육볼고기⑤⑥⑩ 미역줄기나물볶음⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 오렌지
오후 간식				감자수제비⑩	고마김밥
열량/단백질				677.7/27	612.8/24.8
	5	6	7	8	9
오전 간식			스틱브레드, 우유②	겉겹이밀크롤인 사과주스(5세), 망고주스(3,4세)	플레인요거트②, 현미팝스넥
점 심	어린이날 대체휴무		닭살카레라이스⑤⑥⑬ 콩나물국⑤⑥ 마카로니콘샐러드①⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 사과	흑미밥 애호박된장국⑤⑥ 삼치구이⑤⑥ 달걀찜① 깍두기⑨ 후식: 포도푸딩	기장밥 안매운닭개장⑤⑥⑬ 두부양념조림⑤⑥ 시금치나물무침 배추김치⑨ 후식: 오렌지
오후 간식			짜장떡볶이⑤⑥⑬, 보리차	고구마맛탕, 오미자차	유부초밥, 옥수수차
열량/단백질			613.2/30.2	654.1/23.5	647.8/27.3
	12	13	14	15	16
오전 간식	꿀떡, 매실차	쌀빵, 우유②	식빵샌드, 오렌지주스 ♡바나나쉐이크(4세)	찐감자, 청포도주스	복숭아요거트⑪, 우리밀곡물와플
점 심	오므라이스①⑤ 유부맑은국⑤⑥ 떡갈비파프리카볶음⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 참외	백미밥 소고기무국⑤⑥⑬ 오징어조림⑤⑥⑰ 도토리묵채소무침⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 밀감푸딩	수수밥 열무된장국⑤⑥ 쇠고기참스테이크⑤⑥⑬ 숙주나물무침 배추김치⑨ 후식: 사과	흑미밥 복어미역국⑤⑥ 닭다리살구이⑤⑬ 깎두기⑨ 후식: 오렌지	기장밥 두부된장국⑤⑥ 안매운제육볶음⑤⑥⑩ 상추사과무침⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 배
오후 간식	샌드위치, 사과오렌지케일주스	후리가게주먹밥, 동글레차	궁중떡볶이⑩, 결명자차	계란비빔국수①, 쏘시지	야채포마김밥, 보리차
열량/단백질	643.5/23.3	619/30.5	610.1/25.3	612.1/27.8	606.9/25.8
	19	20	21	22	23
오전 간식	바나나, 오렌지주스	쌀빵, 우유②	카스테라, 망고주스	플레인식빵, 바나나라떼	딸기요거트, 전병
점 심	흑미밥 닭곰탕⑤⑥⑬ 안매운마파두부⑤⑥⑩ 감자채당근볶음⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 참외	소고기달걀덮밥①⑤⑥⑬ 유부된장국⑤⑥ 양상추바나나샐러드⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 사과푸딩	검정콩밥⑤ 소고기미역국⑤⑥⑬ 가자미데리야끼조림⑤⑥ 오이맛살무침①⑤⑥⑧ 깍두기⑨ 후식: 배	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 너비아나구이⑤⑥⑩⑬ 브로콜리숙회 깍두기⑨ 후식: 참외	기장밥 콩나물국⑤⑥ 차돌박이볶음⑤⑥⑬ 김 배추김치⑨ 후식: 오렌지
오후 간식	프렌치토스트①, 우유②	떡국⑩	채소간장떡볶이, 보리차	칼국수	멸치주먹밥, 옥수수차
열량/단백질	669.3/22.3	658.2/25.9	610.3/23.1	625.2/25.2	653.4/20.7
	26	27	28	29	30
오전 간식	바람떡, 꿀유자차	쌀빵, 사과주스(3,4세) 망고주스(5세)	식빵샌드, 사과주스	찐고구마, 유기농주스	♡수리취떡(3,5세), ♡카스테라경단(4세), 오미자차
점 심	백미밥 표고버섯된장국⑤⑥ 돼지고기살구이⑩ 잔멸치조림⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 참외	백미밥 두부된장국⑤⑥ 훈제오리양파볶음⑤⑥ 상추부추겉절이⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 청포도푸딩	닭살짜장덮밥⑤⑥⑬ 미소된장국⑤⑥ 양상추레몬청샐러드⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 사과	기장밥 들깨미역국⑤⑥ 바삭볼고기⑤⑥ 한식잡채⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 수박	흑미밥 소고기무국⑤⑥⑬ 고등어카레구이 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 오렌지
오후 간식	감자달걀샌드위치①, 우유②	조랭이떡국⑩	소시지떡구이, 보리차	잔치국수, 파인애플	참치주먹밥, 동글레차
열량/단백질	654.8/25.6	623.8/23.7	615.5/17.1	606.8/19.2	673.5/26.7

★ 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
	수산물										가공식품 (식육 수산)	떡갈비	훈제오리				
삼치	고등어	가자미	오징어			국산	국산										