♥ 1일 권장량 ♥		
구분	열량(kcal)	단백질(g)
0~2세	1,000	15
3~5세	1,400	20

ASE KOREA
Child Care Center

★유아반(3~5세)★

□ 기간 : 2024.05.06~05.18 (2주간)
□ 삼성웰스토리 영양사 박정란
□ 메뉴는 어린이집 선생님과 최종 협의함.

날짜	요일	아침간식 (8시)	오전간식 (9시)	점심 (12시)	오후간식 (15시 30분)	저녁 (18시)	저녁간식 (20시)	경기도 우리아이 건강과일
5/6	월	어린이 날 대체공휴일						방울토마토
5/7	화	누룽지죽	치즈롤인빵①②⑥ 우유② 채소스틱[당근]	돼지고기수육(돈육:국내산)⑤⑩ &쌈장&새우젓⑨ 잡곡밥 호박잎된장국 부추오이나물 어린이용순한맛김치	참치깻잎주먹밥(참치캔:가다랑어-원양산) 옥수수차	돼지고기수육(돈육:국내산)⑤⑩ &쌈장&새우젓⑨ 잡곡밥 호박잎된장국 부추오이나물 어린이용순한맛김치	오렌지 방울토마토⑫	
5/8 수 어버이 날		뼈칼슘두유②	알감자버터구이 우유② 과일[오렌지]	닭살춘장복음(계육:국내산)⑮ 쌀밥 유부맑은국⑤ 콩나물겨자무침 깍두기	프렌치토스트①②⑥ 우유②	닭살춘장복음(계육:국내산)⑮ 쌀밥 유부맑은국⑤ 콩나물겨자무침 깍두기	뼈칼슘두유②	
5/9	목	누룽지죽	전복죽(전복:국내산)⑲ 동치미	대파육개장(육우정육:국내산)⑰ 잡곡밥 잡채(돈육:국내산)⑩ 청포묵김가루무침 열무김치	퍼먹는요구르트② & 과일토핑(망고,블루베리)	대파육개장(육우정육:국내산)⑰ 잡곡밥 잡채(돈육:국내산)⑩ 청포묵김가루무침 열무김치	방울토마토⑫ 유아치즈②	
5/10	금	우유② &시리얼⑥	카스테라①②⑥ 우유② 과일[청포도]	오징어뭇국(오징어:페루산)⑱ 쌀밥 삼색계란찜① 숙주나물 갓김치	들기름비빔막국수③ 둥굴레차	오징어뭇국(오징어:페루산)⑱ 쌀밥 삼색계란찜① 숙주나물 갓김치	청포도 방울토마토⑫	
5/11	토	뼈칼슘두유②	누룽지죽	만둣국⑤⑩ 잡곡밥 해물완자전①⑤⑱&케찹 새송이버섯볶음 깍두기	시리얼⑥ 우유②	만둣국⑤⑩ 잡곡밥 해물완자전①⑤⑱&케찹 새송이버섯볶음 깍두기	유아치즈②	
5/13	월	우유② &시리얼⑥	마드레느①②⑥ 우유② 채소스틱[오이]	물만둣국①⑥⑩ 잡곡밥 통마늘닭살감자조림(계육:국내산)⑮ 미역줄기볶음 열무김치	쌈장비빔국수(돈육:국내산)⑥⑩ 보리차	물만둣국①⑥⑩ 잡곡밥 통마늘닭살감자조림(계육:국내산)⑮ 미역줄기볶음 열무김치	우유② &시리얼⑥	참외
5/14	화	누룽지죽	연두부죽⑤ 나박김치	설렁탕(육우정육:국내산)⑰ 쌀밥 새우살청경채볶음⑨ 비름나물 깍두기	고구마샐러드모닝빵샌드위치 ①②⑥ 우유②	설렁탕(육우정육:국내산)⑰ 쌀밥 새우살청경채볶음⑨ 비름나물 깍두기	참외 방울토마토⑫	
5/15 수 스승의 날		부처님 오신 날						
5/16	목	누룽지죽	롤케이크①②⑥ 우유② 과일[키위]	어묵국 잡곡밥 오징어링간장조림(오징어:국내산)⑦ 유채나물 어린이용순한맛김치	녹두전①⑤⑥⑩ 오미자차	어묵국 잡곡밥 오징어링간장조림(오징어:국내산)⑦ 유채나물 어린이용순한맛김치	방울토마토⑫ 유아치즈②	
5/17	금	우유② &시리얼⑥	쇠고기버섯죽(육우정육:국내산) ⑰ 백김치	돼지고기고추장불고기(돈육:국내산)⑩ 쌀밥 아욱된장국 상추무침 알타리김치	안흥찐빵⑥ 우유②	돼지고기고추장불고기(돈육:국내산)⑩ 쌀밥 아욱된장국 상추무침 알타리김치	키위 방울토마토⑫	
5/18	토	뼈칼슘두유②	누룽지죽	김칫찌개⑤ 쌀밥 두부조림⑤ 계란찜① 깍두기	시리얼⑥ 우유②	김칫찌개⑤ 쌀밥 두부조림⑤ 계란찜① 깍두기	유아치즈②	

안내		[알레르기에 대한 조사는 등원시 조사되었습니다. 제거식 또는 대체식으로 제공됩니다] ♠ 위식단은 식재료의 수급상황에 식재료 및 원산지가 변경될 수 있으며, 식재료 변경시 같은 식품군으로 변경될 수 있습니다. ♠ 원산지 표기- 밥류,죽류,누룽지류(쌀,찹쌀,현미,흑미):국내산/ 반찬,찌개,탕,볶음밥용의 김치류(배추:국내산,고추분:국내산)/ 백김치(배추:국내산) / 배추겉절이(배추:국내산,고춧가루:중국산) / 두부,연두부,순두부,콩비지(콩:외국산)
알레르기 식품정보	일반 식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑰쇠고기 ⑱오징어 ⑲조개류 (아황산류는 표백제,보존료,산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다)
	소스 및 분말가공품 알레르기표시	※ 간장,고추장,된장,초고추장,자장분말⑤⑥ / 카레분말②⑤⑥ /돈가스소스⑤⑥⑫ /케찹⑫ /마요네즈,머스타드①⑤ ※ 어묵 ⑤⑥ / 맛살⑤⑥⑧/스모크햄⑩⑬⑮ / 김치류⑨
	식품알레르기 발생시 응급조치체계	♠식품 알레르기 의심증상 발생 ->부모 연락 -> 귀가및 병원 진료 ♠ 위험상황인 경우는 119연락 -> 즉시 병원방문하여 진료