



2024년 5월 점심 식단표

죽식②(영아, 만1-2세)



익산시
어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

날짜	식단안내		1일(수)	2일(목)	3일(금)								
오전간식			근로자의 날	♣사과+우유	(우리밀)잔치국수⑤⑥+ ♣오이 스틱								
점심				잡곡밥 열무된장국⑤⑥ 쇠고기양배추볶음⑤⑥⑩ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨	나물비빔밥&양념장⑤⑥ 유부맑은국⑤⑥ 떡갈비양파볶음⑤⑥⑩ 배추김치⑨								
오후간식				단호박죽⑨	②흑임자죽								
열량/단백질				433/20	457/15, (476/16)								
변동사항													
날짜	6일(월)	7일(화)	8일(수)	9일(목)	10일(금)								
오전간식		♣썬감자+우유②	(우리밀)채소전①⑤⑥ +(요구르트)②	♣(방울)토마토⑩+우유②	♣바나나+우유②								
점심		잡곡밥 미역국⑤⑥ 쪽파달걀말이①⑤ 버섯맛살볶음⑤⑥⑧ 배추김치⑨	잡곡밥 배추국⑦ 두부조림⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 수제비국⑥ 순살간장찜닭⑤⑥⑩ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	안매운돈육김치볶음밥⑤⑨⑩ 어묵국⑤⑥ 양배추 과일 샐러드⑤⑥ 배추김치⑨								
오후간식		누룽지죽	브로콜리치즈죽②	쇠고기죽⑤⑥⑩	단호박죽								
열량/단백질		454/17	457/19	451/19	460/18, (466/18)								
변동사항													
날짜	13일(월)	14일(화)	15일(수)	16일(목)	17일(금)								
오전간식	♣썬고구마+우유②	♣사과+(떠먹는요거트)②		♣오렌지+우유②	(우리밀)비빔국수⑤⑥ +요구르트②								
점심	잡곡밥 아욱된장국⑤⑥ 쇠고기양파볶음⑤⑥⑩ 미나리나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 감자맑은국 돈육목살구이⑩ 김구이 배추김치⑨		잡곡밥 배추맑은국 돈육장조림⑤⑥⑩ 마늘중볶음⑤⑥ 배추김치⑨	달걀카레덮밥⑤⑥⑩ 두부미소장국⑤⑥ 상추부추겉절이⑤⑥ 배추김치⑨								
오후간식	누룽지죽	두부죽⑤		달걀죽①⑤⑥	채소죽⑤⑥								
열량/단백질	455/16	415/15		421/17	447/18, (454/19)								
변동사항													
날짜	20일(월)	21일(화)	22일(수)	23일(목)	24일(금)								
오전간식	♣썬단호박+우유②	바람떡+우유②	♣(방울)토마토⑩+치즈②	(우리밀)안매운감자전⑤⑥⑨+우유	♣바나나+우유②								
점심	잡곡밥 콩나물국⑤ 돈육간장불고기⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 버섯된장국⑤⑥ 훈제오리채소볶음⑤⑥ 배추나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 복쌈국⑤⑥ 두부구이&양념장⑤⑥ 감자채볶음⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 애호박맑은국 삼색달걀찜① 브로콜리깨소스무침⑤⑥ 배추김치⑨	쇠고기무밥&양념장⑤⑥⑩ 미역국⑤⑥ 비엔나채소볶음⑤⑥⑩ 배추김치⑨								
오후간식	누룽지죽	게살죽⑤⑥⑧	김가루죽⑤⑥	달걀죽⑩	찰쌀당근죽								
열량/단백질	408/16	496/15	433/19	464/19	439/15, (454/15)								
변동사항													
날짜	27일(월)	28일(화)	29일(수)	30일(목)	31일(금)								
오전간식	♣썬고구마+우유②	소보로빵①②⑥+우유②	♣바나나+우유②	꿀떡+우유②	♣오렌지+우유②								
점심	잡곡밥 근대된장국⑤⑥ 치즈달걀비②⑤⑥⑩ 청경채무침⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 달걀팻국① 쇠고기부추볶음⑤⑥⑩ 양배추나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 시금치맑은국⑤⑥ 돈사태찜⑤⑥⑩ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 안매운김치국⑨ 쇠고기부추볶음⑤⑥⑩ 치커리오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	간장마파두부덮밥⑤⑥ 팽이버섯달걀국①⑤⑥ 물만두찜⑤⑥⑩ 배추김치⑨								
오후간식	누룽지죽	연두부죽⑤	아욱된장죽⑤⑥	쇠고기장국죽⑤⑥⑩	버섯죽								
열량/단백질	470/17	487/21	409/16	431/16	466/18, (472/18)								
변동사항													
원산지 표시	쌀 (밥,죽,누룽지) 국내산		콩 (두부,비지,콩국) 국내산		배추김치 (봄동,얼갈이) 국내산		고춧가루 국내산	쇠고기 국내산	돼지고기 국내산	닭고기 국내산	오리고기 국내산	오징어 해당없음	고등어 해당없음
※ 기관에서 사용하는 식재료에 따라 수정하여 사용하시면 됩니다.													
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우(갑각류) ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야황산류 ⑭호두 ⑮달고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 ※ 야황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.												