

아트리치어린이집

일 자				10월의 푸드브릿지 <숙주·콩나물>	1 (목)	2 (금) 당연한날		
오전간식				콩나물은 비타민C와 아스파라긴산이 풍부해 피로회복에 좋고 숙주는 철분과 카로틴이 풍부해 빈혈 예방에 도움을 줍니다!	닭살누룽지죽⑮	메론🍈&떠먹는요구르트②		
점 심					흑미밥 황태국⑤⑥ 제육볶음⑩ 미나리사과무침 배추김치⑨	쇠고기단호박영양밥⑤⑥⑩ 얼갈이된장국⑤⑥ 잔멸치조림 깍두기⑨		
오후간식					찐고구마🍠&우유②	크림스파게티⑥&수제야채피클		
일 자	5 (월)	6 (화)	7 (수)	8 (목)생일식단	9 (금)			
오전간식		키위🍌&치즈②	◆숙주된장죽⑤⑥	사과🍏&치즈②				
점 심		흑미밥 어묵탕 닭살구이⑤⑥⑮ 참나물무침 배추김치⑨	차조밥 애호박된장국⑤⑥ 새우살오징어채소볶음⑤⑨ 연근데리야끼조림⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 소고기미역국⑩ 동태달걀전① 시금치나물 배추김치⑨				
오후간식		찐감자🍠&옥수수차	슈크림빵&우유②	찐만두⑩&보리차				
일 자	12 (월)	13 (화)	14 (수)	15 (목)	16 (금)			
오전간식	곡물시리얼&우유②	달걀야채죽①	단감🍠&치즈②	쇠고기야채죽⑩	바나나🍌&치즈②			
점 심	현미밥 청경채된장국⑤⑥ 쇠고기당근찜⑩ 고구마순나물 깍두기⑨	버섯무밥+양념장⑤⑥ 대구살감자국 두부카레조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 물만둣국⑩ 시금치스크램블에그①②⑤ 토마토치즈샐러드②⑫ 배추김치⑨	보리밥 근대된장국⑤⑥ 닭살우영조림⑮ 청포묵김무침 배추김치⑨	기장밥 유부숙각국⑤⑥ ◆돼지고기콩나물볶음⑩ 가지양념찜 깍두기⑨			
오후간식	부추전①⑤⑥&옥수수차	찐단호박🍠&우유②	들기름막국수③⑤⑥&메밀차	크림치즈찰식빵&우유②	김가루야채주먹밥⑤&보리차			
일 자	19 (월)	20 (화)	21 (수)	22 (목) 가을운동회	23 (금)			
오전간식	파프리카🍆 &떠먹는요구르트②	닭살새송이죽⑮	사과🍏&우유②	동태살야채죽	굴🍤&치즈②			
점 심	흑미밥 맑은순두부국⑤ 훈제오리버섯볶음 시래기나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩가루배추국 삼치간장조림⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 ◆닭살숙주국⑮ 야채달걀찜① 취나물들기름무침 깍두기⑨	돼지고기소보로볶음밥⑩ 팽이버섯장국⑤⑥ 브로콜리과일샐러드 배추김치⑨	차조밥 소고기무국⑩ 메추리알장조림① 깍두기⑨			
오후간식	찐고구마🍠&동글레차	잼샌드위치①②⑥&우유②	비빔국수⑤⑥&보리차	카스테라①②⑥&우유②	갈비만두⑩&옥수수차			
일 자	26 (월)	27 (화)	28 (수)	29 (목)	30 (금) 국없는날			
오전간식	샤인머스켓🍇&치즈②	게살스프①⑤⑥⑧	바나나🍌&치즈②	전복야채죽⑩	배🍌&치즈②			
점 심	보리밥 시금치된장국⑤⑥ 닭살부추찜⑤⑥⑮ ◆콩나물들깨무침⑤ 배추김치⑨	수수밥 콩비지찌개⑤⑩ 동그랑땡전⑩ 파래김구이 깍두기⑨	소고기야채볶음밥⑩ 아욱된장국⑤⑥ 오이파프리카무침 배추김치	기장밥 버섯무국⑤⑥ 돼지고기가지미트볼조림⑩ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨	쇠고기하이라이스⑤⑥⑩ 순살치킨까스⑮ 양배추콘마요샐러드 배추김치⑨			
오후간식	어묵주먹밥⑤⑥&보리차	찐감자🍠&우유②	오징어어묵밥⑦&옥수수차	블루베리생식빵①②⑥&우유②	안매운김치전⑥&메밀차			
공지사항					식단 표시 내용 자연간식🍌 ◆푸드브릿지			
원산지 표시	쇠고기 (한우/우유/달걀)	돼지고기	닭고기	배추김치		쌀	콩	<식품 알레르기 유발물질>
				배추	고춧가루	(한/죽/누룽지)	(두부류/콩/땅콩)	
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	오리고기	오징어	명태 (=동태/코다리)	삼치/고등어	대구살	가자미	임연수	
	국내산	국내산	러시아산	국내산	러시아산	미국산	러시아산	
⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.								