11 월 식 단 표 국회 제2어린이집

날짜	2 (월)	3 (화)	4 (수) 국 없는 날	5 (목)	6 (금)
오전 간식	고구마타락죽	붕어빵 흰우유/포도	흰살생선김가루죽	옥수수플레이크 흰우유	한우아욱죽
점심	기장밥 근대된장국 닭볶음탕 진미채무침 배추김치	귀리밥 한우된장찌개 떡갈비구이 배무생채 배추김치	버터치킨커리 갈릭난 돈까스 양상추샐러드 배추김치 떠먹는요거트	수수밥 달걀파국 임연수데리구이 건파래볶음 배추김치	홍국찹쌀밥 황태미역국 오리주물럭&무쌈 미나리숙주나물 배추김치
오후 간식	잔멸치주먹밥 결명자차	새우로제파스타	밭에서따온사과빵 흰우유/바나나	잔치국수	새송이배추전 유기농감귤주스/배
저녁	잡곡밥 모듬버섯국 돼지고기당근볶음 청경채나물 배추김치	잡곡밥 비지찌개 고등어조림 애호박볶음 깍두기	잡곡밥 순두부백탕 미트볼볶음 꼬시래기무침 배추김치	잡곡밥 바지락쑥갓국 닭살파프리카볶음 고사리나물 배추김치	햄야채볶음밥 유부장국 치킨너겟 배추김치
날짜	9 (월)	10 (화)	11 (수)	12 (목)	13 (금)
오전 간식	바나나&치즈 플레인요구르트	한우애호박죽	찐감자 흰우유	치즈스프 크로와상	연두부야채죽
점심	현미밥 참치김치찌개 닭살간장조림 도토리묵무침 깍두기	간장달걀볶음밥 배추된장국 함박브로콜리볶음 콩나물무침 깍두기	흑미밥 게살팽이스프 돈육피망잡채&꽃빵 청경채나물 깍두기	적미밥 청국장찌개 가자미카레튀김 양배추사과무침 깍두기	수수밥 맑은미역국 한우버섯불고기 취나물두부무침 깍두기
오후 간식	시금치프리타타 흰우유	군만두 현미차/배	유부초밥 보리차	칼국수	프렌치토스트 흰우유/단감
저녁	잡곡밥 우거지국 돈사태찜 고구마순나물 깍두기	잡곡밥 어묵국 닭살데리야끼볶음 오이지무침 배추김치	잡곡밥 다시마무국 고기완자전 열무나물 배추김치	잡곡밥 닭개장 소세지야채볶음 미역초무침 배추김치	미니주먹밥 수제비국 탕수육 깍두기
날짜	16 (월)	17 (화)	18 (수) 국 없는 날	19 (목)	20 (금)
오전 간식	곡물플레이크 흰우유	찹쌀단호박죽	듀얼잼파이 흰우유/포도	닭살배추죽	찐달걀&잔멸치 흰우유
점심	강황찹쌀밥 순두부찌개 돈육폭찹 맥앤치즈 깍두기	현미밥 닭곰탕 방어무조림 수제김구이 배추김치	하이라이스 멘치까스 스크램블에그 세발나물무침 깍두기 방울토마토	찹쌀밥 만둣국 동그랑땡전 크랜베리멸치볶음 배추김치	기장밥 시래기된장국 닭살단호박조림 새우브로콜리샐러드 깍두기
오후 간식	유부우동	미니핫도그 흰우유/귤	나가사키짬뽕	고구마퀘사디아 흰우유	두부강정 유자차/파인애플
저녁	잡곡밥 낙지청경채국 메추리알장조림 가지나물 깍두기	잡곡밥 한우콩나물국 볼어묵볶음 깻잎순나물 깍두기	잡곡밥 북엇국 돈육양배추볶음 시금치나물 깍두기	잡곡밥 새우젓애호박국 임연수구이 유채나물 배추김치	미니주먹밥 잔치국수 메밀전병 배추김치

이화여자대학교 위탁운영
국회 제2어린이집

날짜	23 (월)	24 (화)	25 (수)	26 (목)	27 (금)
오전 간식	블루베리&치즈 플레인요구르트	영양닭죽	찐단호박 흰우유	당근스프 모닝빵	한우양송이죽
점심	기장밥 바지락미역국 춘천닭갈비 메밀막국수 배추김치	발아삼색밥 돈육들깨탕 동태강정 연근샐러드 배추김치	참치비빔밥 한우미역국 달걀후라이 청포묵무침 열무김치	수수밥 근대된장국 돈육보쌈&상추쌈 새송이버섯볶음 배추김치	찹쌀밥 한우무국 두부조림 베이컨감자채볶음 배추김치
오후 간식	게살마요주먹밥 보리차	딸기잼샌드위치 흰우유/사과	간장라구파스타	애호박채전 둥굴레차	고구마맛탕 흰우유
저녁	잡곡밥 연두부국 돈육두루치기 우엉채조림 깍두기	잡곡밥 북엇국 훈제오리볶음 부추무침 배추김치	잡곡밥 모듬해물국 치킨너겟 비타민나물 깍두기	잡곡밥 콩가루배춧국 삼치구이 건파래볶음 깍두기	짜장밥 콩나물국 야채춘권 배추김치
날짜	30 (월)				
오전 간식	옥수수타락죽				
점심	수수밥 어린이부대찌개 깻잎달걀말이 유채나물무침 깍두기				
오후 간식	식빵피자 흰우유/귤				
저녁	잡곡밥 아욱된장국 꽁치무조림 취나물무침 배추김치				

* 우리 농산물/유기농 식자재를 사용하며 제철 음식을 제공합니다.
* 쇠고기(한우), 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 쌀(밥, 죽, 누룽지 등), 흑미, 현미, 찹쌀, 콩(두부류, 콩국수, 콩비지), 김치(배추, 고춧가루), 고등어, 참조기, 오징어, 낙지 등의 식재료는 국내산을 사용합니다.
* 동태, 명태류(반건조)는 러시아산이며 다랑어(참치캔)은 원양산, (가)다랑어(가쓰오부시)는 인도네시아, 주꾸미는 베트남산입니다.
* 진미채는 오징어(페루산)입니다.
* 김치류(반찬 외 찌개, 탕용, 겉절이, 보쌈김치, 씻은 김치 포함)의 배추, 고춧가루는 국내산으로 어린이집에서 직접 담가 제공합니다. (만 0세는 백김치를 제공합니다.)
* 축산물 중 돼지와 닭은 저지방 부위(돼지전지, 돼지등심, 닭안심, 닭가슴살)위주로 사용하여 지방 섭취를 최소화합니다.
* 상기 메뉴는 식자재 수급 상황에 따라 같은 식품군으로 변경될 수 있습니다.
* 현장 학습 일정에 따라 해당 학급의 간식이 변경될 수 있습니다.
* 알레르기 정보 ①난류,②우유,③메밀,④땅콩,⑤대두,⑥밀,⑦고등어,⑧게,⑨새우, ⑩돼지고기,⑪복숭아,⑫토마토 등과 이들 식품의 성분을 함유한 식품 또는 식품첨가물. 해당 식품에 특정 증상을 보이는 영유아 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 영유아들은 사전에 담임교사에게 알려주시기 바랍니다.
* 나트륨 섭취를 줄이기 위해 한 달에 2번(수요일) '국 없는 날'을 실시하여 국 대신 후식을 제공합니다.