동래구 어린이급식관리지원센터 Center for Children's Foodservice Management

행 복 한 식 탁
11월 급식 소식

◇운영철학◇
원아상:몸과 마음이 건강하고 밝고 씩씩한 어린이
부모상:신뢰와 믿음으로 참여하는 부모
교사상:애정과 사랑으로 참교육을 실천하는 사명감 있는 교사
질 좋은 먹거리로 우리 어린이들이 건강하고 활기차게 생활 해 나갈 수 있도록 돕겠습니다.

일자	2(월)	3(화)	4(수)슬기로운저염day	5(목)골고루day	6(금)	7(토)
오전간식	양배추죽	표고버섯죽⑱	견과죽	❶배추죽	옥수수죽②	
점심	돈육짜장밥⑤⑥⑩ 저염콩나물국⑤ 후르츠탕수육①⑤⑥⑩⑫ 깍두기⑨	잡곡밥 배추맑은된장국 순살간장닭볶음탕⑤⑥⑮ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 다시마양파국 버섯쇠불고기⑤⑥⑯ 애호박나물⑤ 배추김치⑨	기장밥 근대된장국⑤⑥ 달걀장조림①⑤⑥ 브로콜리새우볶음⑤⑥⑨ 배추김치⑨	수수밥 새우두부탕국⑤⑥⑨⑱ 유자청돼지불고기⑤⑥⑩ 파프리카오이무침①⑤ 깍두기⑨	자율식
오후간식	대만카스텔볶음우동⑤⑥⑩⑮⑱/우유②	찐단호박/우유②	사과/우유②	고구마맛탕⑤/우유②	귤/우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	684/22	605/25	641/25	771/28	836/24	
일자	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)골고루day	13(금)	14(토)
오전간식	닭가슴살죽⑮	연두부죽⑤	시금치죽	현미파프리카죽	브로콜리죽	
점심	쌀밥 황태미역국⑤⑥ 쇠고기시금치볶음⑤⑯⑱ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨	잡곡밥 맑은애호박국⑤⑥ 고등어구이⑤⑦ 열무된장무침⑤⑥ 배추김치⑨	새우달걀덮밥①⑤⑥⑨ 물만둣국⑤⑥⑩⑯⑱ 볼어묵조림⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 무채국⑤⑥ ❷닭살배추볶음⑤⑥⑮ 세발나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 된장찌개⑤⑥ 삼겹살구이⑩ 상추사과무침⑤⑥ 배추김치⑨	자율식
오후간식	김가루채소주먹밥⑤/우유②	찐감자/우유②	메론/우유②	단호박튀기⑤/우유②	사과/우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	710/32	614/23	614/22	714/23	794/25	
일자	16(월)	17(화)	18(수)슬기로운저염day	19(목)골고루day	20(금)	21(토)
오전간식	잣죽⑲	감자죽	누룽지죽	김가루죽	콩나물죽⑤	
점심	쌀밥 안매운콩비지찌개⑤⑨⑩ 돈육느타리잡채⑤⑥⑩ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 북엇국⑤⑥ 간장오리불고기⑤⑥ 부추나물⑤⑥ 깍두기⑨	오징어굴소스볶음밥 ⑤⑥⑰⑱ 숭늉 두부샐러드⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 ❸콩가루배춧국⑤⑥ 차돌박이숙주볶음⑤⑥⑯ 연근참깨무침①⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 닭곰탕⑮ 파프리카달걀말이①⑤ 당근감자채볶음⑤⑥ 깍두기⑨	자율식
오후간식	잔치국수⑤⑥/우유②	찐고구마/우유②	단감/우유	늙은호박전⑤⑥/우유②	바나나//우유	
열량(kcal)/단백질(g)	743/28	748/26	615/22	706/21	769/25	
일자	23(월)	24(화)	25(수)잔반없는day	26(목)골고루day	27(금)	28(토)
오전간식	당근양파죽	쇠고기죽⑯	고구마죽	참깨죽	황태죽	
점심	쌀밥 부추재첩국⑱ 닭고기깻잎볶음⑤⑥⑮ 도토리묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 안매운순두부찌개①⑤ 콘달걀찜① 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	카레라이스②⑤⑥⑩ 유부장국⑤⑥ 동그랑땡⑤⑥⑩⑮⑯ 배추김치⑨	기장밥 청경채맑은국 간장제육볶음⑤⑥⑩ ❹배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 버섯쇠고기국⑤⑥⑯ 코다리조림⑤⑥ 얼갈이나물⑤⑥ 배추김치⑨	자율식
오후간식	새우채소주먹밥⑤⑨/우유②	찐감자/우유②	귤/우유	물만두⑤⑥⑩/우유②	샤인머스켓//우유	
열량(kcal)/단백질(g)	790/28	689/31	705/21	753/23	702/26	
일자	30(월)		「식단 이용시 참고사항」			
오전간식	달걀죽①		1. 11월의 푸드브릿지 : 배추			
점심	쌀밥 시락국⑤⑥ 쇠고기감자조림⑤⑥⑯ 가지들깨나물⑤⑥ 배추김치⑨		❶ 1단계(친해지기) : 배추죽 ❷ 2단계(간접노출) : 닭살배추볶음 ❸ 3단계(소극적노출) : 콩가루배춧국 ❹ 4단계(적극적노출) : 배추나물			
오후간식	꼬마김밥⑤⑥⑩/우유②		2.알레르기 유발식품 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(홍합, 굴, 전복포함) ⑲잣 *아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.			
열량(kcal)/단백질(g)	814/30					

일괄 원산지 표시	쌀(밥/죽/누룽지)					콩(두부류/콩국수/콩비지)			쇠고기	육류		
	백미	현미	찹쌀	흑미	누룽지	두부	순두부	연두부	소고기	돼지고기	닭고기	오리고기
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산				호주산	국내산	국내산	국내산
	김치(배추/얼갈이/봄동)			수산물			식육·어육가공품					
	배추	고춧가루		고등어	주꾸미	전복						
	국내산	국내산		산	산	산						

☞ 매월 동일한 원산지로 제공하는 식품의 경우 식단표 하단 '일괄원산지표시'란에 표시해 주시기 바랍니다.
☞ 위 식단은 식자재의 수급사정에 따라 변경 될 수 있습니다.

세계 최인 인물이 자라는 곳,
행복한 아이들의 세상
주 영 어 린 이 집