

국공립다온빛어린이집 10월 일반간식형 식단표 (만 1~2세)

날짜		『 식단 이용시 참고사항 』		1(목)	2(금)
오전간식		알레르기를 유발할 수 있는 식품 19종 ①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀 ⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기⑪복숭아⑫토마토 ⑬아황산류⑭호두⑮닭고기⑯쇠고기⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑳잣 ※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.		두부감자죽⑤	멜론
점심				수수밥 감자된장국⑤⑥ 돈독살양념구이⑤⑥⑩ 열무나물무침⑤④ 배추김치⑨	백미밥 소고기미역국⑤⑥⑬ 한식잡채⑤⑥ 팽이버섯전①⑤ 배추김치⑨
오후간식				프렌치토스트①②⑤⑥/ 유기농요구르트②	케이크①②⑤⑥, 우유②
열량/단백질				380/15	443/11
날짜	5(월) 대체휴일	6(화)	7(수) 	8(목)	9(금) 한글날
오전간식		노른자고구마죽①	사과/우유②	소고기단호박죽⑬	
점심		백미밥 콩나물국⑤ 오리훈제구이①②⑤⑥⑬ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	두부채소볶음밥⑤⑥ 군만두&간장①②⑤⑥⑩⑬ 상추당근무침⑤④ 깍두기⑨	차조밥 수제비국⑤⑥ 소고기바베구이⑤⑥⑩⑬⑭ ⑮ 부추사과무침 깍두기⑨	
오후간식		찐고구마/우유②	소면채소무침⑤④	베이컨감자범벅①⑤⑩// 유기농요구르트②	
열량/단백질		444/17	442/16	437/15	
날짜	12(월)	13(화)	14(수) 	15(목)	16(금)
오전간식	멜론/우유②	두부팽이죽⑤	배/우유②	애호박새송이죽	사과
점심	백미밥 근대국⑤④ 순살찜닭⑤⑥⑬ 청포묵무침⑤④ 깍두기⑨	기장밥 안매운육개장⑤⑥⑬ 두부강정⑤⑥⑭ 우영채조림⑤④ 배추김치⑨	소고기새싹비빔밥⑤⑥⑬ 미소장국⑤④ 메추리알조림①⑤④ 배추김치⑨	수수밥 복어채국① 돈육새송이장조림⑤⑥⑩ 애호박나물⑤④ 깍두기⑨	차조밥 다시마무국⑤④ 소불고기⑤⑥⑬ 콩나물무침⑤④ 배추김치⑨
오후간식	미니핫도그①②⑤⑥⑩⑬	삶은달걀①/우유②	카스테라①②⑤⑥/우유②	시리얼⑤⑥/우유②	후리가게주먹밥/ 유기농요구르트②
열량/단백질	390/15	443/18	421/17	432/20	407/16
날짜	19(월) 	20(화) 	21(수)	22(목)	23(금)
오전간식	샤인머스켓	감자양배추죽	굴	소고기미역국⑬	단감
점심	백미밥 닭곰탕⑬ 두부구이&양념장⑤④ 느타리버섯볶음⑤ 깍두기⑨	수수밥 어묵국⑤④ 돈육채소볶음⑤⑥⑩ 들기름양배추무침⑤④ 배추김치⑨	오므라이스①②⑤⑥⑩⑬⑭⑮ 부추양파국⑤ 과일요거트범벅②⑭ 배추김치⑨	기장밥 들깨미역국⑤④ 소고기숙주볶음⑤⑥⑬ 열갈이무침⑤④ 깍두기⑨	차조밥 맑은청경채국⑤④ 떡갈비채소조림⑤⑥⑩⑬ 오이나물⑤ 깍두기⑨
오후간식	딸기샌드위치①②⑤⑥/ 우유②	찐감자/우유②	유부초밥⑤④	푸실리파스타⑤⑥⑩/ 유기농요구르트②	치즈빵①②⑤⑥/우유②
열량/단백질	405/16	390/14	377/13	397/15	390/13
날짜	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)
오전간식	사과/치즈②	동태살단호박죽	샤인머스켓	브로콜리표고죽	굴
점심	기장밥 팽이미소국⑤④ 닭볶음탕⑤⑥⑬ 청경채나물⑤④ 깍두기⑨	차조밥 맑은감자국⑤④ 닭강정⑤⑥⑬ 가지양념무침⑤④ 배추김치⑨	안매운파두부덮밥⑤⑥⑩ 무채국⑤④ 숙주맛살무침⑤⑥⑧ 깍두기⑨	백미밥 표고버섯국⑤④ 돼지고기짜장조림②⑤⑥⑩⑬⑮ 브로콜리참깨무침①⑤④ 배추김치⑨	수수밥 소고기된장찌개⑤⑥⑬ 치즈달걀말이①②⑤ 김구이&양념장⑤④ 배추김치⑨
오후간식	채소고로케①⑤④	찐단호박/우유②	크림우동①⑤⑩	치즈스틱②⑤⑥/ 유기농요구르트②	슈크림빵①②⑤⑥/우유②
열량/단백질	401/15	416/14	386/13	398/19	396/18

『 원산지 표시 』									
쌀 (밥,죽,누룽지)	백미 : 국내산		콩 (대두)	공비지 : ※ 사용 시 기재		수산물/ 수산물가공품	(예시) 참치단호박범벅 : 가다랑어(원양산)		
	현미 : ※ 사용 시 기재			두부 : 국내산			27일 동태살단호박죽 : 동태-러시아		
	찰쌀 : ※ 사용 시 기재			순두부 : 예시) 국내산			28일 숙주맛살무침 : 맛살-연육(미국 인도 베트남산)		
				연두부 : 예시) 국내산					
소고기 ★혼합사용시 메뉴명 별도작성 후 원산지 기재	국내산	외국산	김치류 (열갈이,봉통포함)	배추 : 국내산 고춧가루 : 국내산		식육가공품 ★메뉴에 해당하는 식육의 종류를 기재 예시) 돈까스: 돼지고기(국내산)	(예시) 너비아니구이 : 소고기(국내산)		
	■ 한우(국거리) ☐ 육우 ☐ 젖소	호주산(반찬)	돼지고기	국내산			2일 너비아니구이 : 닭고기+돼지고기(국내산)		
			닭고기	국내산			6일 오리훈제구이 : 오리-국내산		
			오리고기	※ 사용 시 기재			7일 군만두 : 돼지고기-국내산		
					8일 베이컨감자범벅 : 베이컨 (돼지고기+스페인미국캐나다)				
					21일 오므라이스 : 햄 (돼지고기-국내산)				
				23일 떡갈비채소조림 : 돼지고기-국내산					

↳ 구입한 소고기의 원산지,종류가 모두 동일시 : 일괄표시가능

↳ 2가지 이상의 육류가 혼합된 가공품의 경우 모두 기재 예시) 미트볼:소고기(국내산)/돼지고기(국내산)