

두산위브더제니스 어린이집 10월 주간식형 식단표 (만 0~1세)

날짜	『식단 감수 안내 QR코드』	『식단 이용시 참고사항』		1(목)	2(금)	3(토) 개천절
오전간식		알레르기를 유발할 수 있는 식품 19종		양송이죽	소고기당근죽⑩	
점심		①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀 ⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기⑪복숭아⑫토마토 ⑬아황산류⑭호두⑮닭고기⑯쇠고기⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣 ※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.		수수밥 감자된장국⑤⑥ 돈독살양념구이⑤⑥⑩ 얼무나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 미역국⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑩ 연근조림⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식				프렌치토스트①②⑤④	단팥빵①②⑤⑥/우유② /바나나	
열량/단백질				406/16	485/15	
날짜	5(월) 대체휴일	6(화)	7(수) 	8(목)	9(금) 한글날	10(토)
오전간식		두부참깨죽⑤④	달걀채소죽①	황태우죽		마시는요거트②
점심		백미밥 콩나물국⑤ 오리훈제구이①②⑤⑥⑩ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	두부채소볶음밥⑤⑥ 군만두&간장①②⑤⑥⑩⑩ 상추당근무침⑤⑥ 깍두기⑨ (선택:아욱된장국⑤⑥)	차조밥 수제비국⑤⑥ 소고기바베큐구이⑤⑥ ⑩⑩⑩⑩ 부추사과무침 깍두기⑨		쌀국수⑩ 김가루주먹밥⑤ 춘권튀김⑤⑥⑩ 깍두기⑨
오후간식		찐고구마/우유②	소면채소무침⑤⑥/사과	★참치단호박범벅①⑤ (대체:배이간장자범벅①⑤⑩)		
열량/단백질		430/18	459/15	436/17 459/16		352/12
날짜	12(월)	13(화)	14(수) 	15(목)	16(금)	17(토)
오전간식	브로콜리치즈죽②	배추된장죽⑤⑥	고구마우유죽②	당근우영죽⑤⑥	순두부게살스프①⑤⑥⑧	떠먹는요거트②
점심	백미밥 근대국⑤④ 순살찜닭⑤⑥⑩ 청포묵무침⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 안매운육개장⑤⑥⑩ 두부강정⑤⑥② 우영채조림⑤⑥ 배추김치⑨	소고기새싹비빔밥⑤⑥⑩ 미소장국⑤⑥ 메추리알조림①⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 복어채국① 돈육새송이장조림⑤⑥⑩ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 다시마무국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	하이라이스②⑤⑥⑩⑩⑩ ⑩⑩⑩ 달걀파국① 옥수수고로케①⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	미니핫도그①②⑤⑥⑩⑩⑩ /배	삶은달걀①/우유②	후리가케주먹밥/키위	크림우동①⑤⑩	카스테라①②⑤⑥/우유② /단감	
열량/단백질	438/16	456/18	437/15	426/19	440/20	374/17
날짜	19(월) 	20(화) 	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)
오전간식	단호박죽	참치양파죽	시금치참쌀죽	노른자영양죽①	무채소죽	마시는요거트②
점심	백미밥 닭곰탕⑩ 두부구이&양념장⑤⑥ 느타리버섯볶음⑤ 깍두기⑨	수수밥 어묵국⑤⑥ 돈육채소볶음⑤⑥⑩ 들기름양배추무침⑤④ 배추김치⑨	오므라이스①②⑤⑥⑩⑩⑩ ⑩⑩ 부추양파국⑤ 과일요거트범벅②⑩ 배추김치⑨	기장밥 들깨미역국⑤⑥ 소고기숙주볶음⑤⑥⑩ 얼갈이무침⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 맑은청경채국⑤④ 떡갈비채소조림⑤⑥⑩⑩ 오이나물⑤ 깍두기⑨	돈까스덮밥①⑤⑥⑩⑩⑩⑩ 콩가루단배춧국⑤④ 양상추샐러드⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	딸기잼샌드위치①②⑤⑥ /우유②/사과	찐감자/우유②	유부초밥⑤⑥/씨없는포도	푸실리파스타⑤⑥⑩	치즈빵①②⑤⑥/우유② /굴	
열량/단백질	483/17	398/17	438/14	414/14	445/17	325/11
날짜	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)	31(토)
오전간식	콩나물백김치죽⑤⑨	누룽지닭살죽⑤⑥⑩	옥수수스프②⑤④⑥⑩⑥	연두부채소죽⑤	새우살애호박죽⑨	떠먹는요거트②
점심	기장밥 팽이버섯국⑤⑥ 닭볶음탕⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 맑은감자국⑤④ ♥동태살강정⑤⑥ (대체:닭강정⑤⑥⑥) 가지양념무침⑤⑥ 배추김치⑨	안매운마파두부덮밥⑤⑥⑩ 무채국⑤⑥ 숙주맛살무침⑤⑥④ 깍두기⑨	백미밥 표고버섯국⑤⑥ 돼지고기짜장조림②⑤⑥ ⑩⑩⑩ 브로콜리참깨무침①⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 소고기된장찌개⑤⑥⑩ 치즈달걀말이①②⑤ 김구이&양념장⑤⑥ 배추김치⑨	미니칼국수⑤④ 메밀전병구이③⑤⑥⑩⑩ 배추김치⑨ 사과
오후간식	채소고로케①⑤⑥ /오이스틱	찐단호박/우유②	시리얼⑤⑥/우유②/바나나	치즈스틱②⑤⑥	슈크림빵①②⑤⑥/우유② /오렌지	
열량/단백질	421/15	413/16 431/24	453/17	424/20	463/21	265/9

『 원산지 표시 』						
쌀 (밥,죽,누룽지)	백미 : 국내산		콩 (대두)	콩비지 : 국내산	수산물/ 수산물가공품	(예시) 참치단호박범벅 : 가다랑어(원양산)
	현미 : 국내산			두부 : 국내산		8일 참치단호박범벅 : 가다랑어(원양산) 16일 순두부게살스프 : 연육인 경우 생략 가능
	찰쌀 : 국내산			순두부 : 국내산		20일 참치양파죽 :가다랑어(원양산) 27일 동태살강정 : 동태(러시아)
				연두부 : 국내산		28일 숙주맛살무침 : 연육인 경우 생략 가능
소고기 ★혼합사용시 메뉴명 별도작성 후 원산지 기재	국내산	외국산	김치류 (열갈이,봉동포함)	배추 : 국내산	식육가공품 ★메뉴에 해당하는 식육의 종류를 기재 예시) 돈까스: 돼지고기(국내산)	(예시) 너비아니구이 : 소고기(국내산)
	☒ 한우 ☒ 육우 ☐ 젖소 호주산,캐나다산			고춧가루 : 국내산		2일 너비아니구이 : 소고기(국내산),돼지고기(국내산)
			돼지고기	국내산		6일 오리훈제구이 : 국내산
			닭고기	국내산		7일 군만두 : 국내산
			오리고기	국내산		8일 베이컨감자범벅 : 돼지고기(스페인산) 21일 오므라이스 : 햄 (돼지고기:스페인,캐나다) 23일 떡갈비채소조림 : 돼지고기:국산,외국산:미국

↳ 구입한 소고기의 원산지,종류가 모두 동일시 : 일괄표시가능

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