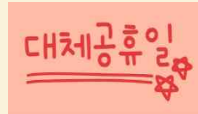




10월 식단



구 분		월	화	수	목	금	
일 자		 마리아 어린이집			1	2	
오전 간식					당근치즈죽	닭살채소죽	
점 심					쌀밥 맑은배추국 다진고기두부조림 숙주나물무침 깍두기	쌀밥 팽이버섯된장국 소고기채소볶음 오이나물 배추김치	
오후 간식					카스테라&포도주스	사과&쌀과자	
에너지	단백질				636/26	679/23	
일 자		5	6	7	8	9	
오전 간식			감자애호박죽	버섯채소죽	누룽지		
점 심			쌀밥 소고기무국 채소달걀찜 참나물무침 배추김치	쌀밥 콩나물국 돼지고기채소볶음 가지나물 배추김치	<국 없는 날> 당근카레라이스 너비아니구이 김자반볶음 깍두기		
오후 간식			바나나&짜먹는요구르트	물만두&포도주스	모닝빵&우유		
에너지	단백질		655/28	668/23	680/29		
일 자		12	13	14	15	16	
오전 간식		누룽지	해물채소죽	참깨채소죽	닭가슴살채소죽	소고기채소죽	
점 심		쌀밥 복엇국 닭살채소볶음 애호박나물 배추김치	쌀밥 열무된장국 등심돈가스&소스 오이과일샐러드 배추김치	쌀밥 소고기미역국 순살차참치볶음 느타리버섯나물 배추김치	쌀밥 어묵무국 당근돈육조림 시금치나물 배추김치	쌀밥 버섯된장국 비엔나햄구이 양배추나물 깍두기	
오후 간식		찐고구마&우유	물만두&포도주스	사과&두유	카스테라&우유	바나나&저당요구르트	
에너지	단백질	675/38	636/32	623/28	652/31	601/21	
일 자		19	20	21	22	23	
오전 간식		해물채소죽	전복죽	버섯채소죽	소고기브로콜리죽	닭살부추죽	
점 심		쌀밥 들깨두부버섯국 어묵채소조림 잔멸치볶음 배추김치	쌀밥 얼갈이된장국 소불고기 감자채당근볶음 깍두기	<국 없는 날> 연근하이라이스 치킨너겟 오이무침 배추김치	쌀밥 감자양파된장국 간장오리주물럭 김자반볶음 배추김치	쌀밥 돈육애호박국 참치채소조림 가지나물 깍두기	
오후간식		찐단호박&우유	바나나&우유	물만두&포도주스	토스트&우유	사과&짜먹는요구르트	
에너지	단백질	660/29	676/26	639/32	612/23	603/27	
일 자		26	27	28	29	30	
오전 간식		버섯채소죽	단호박죽	소고기청경채죽	누룽지	게살채소죽	
점 심		쌀밥 소고기무국 동그랑땡구이 콩나물무침 배추김치	쌀밥 어묵국 연두부&양념장 사과상추무침 배추김치	쌀밥 해물미역국 순살찜닭 배추나물 깍두기	쌀밥 황태국 메추리알장조림 새송이버섯나물 배추김치	쌀밥 얼갈이된장국 돼지불고기 참치양배추볶음 깍두기	
오후 간식		찐고구마&우유	카스테라&두유	사과&우유	물만두&포도주스	바나나&짜먹는요구르트	
에너지	단백질	632/26	601/25	650/35	637/28	639/34	
원 산 지 표 시	쌀 (밥/죽)	콩	배추김치	수산/가공품	소고기	축산물	식육가공품
	백미	국내산					
	잡쌀	국내산					
	현미	국내산					
원 산 지 표 시	국내산	두부	배추	어묵	국거리용	돼지고기	너비아니
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	고기	등심돈가스
	국내산	순두부	고춧가루	전복		오리고기	치킨너겟
	국내산	연두부		참치			동그랑땡
원 산 지 표 시	국내산	국내산		원양산			비엔나햄
	국내산						국내산
	국내산						국내산
	국내산						국내산

■ 위식단은 식재료 수급상황에 맞추어 변동될 수 있습니다.

