11월 식단 유아반

첫째주	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
오전간식	검은깨죽	바나나, 우유	단호박죽	닭살부추죽	배, 우유	우유
점심	백미밥 콩나물국 오리불고기 상추무침 깍두기	현미밥 시금치국 소고기버섯볶음 김파프리카무침 배추김치	소고기콩나물밥 새송이들깨무침 돌자반아몬드볶음 깍두기 딸기라떼	기장밥 한우육개장 콘치즈계란찜 우엉밤조림 배추김치	백미밥 애배추된장국 생선가스 양배추사과샐러드 배추김치	백미밥 오징어두부조림 감자당근볶음 배추김치
오후간식	물만둣국	어묵국수	찐고구마, 옥수수차	감자샌드위치, 우유	미니단팥빵, 야쿠르트	
둘째주	**9(월)**	**10(화)**	**11(수)**	**12(목)**	**13(금)**	**14(토)**
오전간식	우리쌀시리얼, 우유	참치야채죽	소고기버섯죽	사과, 우유	토마토, 플레인요거트	우유
점심	백미밥 새우살계란탕 야채닭갈비 오이새콤무침 깍두기	검은쌀밥 소고기미역국 어묵잡채 청경채유자무침 배추김치	계란볶음밥 짜장소스 애호박나물볶음 깍두기 짜요짜요	보리쌀밥 얼갈이국 삼치카레구이 브로콜리두부무침 배추김치	백미밥 황태감잣국 로제닭조림 콩나물무침 배추김치	백미밥 깻잎계란말이 가지나물볶음 배추김치
오후간식	감자수제비	단호박찜, 오미자차	쨈샌드위치, 우유	오일파스타	카스테라, 우유	
셋째주	**16(월)**	**17(화)**	**18(수)**	**19(목)**	**20(금)**	**21(토)**
오전간식	바나나, 우유	양송이스프	잣죽	닭살녹두죽	배, 우유	우유
점심	백미밥 어묵국 돼지고기장조림 시금치나물무침 깍두기	조각콩밥 닭곰탕 오징어돈육불고기 소고기가지볶음 배추김치	소고기전복밥 연근흑임자샐러드 새송이버섯볶음 깍두기 복숭아주스	차조밥 순두부국 참치계란말이 세멸치볶음 배추김치	백미밥 들깨시락국 코다리살무조림 숙주김무침 배추김치	백미밥 치킨가스 양배추콘샐러드 배추김치
오후간식	간장비빔국수	찐고구마, 결명자차	샐러드빵, 우유	온메밀국수	소보로빵, 두유	
넷째주	**23(월)**	**24(화)**	**25(수)**	**26(목)**	**27(금)**	**28(토)**
오전간식	새우살죽	소고기죽	검은깨죽	누룽지죽, 당근스틱	배, 플레인요거트	우유
점심	백미밥 소고기무국 훈제오리부추볶음 양배추숙쌈 깍두기	귀리밥 청국장 고등어엿장조림 구이김 배추김치	소고기하이라이스 고구마샐러드 오이맛살초무침 깍두기 앙팡	밤밥 닭개장 돈육두부두루치기 어묵감자조림 배추김치	백미밥 아욱된장국 단호박찜닭 느타리들깨볶음 배추김치	백미밥 가자미구이 새송이애호박볶음 배추김치
오후간식	크림스파게티	찐감자, 매실차	바지락칼국수	모듬맛탕, 보리차	호빵, 우유	
다섯째주	**30(월)**					
오전간식	단호박죽	♡매주수요일은 나트륨저감화로 국없는날로 진행됩니다 (생일잔치예외)				
점심	백미밥 소고기미역국 찹쌀탕수육 만다린샐러드 배추김치					
오후간식	감자양파스프, 모닝빵					



원산지표시	밥 / 죽 / 누룽지					소고기	돼지고기	닭고기	오리	배추김치		콩		
	백미	찹쌀	현미	흑미	찹쌀가루	한우				배추	고춧가루	서리태	두부/순두부/콩비지	
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내 산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	

수산물								가공품(농산물·축산물·수산물)			
오징어	전복	코다리	고등어					물만두/탕수육	생선가스	참치캔	치킨가스
국내산	국내산	러시아산	국내산					돼지 국내산	명태살 러시아산	다랑어 원양산	닭 국내산

♣ 위 식단은 원 사정과 식재료의 공급 사정 등으로 변경될 수 있습니다.
♣ 소화 기간이 약한 아이들을 위해 한 가지 잡곡을 소량씩 섞은 잡곡밥을 유아반에게 제공되고 있습니다.
♣ 본원은 나트륨 저감화를 위하여 국 염도를 3%이하로 맞추고 있습니다,
♣ 알러지 원아는 대체식을 제공하고 있습니다. 알러지 증상이 있는 원아는 원으로 알려주시기 바랍니다.

11월 식단 영아반

첫째주	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
오전간식	검은깨죽	바나나, 우유	단호박죽	닭살부추죽	배, 우유	우유
점심	백미밥 콩나물국 오리불고기 상추무침 깍두기	현미밥 시금치국 소고기버섯볶음 김파프리카무침 배추김치	소고기콩나물밥 새송이들깨무침 돌자반아몬드볶음 깍두기 딸기라떼	기장밥 한우육개장 콘치즈계란찜 우엉밤조림 배추김치	백미밥 애배추된장국 생선가스 양배추사과샐러드 배추김치	백미밥 오징어두부조림 감자당근볶음 배추김치
오후간식	물만둣국	어묵국수	찐고구마, 옥수수차	감자샌드위치, 우유	미니단팥빵, 야쿠르트	
둘째주	**9(월)**	**10(화)**	**11(수)**	**12(목)**	**13(금)**	**14(토)**
오전간식	우리쌀시리얼, 우유	참치야채죽	소고기버섯죽	사과, 우유	토마토, 플레인요거트	우유
점심	백미밥 새우살계란탕 야채닭갈비 오이새콤무침 깍두기	검은쌀밥 소고기미역국 어묵잡채 청경채유자무침 배추김치	계란볶음밥 짜장소스 애호박나물볶음 깍두기 짜요짜요	보리쌀밥 얼갈이국 삼치카레구이 브로콜리두부무침 배추김치	백미밥 황태감잣국 로제닭조림 콩나물무침 배추김치	백미밥 깻잎계란말이 가지나물볶음 배추김치
오후간식	감자수제비	단호박찜, 오미자차	쨈샌드위치, 우유	오일파스타	카스테라, 우유	
셋째주	**16(월)**	**17(화)**	**18(수)**	**19(목)**	**20(금)**	**21(토)**
오전간식	바나나, 우유	양송이스프	잣죽	닭살녹두죽	배, 우유	우유
점심	백미밥 어묵국 돼지고기장조림 시금치나물무침 깍두기	조각콩밥 닭곰탕 오징어돈육불고기 소고기가지볶음 배추김치	소고기전복밥 연근흑임자샐러드 새송이버섯볶음 깍두기 복숭아주스	차조밥 순두부국 참치계란말이 세멸치볶음 배추김치	백미밥 들깨시락국 코다리살무조림 숙주김무침 배추김치	백미밥 치킨가스 양배추콘샐러드 배추김치
오후간식	간장비빔국수	찐고구마, 결명자차	샐러드빵, 우유	온메밀국수	소보로빵, 두유	
넷째주	**23(월)**	**24(화)**	**25(수)**	**26(목)**	**27(금)**	**28(토)**
오전간식	새우살죽	소고기죽	검은깨죽	누룽지죽, 당근스틱	배, 플레인요거트	우유
점심	백미밥 소고기무국 훈제오리부추볶음 양배추숙쌈 깍두기	귀리밥 청국장 고등어엿장조림 구이김 배추김치	소고기하이라이스 고구마샐러드 오이맛살초무침 깍두기 양팡	밤밥 닭개장 돈육두부두루치기 어묵감자조림 배추김치	백미밥 아욱된장국 단호박찜닭 느타리들깨볶음 배추김치	백미밥 가자미구이 새송이애호박볶음 배추김치
오후간식	크림스파게티	찐감자, 매실차	바지락칼국수	모듬맛탕, 보리차	호빵, 우유	
다섯째주	**30(월)**					
오전간식	단호박죽	♡매주수요일은 나트륨저감화로 국없는날로 진행됩니다 (샘일잔치예외)				
점심	백미밥 소고기미역국 찹쌀탕수육 만다린샐러드 배추김치					
오후간식	감자양파스프, 모닝빵					



원산지표시

밥 / 죽 / 누룽지					소고기	돼지고기	닭고기	오리	배추김치		콩		
백미	찹쌀	현미	흑미	찹쌀가루	한우				배추	고춧가루	서리태	두부/순두부/콩비지	
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내 산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	

수산물								가공품(농산물·축산물·수산물)			
오징어	전복	코다리	고등어					물만두/탕수육	생선가스	참치캔	치킨가스
국내산	국내산	러시아산	국내산					돼지 국내산	명태살 러시아산	다랑어 원양산	닭 국내산

♣ 위 식단은 원 사정과 식재료의 공급 사정 등으로 변경될 수 있습니다.
♣ 소화 기간이 약한 아이들을 위해 한 가지 잡곡을 소량씩 섞은 잡곡밥을 유아반에게 제공되고 있습니다.
♣ 본원은 나트륨 저감화를 위하여 국 염도를 3%이하로 맞추고 있습니다.
♣ 알러지 원아는 대체식을 제공하고 있습니다. 알러지 증상이 있는 원아는 원으로 알려주시기 바랍니다.

11월 식단 영영아반

첫째주	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
오전간식	검은깨죽	시금치죽	단호박죽	닭살부추죽	양배추죽	밤죽
점심	순두부죽 으깬바나나	소고기버섯죽 갈은사과	새송이들깨죽 갈은배	소고기죽 갈은사과	동태살죽 으깬바나나	두부당근죽 갈은배
오후간식	양배추죽	김죽	으깬고구마	밤죽	브로콜리죽	
둘째주	**9(월)**	**10(화)**	**11(수)**	**12(목)**	**13(금)**	**14(토)**
오전간식	새우살죽	야채죽	소고기버섯죽	얼갈이죽	황태죽	표고버섯죽
점심	닭살양배추죽 으깬바나나	소고기미역죽 갈은사과	감자당근죽 갈은배	브로콜리두부죽 갈은사과	닭고기죽 으깬바나나	잣죽 갈은배
오후간식	감자죽	으깬단호박	애호박죽	양송이죽	감자죽	
셋째주	**16(월)**	**17(화)**	**18(수)**	**19(목)**	**20(금)**	**21(토)**
오전간식	시금치죽	양송이죽	잣죽	닭살녹두죽	들깨죽	양배추죽
점심	소고기죽 으깬바나나	닭살죽 갈은사과	전복죽 갈은배	순두부죽 갈은사과	코다리살죽 으깬바나나	소고기죽 갈은배
오후간식	새송이죽	으깬고구마	검은깨죽	당근죽	무죽	
넷째주	**23(월)**	**24(화)**	**25(수)**	**26(목)**	**27(금)**	**28(토)**
오전간식	새우살죽	소고기죽	검은깨죽	누룽지죽	잣죽	새송이죽
점심	소고기무죽 으깬바나나	애호박두부죽 갈은사과	소고기감자죽 갈은배	닭고기죽 갈은사과	단호박죽 으깬바나나	가자미살죽 갈은배
오후간식	양송이죽	으깬감자	오이죽	두부당근죽	느타리들깨죽	
다섯째주	**30(월)**					
오전간식	단호박죽					
점심	소고기미역죽 으깬바나나					
오후간식	감자양파죽					



원산지표시	밥 / 죽 / 누룽지				소고기		닭고기	돼지고기				콩					
	백미	흑미	찹쌀가루		한우							서리태	두부				
	국내산	국내산	국내산		국내산		국내산	국내산				국내산	국내산				
	수산물																
	동태살/코다리살																
	러시아산																

♣ 위 식단은 원 사정과 식재료의 공급 사정 등으로 변경될 수 있습니다.
♣ 소화 기간이 약한 아이들을 위해 한 가지 잡곡을 소량씩 섞은 잡곡밥을 유아반에게 제공되고 있습니다.
♣ 본원은 나트륨 저감화를 위하여 국 염도를 3%이하로 맞추고 있습니다.
♣ 알러지 원아는 대체식을 제공하고 있습니다. 알러지 증상이 있는 원아는 원으로 알려주시기 바랍니다.