11월(1세~5세)식단

영양사:김지성

	구분	11/2(월)(잔반없는 날)	11/3(화)	11/4(수)	11/5(목)	11/6(금)5세졸업여행
1주	오전간식	한우미역된장죽,배추김치	고구마치즈죽,깍두기, 오이스틱	버섯채소죽,배추김치, 당근스틱	닭고기야채죽,열무김치, 파프리카스틱	치즈케익,요구르트
	점 심	치킨마요덮밥 감자호박된장국 구운두부샐러드 배추김치	현미밥 뼈없는 감자탕 두부달걀구이*초간장 마늘쫑건새우볶음 깍두기 샤인머스캣	흑미밥 굴림만두전골 한우떡국떡채소볶음 실곤약채소무침 배추김치	수수밥 계란파국 짜장불고기 해산물팔보채 열무김치	찰보리밥 감자수제비국 순대오징어볶음 고구마양파조림 배추김치 *5세외부식사:쌀밥,미역국,돼지불고기,비엔나케찹볶음,깍두기
	오후간식	유부우동,단무지	블루베리리코타페스츄리,우유	찹쌀꿔바로우,메밀차	유부초밥,보리차	팥칼국수,배추김치
	추가간식	사과쥬스	두유	유산균음료	모닝빵,요구르트	우유
2주	구분	11/9(월)(잔반없는 날)	11/10(화)	11/11(수)	11/12(목)	11/13(금)
	오전간식	국화빵,메밀차	돈육애호박죽,석박지, 오이스틱	참치야채죽,배추김치, 당근스틱	들깨버섯죽,열무김치, 파프리카스틱	옥수수치즈죽,배추김치
	점 심	쭈꾸미콩나물비빔밥 두부된장국 자색고구마고로케*케찹 배추김치	현미밥 한우무국 치즈계란말이*케찹 취나물무침 석박지 배	찰보리밥 오징어무국 돈육갈비찜 숙주나물무침 배추김치	차조밥 돈육순두부찌개 연유옥수수전 건파래볶음 열무김치	흑미밥 어묵쑥갓국 제육수제비두루치기 새송이버터구이 배추김치
	오후간식	닭칼국수,깍두기	붕어빵,우유	한우채소주먹밥,보리차	카레떡볶이,결명자차	크루통크림스프,옥수수빵
	추가간식	유산균음료	오렌지쥬스	우유	미니꿀호떡,요구르트	두유
3주	구분	11/16(월)(잔반없는 날)	11/17(화)	11/18(수)	11/19(목)	11/20(금)
	오전간식	완두앙금빵,모과차	당근양배추죽,배추김치, 오이스틱	두부야채죽,열무김치, 당근스틱	한우숙주죽,총각김치, 파프리카스틱	고구마치즈죽,묵은지
	점 심	돈하이라이스 팽이버섯두부된장국 메추리알감자샐러드 깍두기	현미밥 순대국 순살찜닭 오이생채 배추김치 샤인머스캣	찹쌀밥 한우미역국 느타리버섯전*초간장 크래미당근라페 열무김치	찰보리밥 한우콩나물국 버섯불고기 진미채무침 총각김치 배	흑미밥 돈육김치찌개 수육두부삼합 연근유자무침 묵은지
	오후간식	잔치국수,배추김치	미니떡갈비버거,우유	군고구마,매실차	수수부꾸미,메밀차	그래놀라,우유
	추가간식	두유	청포도쥬스	우유	버터롤,요구르트	유산균음료
4주	구분	11/23(월)(잔반없는 날)	11/24(화)	11/25(수)	11/26(목)	11/27(금)
	오전간식	카스테라,보리차	연두부달걀죽,배추김치, 오이스틱	새우살채소죽,석박지, 당근스틱	한우표고죽,깍두기, 파프리카스틱	감자팽이죽,볶음김치
	점 심	쌀밥 아욱된장국 수제돈까스&소스 흑임자양상추샐러드 깍두기	흑미밥 황태채무국 닭갈비 콩나물어묵볶음 배추김치 배	현미밥 경상도식고깃국 채소계란찜 가지나물 석박지	쌀밥 떡만둣국 돈육곤약장조림 청포묵당근무침 깍두기	수수밥 한우당면국 두부달걀구이*초간장 오징어오이무침 볶음김치
	오후간식	불고기차오멘,단무지	떠먹는 피자,우유	채소비빔만두,메밀차	츄러스,바나나두유	브로콜리스프,옥수수모닝빵
	추가간식	유산균음료	사과쥬스	버터롤,요구르트	우유	두유

| 원산지표시 | | |