삼성SDS 아이누리 어린이집 식단표

[원산지 표시 공통사항]
✔ 쌀(밥, 죽, 누룽지 포함) : 국내산
✔ 현미, 흑미, 찹쌀(찹쌀가루) : 국내산
✔ 배추김치(배추, 고춧가루/배추김치로 조리한 반찬, 찌개, 탕, 국 및 겉절이, 백김치 포함) : 국내산

✔ 아래 식단은 직장 삼성어린이집 공동식단이며, 식단 및 원산지는 식자재 수급 현황에 따라 변동이 생길 수 있습니다.
✔ 삼성어린이집에서는 건강한 식생활을 위하여 저당식과 저염식(국 염도 0.5 % 이하, 월 1회 국 없는 날)을 실시하고 있습니다.
✔ 삼성어린이집에서는 ESG를 실천하고자 월 1회 이상 잔반없는 날을 운영하고 있습니다.
✔ 영아반은 김치류 제공 시 백김치⑤로 대체, 소스류는 제공되지 않습니다.
✔ 식품 알레르기가 있는 아동의 경우, 사전에 담임 선생님께 꼭 알려주시기 바랍니다.<음식명 옆, 번호로 표시>
(알레르기 유발식품 : ①계란②우유③메밀④땅콩⑤콩⑥밀⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기⑪복숭아⑫토마토⑬아황산⑭호두⑮닭⑯소고기⑰오징어⑱조개(홍합,굴,전복 등)⑲잣)

일자/요일	11/2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)
오전간식	누룽지죽 석박지⑨/배	오징어국밥⑤⑥⑰(오징어:국내산) 배추김치⑨	곤드레섞음밥⑤⑥ 총각김치⑨	참치야채죽⑯⑱(참치/다랑어:원양산) 배추김치⑨/사과	파프리카섞음밥⑤⑥ 배추김치⑨
정심	쌀밥 애호박맑은국⑤⑥ 돈육버섯불고기⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 감자채볶음⑤ 오이생채 배추김치⑨	수수밥 부추장국⑤⑥ 훈제오리볶음⑤⑥⑯⑱ (오리고기:국내산) 들깨깻잎순무침 숙주나물 열무김치⑨	쌀밥 소고기미역국⑤⑥⑯ (소고기/육우:국내산) 비엔나메추리알조림①⑤⑩⑫⑯ (돼지고기:국내산) 매실청무생채 곤대나물 배추김치⑨	쌀밥 두부된장국⑤⑥(두부/콩:국내산) 닭갈비⑤⑥⑮ (닭고기:국내산) 사각어묵볶음⑤⑥ 청경채나물 석박지⑨	기장밥 돈육들깨탕⑤⑥⑩(돼지고기:국내산) 코다리무조림⑤⑥ (명태:러시아산) 연근조림⑤⑥ 브로컬리숙회 열무김치⑨
오후간식	김말이튀김⑤⑥⑯/유기농우유②	찐고구마 유기농우유②	잔치국수⑤⑥ 유기농우유②	양배추치즈전②⑤⑥ 유기농우유②	밀크요팡빵①②⑤⑥⑯ 유기농우유②
추가간식	짜먹는요구르트②	마들렌①②⑤⑥/유기농우유②	사과오렌지케일주스②	검은콩두유⑤	고구마스틱/유기농우유②
열량/단백질/칼슘	818.6/30.2/359.7	951.1/36.6/463.4	862.8/28.0/325.2	948.8/49.4/643.7	1030.1/39.4/394.4
일자/요일	9(월)	10(화)	11(수) *잔반 없는 날*	12(목)	13(금)
오전간식	양파스프②⑤⑥⑮⑯ 크로와상①②⑤⑥	새우살죽⑤⑥⑨/깍두기⑨ 바나나	뿌리채소섞음밥⑤⑥ 총각김치⑨	만둣국밥②⑤⑥⑩⑯ 열무김치⑨	멸치섞음밥⑤⑥/석박지⑨ 토마토⑫
정심	찹쌀밥 유부된장국⑤⑥ 돈육두루치기⑤⑥⑨⑩ (돼지고기:국내산) 꽃맛살볶음①⑤⑥⑧ 시금치나물 총각김치⑨	쌀밥 한방닭곰탕⑮(닭고기:국내산) 두부조림⑤⑥ (두부/콩:국내산) 명엽채조림⑤⑥ 배추나물 석박지⑨	나물비빔밥⑤⑥ 팽이버섯국⑤⑥ 한돈육전①⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 구이김 마시는요구르트② 배추김치⑨	흑미밥 아욱된장국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑯ (소고기/육우:국내산) 청포묵무침⑤⑥ 미역줄기볶음⑤⑥ 총각김치⑨	쌀밥 감자부추국⑤⑥ 돈육쭈꾸미볶음⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산, 쭈꾸미:베트남산) 쌈무⑬ 느타리버섯볶음⑤ 배추겉절이⑨
오후간식	잡채⑤⑥/유기농우유② 배(건강과일)	고로케②⑥⑩ 유기농우유②	볶음우동⑤⑥⑱ 유기농우유②	단호박찜/유기농우유② 배(건강과일)	후레쉬번①②⑤⑥ 유기농우유②
추가간식	배도라지주스	뽀로로홍삼오렌지주스	두유⑤	스트링치즈②/요구르트②	ABC주스
열량/단백질/칼슘	986.9/40.8/291.9	956.6/36.1/336.6	969.6/36.4/560.5	898.3/39.1/414.4	865.0/31.0/260.8
일자/요일	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)
오전간식	누룽지죽/깍두기⑨ 파인애플	소고기섞음밥⑤⑥⑯(소고기/육우:국내산)/석박지⑨	시래기된장죽⑤⑥ 깍두기⑨	콩나물국밥⑤⑥ 배추김치⑨	김치치즈섞음밥②⑤⑥⑨ 귤
정심	쌀밥 열무된장국⑤⑥ 닭살야채볶음⑤⑥⑮ (닭고기:국내산) 고구마조림⑤⑥ 깻잎순나물⑤⑥ 총각김치⑨	차조밥 쑥갓계살국⑤⑥⑧ 제육볶음⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 들깨무나물 상추겉절이⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 갈비탕⑤⑥⑯ (소고기/육우:국내산) 스크램블에그①⑤ 양배추굴소스볶음⑤⑥⑱ 오이참깨무침 열무김치⑨	기장밥 청국장찌개⑤⑨ (두부/콩:국내산) 가자미구이⑤⑥ 우엉채조림⑤⑥ 취나물무침 석박지⑨	쌀밥 어묵국⑤⑥ 돈사태장조림⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 파래자반 실곤약무침 열무김치⑨
오후간식	부추전⑤⑥/유기농우유② 샤인머스캣(건강과일)	한입핫도그①②⑤⑥⑩⑯ 유기농우유②	모듬과일(오렌지,바나나,배) 요거트②	짜장면②⑤⑥⑩⑮⑯ 유기농우유②	카스텔라①②⑤⑥ 유기농우유②
추가간식	흑임자우유②⑤	하루야채주스	약과⑥/유기농우유②	초코볼요구르트②⑥	뽀로로홍삼사과매실주스
열량/단백질/칼슘	910.5/35.6/328.9	878.6/33.8/280.8	927.4/33.3/357.2	1160.8/41.9/497.4	925.8/36.8/311.1
일자/요일	23(월)	24(화)	25(수) *국 없는 날*	26(목)	27(금)
오전간식	양송이스프②⑤⑥⑯ 조각식빵②⑤⑥	유부섞음밥⑤⑥/배추김치⑨ 사과	닭무국밥⑤⑥⑮(닭고기:국내산) 배추김치⑨	크래미섞음밥①⑤⑥⑧⑫ 깍두기⑨	단호박죽 백김치⑤
정심	쌀밥 파송송계란국①⑤⑥ 몽골리안비프⑤⑥⑯⑱ (소고기/육우:국내산) 가지볶음⑤⑥ 컬리플라워무침⑤⑥ 깍두기⑨	보리밥 근대된장국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 크랜베리멸치볶음⑤ 삼색초무침⑤ 열무김치⑨	하이라이스 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ (소고기/육우:국내산) 새우링튀김①⑤⑥⑨ 올방개묵무침⑤⑥ 샤인머스캣주스 석박지⑨	찹쌀밥 미역국⑤⑥ 마파두부⑤⑥⑱ (두부/콩:국내산) 새송이버섯볶음⑤ 참나물무침 총각김치⑨	쌀밥 시금치된장국⑤⑥ 바비큐폭찹⑤⑩⑫⑬ (돼지고기:국내산) 진미채조림⑤⑥⑰(오징어:페루산) 열무나물 배추겉절이⑨
오후간식	찐감자/슬라이스치즈② 유기농우유②/배(건강과일)	베이컨크림수제비②⑤⑥⑩⑮ (베이컨/돼지고기:외국산)/유기농우유②	교자만두찜⑤⑥⑩⑯⑱ 유기농우유②	호빵②⑤⑥ 유기농우유②	우리쌀시리얼⑤/유기농우유② 파인애플
추가간식	떠먹는요구르트②	레몬주스	미숫가루우유②	유산균음료②	사과배포도주스
열량/단백질/칼슘	874.4/33.8/467.5	1007.8/38.7/364.9	1008.6/40.6/396.1	788.6/24.4/298.9	805.3/39.5/393.6
일자/요일	30(월)				
오전간식	누룽지죽/깍두기⑨ 귤				
정심	쌀밥 소고기무국⑤⑥⑯(소고기/육우:국내산) 삼치조림⑤⑥ 다시마튀각 애호박볶음⑤ 배추김치⑨				
오후간식	비빔국수⑤⑥ 유기농우유②				
추가간식	바나나두유②⑤				
열량/단백질/칼슘	867.2/34.6/284.1				