

10월

현대다사랑어린이집
만 1-2세 식단표 (일반형)



안양시
어린이·사회복지급식관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

작성 : 안양시 어린이·사회복지급식관리지원센터 영양팀

	월	화	수	목	금
				1	2
오전간식				잘게자른배	잘게자른토마토
점심				쌀밥 동태살국⑤⑥ 달걀양배추볶음①⑤ 알감자조림⑤⑥ 잘게자른깍두기⑨	수수밥 순두부백탕①⑤⑥ 오리불고기⑤⑥ 근대나물 백김치
오후간식				쌀국수⑩	치즈스틱①②⑤⑥/우유②
영양·단백질				404/17	423/19
	5 대체공휴일	6	7 인형극	8 한로	9 한글날
오전간식		누룽지죽	수수잔멸치죽	자른사인머스켓	
점심		기장밥 아욱된장국⑤⑥ 쇠고기피망볶음⑤⑥⑩ 숙주나물 백김치	안매운마파두부덮밥 ⑤⑥⑩ 어묵청경채국⑤⑥ 잘게자른깍두기⑨ 잘게자른사과	쌀밥 황태젓국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑩ 김당근무침⑤⑥ 백김치	
오후간식		꼬마브로콜리주먹밥⑤ /옥수수차	연유크림빵①②⑥/우유②	찐고구마/우유②	
영양·단백질		427/15	508/18	465/22	
	12	13	14	15 두루미	16 부모참여활동
오전간식	누룽지죽	잘게자른사과/우유②	기장청경채죽	자른사인머스켓	잘게자른단감/치즈②
점심	수수밥 버섯국 쇠고기떡갈비볶음⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 잘게자른깍두기⑨	쌀밥 참치미역국⑤⑥ 두부양념찜⑤⑥ 콩나물무침⑤ 백김치	닭살우영볶음밥⑤⑥⑩ 배춧국⑤ 잘게자른깍두기⑨ 잘게자른배	찜쌀밥 애호박국 돈육안심조림⑤⑥⑩ 마카로니샐러드①⑤ 잘게자른깍두기⑨	쌀밥 손수제미국⑥ 잘게자른오징어브로콜리볶음⑤ ⑥⑦ 무나물⑨ 백김치
오후간식	크로와상①②⑥/우유②	잔치국수①⑤⑥⑩	우유스틱빵/요구르트	우리밀머핀/쥬스	저당씨리얼/우유
영양·단백질	592/19	482/19	388/14	444/18	430/15
	19	20	21	22 교통공원	23 상강
오전간식	누룽지죽	잘게자른바나나/우유②	참깨배추죽	잘게자른배	당근스틱/따먹는요구르트②
점심	쌀밥 안매운김치국⑨ 두부채소조림⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 잘게자른깍두기⑨	기장밥 게살국①⑤⑥⑧ 훈제오리볶음⑤⑥ 무청시래기나물⑤⑥ 백김치	돈육자장밥⑤⑥⑩ 미소장국⑤⑥ 잘게자른깍두기⑨ 잘게자른키위	쌀밥 새우살양파국⑤⑥⑨ 청경채달걀말이①⑤ 상추나물⑤④ 잘게자른깍두기⑨	차조밥 시금치된장국⑤⑥ 쇠고기잡채⑤⑥⑩⑫ 양배추샐러드①②⑤⑩ 잘게자른깍두기⑨
오후간식	찐감자/결명자차	크림브로콜리สปา게티② ⑤⑥	모닝빵/딸기잼/우유	요플레/인절미맛빵	바나나/우유
영양·단백질	498/17	514/21	498/15	535/18	366/14
	26	27	28	29 이동도서관동화구연	30
오전간식	누룽지죽	잘게자른배/치즈②	흰살생선부추죽	자른사인머스켓	잘게자른사과
점심	찜쌀밥 콩나물국⑤ 닭살연근조림⑤⑥⑩ 호박무침⑤ 잘게자른깍두기⑨	쌀밥 감자실팍국⑤④ 안매운돈육두루치기 ⑤⑥⑩ 취나물무침⑤④ 백김치	두부브로콜리볶음밥⑤ 달걀국① 잘게자른깍두기⑨ 잘게자른(방울)토마토⑫	수수밥 시금치맑은국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑩ 김자반⑤ 잘게자른깍두기⑨	쌀밥 건새우묵국⑤④⑨ 불어묵채소볶음⑤⑥ 고사리나물⑤⑥ 백김치
오후간식	후레쉬번①②⑥/우유②	유부잡채⑤⑥	찐단호박/우유②	꼬마피자/주먹밥⑤⑥⑩/보 리차	프렌치토스트①②⑤⑥/우 유②
영양·단백질	516/19	386/16	422/15	515/20	463/16

[illegible]