

11월

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	
	2 급식센터교육	3 졸업사진촬영	4	5	6	
오전간식	누룽지	자른단감/우유	당근죽	자른샤인머스캣(건과)	잘게자른배/치즈②	
점심	쌀밥 근대된장국⑤⑥ 안매운제육볶음⑤⑥⑩ 양배추무침 잘게자른깍두기⑨	기장밥 단호박국 두부우엉조림⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 백김치	쇠고기숙주덮밥⑤⑥⑯ 배춧국⑤ 잘게자른깍두기⑨ 잘게자른키위	쌀밥 안매운김치찌개⑤⑨ 고등어조림⑤⑥⑦ 청포묵채소무침①⑤⑥ 잘게자른깍두기⑨	차조밥 청경챗국⑤⑥ 순살닭볶음탕⑤⑥⑮ 무청시래기나물⑤⑥ 백김치	
오후간식	모닝빵①②⑥/우유②	찐감자/우유②	슈크림빵/우유②	꼬마김가루주먹밥 /옥수수차	삶은달걀①/둥굴레차	
열량/단백질	493/18	453/16	466/14	432/17	355/17	
	9	10	11	12	13	
오전간식	누룽지죽	오이스틱/떠먹는요구르트②	차조근대죽	잘게자른배(건과)	잘게자른귤	
점심	수수밥 우거지양팟국 브로콜리달걀찜① 명엽채조림⑤⑥ 잘게자른깍두기⑨	쌀밥 부추된장국⑤⑥ 쇠고기무조림⑤⑥⑯ 김구이 백김치	새우살달걀볶음밥①⑤⑨ 두부미역국⑤⑥ 잘게자른깍두기⑨ 잘게자른배	찹쌀밥 팽이버섯국 간장닭갈비⑤⑥⑮ 콩나물당근무침⑤ 백김치	쌀밥 감잣국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 잘게자른깍두기⑨	
오후간식	치즈스틱빵①②⑥/우유②	유부초밥⑤	머핀①②⑤⑥/우유②	깻잎치즈부침개①②⑤⑥	찐고구마/우유②	
열량/단백질	577/22	482/16	532/18	316/14	437/18	
	16 2학기상담주간	17	18	19	20	
오전간식	누룽지죽	잘게자른사과/우유②	양송이버섯죽	잘게자른샤인머스캣(건과)	잘게자른키위	
점심	쌀밥 미소장국⑤⑥ 쇠고기청경채볶음⑤⑥⑯ 잘게자른오징어실채무침⑤⑥⑰ 잘게자른깍두기⑨	차조밥 수제빗국①⑥ 임연수구이⑤⑥ 도토리묵상추무침⑤⑥ 백김치	닭살카레라이스⑤⑥⑮ 숙주실팟국 잘게자른깍두기⑨ 잘게자른단감	쌀밥 근댓국⑤⑥ 돈가스&소스①⑤⑥⑩⑫ 양상추샐러드①②⑤ 잘게자른깍두기⑨	기장밥 쑥갓어묵국⑤⑥ 두부동그랑땡①⑤⑥ 고사리볶음⑤⑥ 백김치	
오후간식	스폰지빵①②⑥/우유②	당근채전①⑤⑥/보리차	츄러스/우유②	비요뜨/귤	찐단호박/우유②	
열량/단백질	558/20	591/23	472/16	434/17	432/17	
	23 2학기상담주간	24 두루미	25	26	27	
오전간식	누룽지죽	자른(방울)토마토⑫/우유②	브로콜리죽	잘게자른배(건과)	파프리카스틱/치즈②	
점심	찹쌀밥 맑은미역국⑤⑥ 오리부추볶음⑤⑥ 감자조림⑤⑥ 백김치	쌀밥 안매운콩나물김칫국⑤⑨ 두부간장조림⑤⑥ 호박나물⑤ 잘게자른깍두기⑨	돈육당근볶음밥⑤⑥⑩ 북어뭇국①⑤⑥ 백김치 잘게자른배	수수밥 시금칫국⑤⑥ 연근스크램블에그①⑤ 잔멸치볶음⑤⑥ 잘게자른깍두기⑨	쌀밥 얼갈이맑은국⑤⑥ 쇠고기버섯볶음⑤⑥⑯ 우엉조림⑤⑥ 잘게자른깍두기⑨	
오후간식	곡물쿠키/우유②	미니우동⑤⑥	미니팬케이크/우유②	꿀호떡/유산균음료	바나나/우유②	
열량/단백질	483/18	419/17	491/17	413/15	436/14	
	30					
오전간식	누룽지죽					
점심	쌀밥 건새우아욱국⑤⑥⑨ 두부구이&저염양념장⑤⑥ 브로콜리숙회 백김치					
오후간식	라이스칩/치즈②					
열량/단백질	531/23					



원산지	쌀	배추김치	육류				수산물		식육·수산물 가공품				콩	
	밥/죽	배추	쇠고기		돼지고기	닭고기	고등어		가쓰오부시		참치		두부	
			국내산(택 1)	외국산										
	국내산	국내산	☑ 한우	산	국내산	국내산	국내산		다랑어	수입산	다랑어	수입산	산	
	누룽지	고춧가루	☐ 육우			오리고기			오징어실채					
	국내산	국내산	☐ 젖소			국내산			오징어	수입산				

가공품	돈가스		너비아니									
	돼지고기	국내산	쇠고기	국내산								