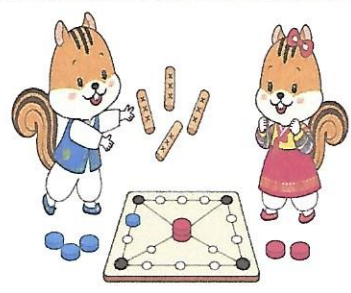


에코빌아름어린이집 9월 식단표 (1-2세 윤이_일반형)

	월	화	수	목	금
		1	2	3	4
오전간식	9월 나는야 튼튼대장 푸드브릿지 단호박	과일(사과) /호상요구르트②	소고기죽⑤⑥⑭	과일(바나나)/치즈②	과일(포도)
중식		백미밥(수수밥) 황태국 돈육갈비찜⑤⑥⑩ 청경채무침 깍두기⑨	백미밥(렌틸콩밥) 아욱된장국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 잔멸치채소조림⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 감자양파국⑤⑥ 소고기가지볶음⑤⑥⑭ 열갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥(차조밥) 콩나물국⑤ 안매운닭갈비⑤⑥⑭ 김자반 백김치⑨
오후간식		유부초밥⑤ /메밀차③	찐고구마 /현우유②	우동⑤⑥⑧	빵류(치즈빵①②⑤⑥) /현우유②
열량/단백질		465/20	501/21	450/19	465/22
원산지		돼지:국산	소:국산한우	소:국산한우	닭:국산
	7	8	9	10	11
오전간식	미숫가루⑤ &현우유②	과일(샤인머스켓) /호상요구르트②	단호박스프②	과일(배)/치즈②	과일(포도)
중식	백미밥(기장밥) 달걀파국①⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 미역줄기당근볶음⑤⑥ 백김치⑨	백미밥(수수밥) 부추된장국⑤⑥ 돈육참스테이크⑤⑥⑩⑫ 연근개소스무침①⑤⑥ 백김치⑨	백미밥(렌틸콩밥) 맑은근대국 닭살채소잡채⑤⑥⑭ 오이나물 깍두기⑨	소고기카레라이스⑤⑥⑭ (미소장국⑤⑥) 맛살브로콜리무침 ①⑤⑥⑧ 저당액상요구르트② 백김치⑨	백미밥(차조밥) 맑은유부국⑤⑥ 새우살굴소스볶음 ⑤⑥⑨⑩ 숙주나물 백김치⑨
오후간식	핫도그①②⑤⑥⑩ /보리차	찐감자 /메밀차③	과일(복숭아⑩) /현우유②	모듬채소전①⑤⑥ /동굴레차	빵류(카스테라①②⑤⑥) /현우유②
열량/단백질	495/21	408/16	451/14	404/14	459/17
원산지	두부(콩):국산	돼지:국산	닭:국산	소:국산한우 (두부(콩): 국산)	-
	14	15	16	17	18
오전간식	저당씨리얼 &현우유②	과일(바나나) /호상요구르트②	김가루잡쌀죽	과일(사과)/치즈②	과일(복숭아⑩)
중식	백미밥(기장밥) 얼무된장국⑤⑥ 훈제오리파프리카볶음 감자샐러드①⑤ 백김치⑨	백미밥(수수밥) 맑은버섯국⑤⑥⑨ 돈육단호박조림⑤⑥⑩ 우영채볶음⑤⑥ 백김치⑨	백미밥(렌틸콩밥) 청국장찌개⑤⑥ 소고기배추찜⑤⑥⑭ 콩나물무침⑤ 깍두기⑨	백미밥 어묵국⑤⑥⑧ 두부채소볶음⑤⑭ 햇잎나물⑤⑥ 백김치⑨	백미밥(차조밥) 무채국 삼치살구이⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 백김치⑨
오후간식	참깨주먹밥 /보리차	구운호떡⑤⑥ /메밀차③	찐고구마 /현우유②	잔치국수①⑤⑥	빵류(우유식빵①②⑤⑥) /현우유②
열량/단백질	532/20	490/20	489/20	398/16	454/20
원산지	오리:국산	돼지:국산	두부(콩):국산 소:국산한우	두부(콩):국산	-
	21	22	23	24	25
오전간식	미숫가루⑤ &현우유②	과일(포도) /호상요구르트②	모듬채소죽	 추석 이미지 제작: 생성형 AI 활용	
중식	백미밥(기장밥) 부추양파국 달걀찜④ 숙주무침 백김치⑨	백미밥(수수밥) 양배추된장국⑤⑥ 가지마파두부⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥(렌틸콩밥) 소고기탕국⑤⑥⑭ 동그랑땡①⑤⑥⑭ 시래기된장지짐⑤⑥ 백김치⑨		
오후간식	단호박팬케이크①②⑤⑥ /보리차	찐감자 /메밀차③	과일(바나나) /현우유②		
열량/단백질	453/19	391/18	525/23		
원산지	-	두부(콩):국산	소:국산한우 동그랑땡:국산돈육		
	28	29	30	<원산지 일괄 표시> 쌀(멥쌀·잡쌀·현미·흑미) 밥·죽·누룽지 :국산 김치 배추:국산 고춧가루:국산 ※수급 상황에 따라 원산지가 변경될 수 있습니다.	
오전간식	저당씨리얼 &현우유②	과일(배) /호상요구르트②	치즈쌀죽②		
중식	백미밥(기장밥) 맑은애호박국⑨ 닭살감자조림⑤⑥⑭ 버섯볶음⑤⑥ 백김치⑨	백미밥(수수밥) 미역국⑤⑥ 채소스크램블에그 ①②⑤ 브로콜리두부무침⑤ 백김치⑨	백미밥(렌틸콩밥) 된장찌개⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑭ 무나물 백김치⑨		
오후간식	스파게티⑤⑥⑫ /보리차	물만둣국①⑤⑥⑩	찐단호박 /현우유②		
열량/단백질	495/23	377/16	448/20		
원산지	닭:국산	두부(콩):국산	두부(콩):국산 돼지:국산		

<원산지 일괄 표시>

쌀(멥쌀·잡쌀·현미·흑미)	김치
밥·죽·누룽지	배추:국산
:국산	고춧가루:국산

※수급 상황에 따라 원산지가 변경될 수 있습니다.

<알레르기 유발식품>

- ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮달걀 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳잣

※⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.