

루체로운어린이집 6월 식단표 (1-2세 운이_죽식형) 의왕시 어린이·사회복지급식관리지원센터

월	화	수	목	금	토
1	2	3	저녁DAY 4 	5	6
오전간식	영양버섯죽	누룽지죽	김가루찜쌀죽 /치즈②	콩나물죽⑤	 현충일
중식	기장밥 배추숙주국 두부짜장조림⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 열무된장국⑤⑥ 돈육채소볶음⑤⑥⑩ 버섯나물⑤⑥ 백김치⑨	NEW 가지라따뚜이된밥⑤⑨⑫ (송농) 닭살카레구이⑤⑥⑬ 메론 백김치⑨	차조밥 달걀국①⑤⑥ 소고기부추잡채⑤⑥⑩ 김자반 백김치⑨	
오후간식	해물파전⑤⑥⑨⑫ /흰우유②	배 /호상요구르트②	칼국수⑥⑩	밤식빵①②⑤⑥ /흰우유②	
열량/단백질	516/20	390/17	530/22	491/17	
원산지	두부(콩) : 국산 해물(오징어) : 국산	돼지 : 국산	닭 : 국산	소 : 호주산	
8 	9	10	11	12	
오전간식	미역죽⑤⑥	유부죽⑤	모듬채소죽 /사과	브로콜리죽 /치즈②	달걀채소죽①
중식	기장밥 황태국 돈육콩나물찜⑤⑥⑩⑫ 청경채나물 깍두기⑨	수수밥 미역국⑤⑥ 두부구이&양념장⑤⑥ 감자당근채볶음⑤ 백김치⑨	렌틸콩밥 맑은유부국⑤⑥ 깻잎닭갈비⑤⑥⑬ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 소고기미역국⑤⑥⑬ 동태전①⑤⑥ 무배생채 백김치⑨	차조밥 돈육청국장찌개⑤⑥⑩ 스크램블에그①②⑤ 브로콜리무침 백김치⑨
오후간식	가지탕수&소스⑤⑥⑩ /흰우유②	방울토마토⑫ /호상요구르트②	찐고구마 /흰우유②	생일케이크①②⑤⑥ /흰우유②	참외 /흰우유②
열량/단백질	489/22	410/15	493/22	472/22	467/21
원산지	돼지 : 국산	두부(콩) : 국산	닭 : 국산	소 : 호주산 동태 : 국산	돼지 : 국산 두부(콩) : 국산
15	16	17	저녁DAY 18 	19	
오전간식	부추죽	잔멸치죽	계살시금치죽①⑤⑥⑧ /포도	참깨찜쌀죽 /치즈②	들깨무죽
중식	기장밥 숙주된장국⑤⑥ 참나물소불고기⑤⑥⑬ 파프리카사과무침⑤⑥ 백김치⑨	수수밥 순두부찌개⑤ 훈제오리부추찜 우엉조림⑤⑥ 백김치⑨	렌틸콩밥 맑은근대국 돈육단호박조림⑤⑥⑩ 잔멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨	달걀시금치비빔밥①⑤⑥ (미소장국⑤⑥) 맛살오이무침①⑤⑥⑧ 오렌지 백김치⑨	차조밥 안매운닭개장⑤ 너비아니구이⑤⑥⑬ 청포묵상추무침⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	프렌치토스트①②⑤⑥ /흰우유②	수박 /호상요구르트②	찐감자 /흰우유②	NEW 가지짜장볶음우동⑤⑥ /등굴레차	후레시번①②⑤⑥ /흰우유②
열량/단백질	546/22	423/23	470/23	372/14	556/25
원산지	소 : 호주산	순두부(콩) : 국산 오리 : 국산	돼지 : 국산	두부(콩) : 국산	닭 : 국산 너비아니 : 돼지 - 국산
22	23	24	25	26 	
오전간식	아욱된장죽⑤⑥	고구마죽	애호박죽 /토마토⑫	청경채죽 /치즈②	어묵죽⑤⑥⑧
중식	기장밥 소고기양파국⑤⑥⑬ 두부버섯조림⑤⑥ 무나물 백김치⑨	수수밥 아욱된장국⑤⑥ 돈육참스테이크⑤⑥⑩⑫ 콩나물무침⑤ 깍두기⑨	렌틸콩밥 감자국⑤⑥ 치킨가스&소스 ①⑤⑥⑫⑬ 과일샐러드①⑤ 백김치⑨	백미밥 애호박국 새우살굴소스볶음 ⑤⑨⑬ 브로콜리두부무침⑤ 백김치⑨	차조밥 맑은청경채국⑤ 채소달걀찜① 토마토소스가지조림⑤⑫ 깍두기⑨
오후간식	과일우유화채②	바나나 /호상요구르트②	찐고구마 /흰우유②	안매운김치전⑤⑥⑨ /등굴레차	수박 /흰우유②
열량/단백질	413/14	406/17	533/22	396/15	441/18
원산지	소 : 호주산 두부(콩) : 국산	돼지 : 국산	치킨가스(닭) : 국산	두부(콩) : 국산	두부(콩) : 국산
29	30	<원산지 일괄 표시>			
오전간식	배추죽	당근양파죽	쌀(팥쌀·참쌀·현미·흑미) 밥·죽·누룽지 : 국산 김치 배추 : 국산 고춧가루 : 국산		
중식	기장밥 숙갠어묵국⑤⑥⑧ 고구마찜닭⑤⑥⑬ 열무나물⑤⑥ 백김치⑨	수수밥 배추된장국⑤⑥ 치즈달걀말이①②⑤ 김구이 깍두기⑨	※수급 상황에 따라 원산지가 변경될 수 있습니다. <알레르기 유발식품> ①난류 ②우유 ③메밀 ④팥콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야행산류 ⑭호두 ⑮닭 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳땅 ※⑬야행산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.		
오후간식	비빔국수⑤⑥ /흰우유②	파인애플 /호상요구르트②			
열량/단백질	500/22	396/15			
원산지	닭 : 국산	-			

6월

나는야
튼튼대장
푸드브릿지
가지

