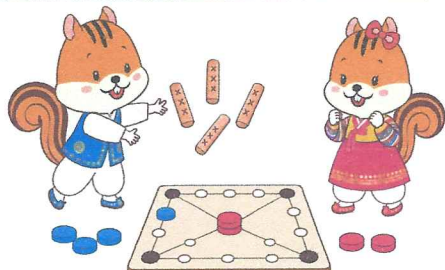


루체로운어린이집 9월 식단표 (1-2세 윤이_죽식형)

	월	화	수	목	금	
		1	2	3	4	
오전간식	9월 나는야 튼튼대장 푸드브릿지 단호박	잔멸치죽	소고기죽⑤⑥⑬ /토마토⑫	콩나물죽⑤ /치즈②	두부당근죽⑤	
중식		수수밥 황태국 돈육갈비찜⑤⑥⑩ 청경채무침 깍두기⑨	렌틸콩밥 아욱된장국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 잔멸치채소조림⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 감자양파국⑤⑥ 소고기가지볶음⑤⑥⑬ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 콩나물국⑤ 안매운닭갈비⑤⑥⑬ 김자반 백김치⑨	
오후간식		사과 /호상요구르트②	찐고구마 /흰우유②	우동⑤⑥⑧	바나나 /흰우유②	
열량/단백질		443/20	505/21	452/19	470/22	
원산지		돼지 : 국산	소 : 호주산	소 : 호주산	두부(콩) : 국산 닭 : 국산	
	7	8	9 단호박 DAY	저녁DAY 10	11	
오전간식	흑임자죽	근대죽	단호박죽 /배	새우살죽⑨ /치즈②	누룽지죽	
중식	기장밥 달걀파국①⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 미역줄기당근볶음⑤⑥ 백김치⑨	수수밥 부추된장국⑤⑥ 돈육찜스테이크⑤⑥⑩⑫ 연근깨소스무침①⑤⑥ 백김치⑨	렌틸콩밥 맑은근대국 닭살채소잡채⑤⑥⑬ 오이나물 깍두기⑨	소고기카레라이스⑤⑥⑬ 미소장국⑤⑥ 맛살브로콜리무침 ①⑤⑥⑧ 단감 백김치⑨	차조밥 맑은유부국⑤⑥ 새우살굴소스볶음 ⑤⑥⑨⑩ 숙주나물 백김치⑨	
오후간식	모듬채소전①⑤⑥ /흰우유②	샤인머스켓 /호상요구르트②	찐감자 /흰우유②	물만둣국①⑤⑥⑩	카스테라①②⑤⑥ /흰우유②	
열량/단백질	490/20	434/16	454/15	390/17	463/18	
원산지	두부(콩) : 국산	돼지 : 국산	닭 : 국산	소 : 호주산 두부(콩) : 국산	-	
	14	15 단호박 DAY	16	17	18	
오전간식	우영죽	배죽	김가루잡쌀죽 /사과	애호박죽 /치즈②	부추된장죽⑤⑥	
중식	기장밥 열무된장국⑤⑥ 훈제오리파프리카볶음 감자샐러드①⑤ 백김치⑨	수수밥 맑은버섯국⑤⑥⑨ 돈육단호박조림⑤⑥⑩ 우영채볶음⑤⑥ 백김치⑨	렌틸콩밥 청국장찌개⑤⑥ 소고기배추찜⑤⑥⑬ 콩나물무침⑤ 깍두기⑨	백미밥 어묵국⑤⑥⑧ 두부채소볶음⑤⑩ 깻잎나물⑤⑥ 백김치⑨	차조밥 무채국 삼치살구이⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 백김치⑨	
오후간식	참깨주먹밥 /흰우유②	복숭아 /호상요구르트②	찐고구마 /흰우유②	잔치국수①⑤⑥	메론 /흰우유②	
열량/단백질	534/20	413/17	500/20	413/17	450/19	
원산지	오리 : 국산	돼지 : 국산	두부(콩) : 국산 소 : 호주산	두부(콩) : 국산	-	
	21 단호박 DAY	22 생일잔치	23	24	25	26
오전간식	양배추죽	모듬채소죽/바나나	감자죽	 추석		
중식	기장밥 부추양파국 달걀찜① 숙주무침 백김치⑨	백미밥 들깨미역국⑤⑥ 돈육동그랑땡①⑤⑥⑩ 상추사과무침⑤⑥ 깍두기⑨	렌틸콩밥 양배추된장국⑤⑥ 가지마파두부⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨			
오후간식	단호박팬케이크①②⑤⑥ /흰우유②	생일케이크①②⑤⑥ /흰우유②	포도 /호상요구르트②			
열량/단백질	468/18	517/23	418/18			
원산지	-	동그랑땡 : 돼지 : 국산	두부(콩) : 국산			
	28	29	30 단호박 DAY	이미지 제작: 생성형 AI 활용 <원산지 일괄 표시> 쌀(맹쌀·잡쌀·현미·흑미) 밥·죽·누룽지 : 국산 김치 배추: 국산 고춧가루: 국산 ※수급 상황에 따라 원산지가 변경될 수 있습니다. <알레르기유발식품> ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳자 ※⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.		
오전간식	브로콜리죽	무죽	치즈쌀죽② /단감			
중식	기장밥 맑은애호박국⑨ 닭살감자조림⑤⑥⑬ 버섯볶음⑤⑥ 백김치⑨	수수밥 미역국⑤⑥ 채소스크램블에그①②⑤ 브로콜리두부무침⑤ 백김치⑨	렌틸콩밥 된장찌개⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 무나물 백김치⑨			
오후간식	유부초밥⑤ /흰우유②	배 /호상요구르트②	찐단호박 /흰우유②			
열량/단백질	486/23	372/13	481/20			
원산지	닭 : 국산	두부(콩) : 국산	두부(콩) : 국산 돼지 : 국산			