

발행처 : 조이별숲어린이집

일자				1일(목)		2일(금)						
오전간식				채소죽		흑임자죽						
점심				현미밥 우거짓국⑤⑥ 돼지고기가지조림⑤⑥⑩ 애호박나물⑤⑥ 백김치⑨		산나물비빔밥①⑤⑥ 새우살국⑤⑥⑨ 들기름두부구이⑤ 백김치⑨						
오후간식				메밀전③⑤⑥		배/우유②						
열량/단백질				411/16		418/19						
일자		5일(월)		6일(화)		7일(수)		8일(목)차차		9일(금)		
오전간식				브로콜리죽		어묵죽⑤⑥		달걀죽①				
점심		대체공휴일		보리밥 하얀팜빵국⑤⑥⑨⑩⑪⑫ 오리고기조림⑤⑥ 부추무침⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 무쌈국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑫ [당근나물⑤⑥] 백김치⑨		차조밥 돼지고기배춧국⑤⑥⑩ [참치볶음⑤⑥] 감자채볶음⑤ 백김치⑨		한글날		
오후간식				쫄면/우유②		잔치국수⑤⑥		잡채⑤⑥/옥수수차		한글날		
열량/단백질				459/21		447/16		432/16				
일자		12일(월)		13일(화)		14일(수)		15일(목)		16일(금)상상 국 없는 날		
오전간식		고구마죽		김가루죽⑤⑥		새우살죽⑤⑥⑨		치즈죽②		얼갈이된장죽⑤⑥		
점심		쌀밥 소고기미역국⑤⑥⑫ 달걀오믈렛①②⑤ 콩나물무침⑤⑥ 백김치⑨		기장밥 버섯탕⑤⑥ 돼지고기찜⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 복어찜국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑫ [양배추나물⑤⑥] 백김치⑨		현미밥 시금치된장국⑤⑥ 가자미조림⑤⑥ [도토리묵무침⑤⑥] 백김치⑨		가자미장밥 ②⑤⑥⑩⑫⑬ 송송 참쌀탕수육①⑤⑥⑩ 백김치⑨		
오후간식		후레쉬번①②⑤⑥ /우유②		쫄면호박 /우유②		삼색주먹밥⑤⑥⑫ /보리차		한과⑤		샤인머스켓/우유②		
열량/단백질		477/19		388/18		434/18		396/17		452/15		
일자		19일(월)		20일(화)		21일(수)		22일(목)		23일(금)		
오전간식		애호박죽		방울토마토스프 ②⑤⑥⑫⑬⑭		버섯죽		두부죽⑤⑥		미역죽⑤⑥		
점심		쌀밥 배추된장국⑤⑥ 완자파인애플조림 ①⑤⑥⑩ [브로콜리볶음⑤⑥] 백김치⑨		보리밥 닭곰탕⑤⑥⑫ 삼치구이⑤⑥ 아욱나물⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 차돌박이된장찌개⑤⑥⑫ 메추리알장조림①⑤⑥ [오이나물⑤⑥] 백김치⑨		차조밥 감자국⑤⑥ 돼지고기두루치기⑤⑥⑩ 숙주나물⑤⑥ 백김치⑨		소고기소보로비빔밥 ⑤⑥⑫ 달걀탕①⑤⑥ 근대나물⑤⑥ 백김치⑨		
오후간식		연두부⑤		쫄면/우유②		부추전①⑤⑥		과일샐러드①⑤		배/우유②		
열량/단백질		336/16		470/20		389/14		353/14		432/17		
일자		26일(월)		27일(화)		28일(수)		29일(목)		30일(금)		
오전간식		소고기죽⑫		녹두찜쌀죽		우영죽		닭고기죽⑤⑥⑫		황태죽①		
점심		쌀밥 [애호박맑은국⑤⑥] 닭고기조림⑤⑥⑫ 김자반⑤ 백김치⑨		기장밥 동태살맑은국⑤⑥ 달걀찜① 시금치나물⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 사골국⑫ 돼지고기굴소스볶음 ⑤⑥⑩⑫ 팽이버섯나물⑤⑥ 백김치⑨		현미밥 콩나물국⑤⑥ 두부양념찜⑤⑥ 어묵볶음⑤⑥ 백김치⑨		[새우살덮밥⑤⑥⑨] 청경채된장국⑤⑥ 소고기무나물⑤⑥⑫ 백김치⑨		
오후간식		모닝빵①②⑤⑥ /우유②		쫄면/우유②		들깨칼국수⑤⑥		크림스파게티②⑤⑥⑩		샤인머스켓/우유②		
열량/단백질		424/19		404/20		437/19		483/17		411/20		
원산지 표시	쌀류	배추김치(백김치)		콩	돼지고 기	닭고기	오리고기	소고기 (볶음·조림류)	소고기 (국·죽류)	수산물		
	국내산	배추	고춧가루	두부류	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	고등어	명태·동태	
		국내산	국내산	외국산								외국산
	참치캔	참살탕수육	완자	미니돈가스	베이컨	맛살	* 알레르기 유발식품 표시제 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴·전복·홍합 포함) ⑲자					
	다량어	돼지고기	돼지고기	돼지고기	돼지고기	명태						
원양산	국내산	국내산	국내산	외국산	외국산							