

애니와투니 어린이집 10월 식단표

춘천시어린이 사회복지급식관리지원센터
작성자 : 어린이팀

[만1-2세:혼합형]

요일	월	화	수	목	금
1주	<알레르기유발식품> 1난류 2우유 3메밀 4땅콩 5대두 6밀 7고등어 8게 9새우 10돼지고기 11복숭아 12토마토 13아황산류 14호두 15닭고기 16쇠고기 17오징어 18조개류(굴,전복,홍합포함) 19잣 ■알레르기 반응이 나타나면 즉시 식사를 중단하고 시설 지정 병원으로 후송합니다. <이달의 원산지 표시 대상 가공식품> ▶너비아니, 치킨까스, 훈제오리, 소시지, 닭다리살튀김 * 수제 제조 또는 가공식품 구매 시 하단의 원산지 표시와 같을 경우 별도 표시 안 하셔도 됩니다.			1	2
오전간식				누룽지죽	포도
점심				백미밥 달걀묵국15 임연수양념조림5,6 참나물무침5,6 김치9	백미밥 애호박맑은국 너비아니구이5,6,10,16 숙주당근나물5 백김치9
오후간식				찐감자+우유2	우동5,6
열량				361.5	16.1
단백질				16.1	13.2
2주	5 대체공휴일	6	7	8	9 한글날
오전간식		참깨죽	단감	달걀죽1	
점심		백미밥 황태국5,6 돼지고기버섯볶음5,6,10 열무나물5,6 김치9	백미밥 미역국5,6 치킨까스1,5,6,15 양배추나물5,6 백김치9	백미밥 두부맑은국5 쇠고기장조림5,6,16 어묵볶음5,6 김치9	
오후간식		머핀1,2,5,6+우유2	찐고구마+우유2	채소전1,5,6	
열량		436.2	392.2	398.1	
단백질		18.1	11.4	16.7	
3주	12	13	14	15	16
오전간식	배	근대된장죽5,6	토마토12	쇠고기죽5,6,16	사과
점심	백미밥 감자양파국5,6 달걀데리야끼조림 5,6,15,18 무새콤무침 백김치9	백미밥 물만둣국1,5,6,10 고등어구이5,6,7 콩나물무침5,6 김치9	백미밥 배춧국5,6 훈제오리채소볶음 청포묵무침5,6 [대:도토리묵무침5,6] 백김치9	백미밥 유부맑은국5 목살참스테인크 5,6,10,12,16,18 김자반5,6 김치9	백미밥 아욱된장국5,6 채소달걀말이1,5 연근조림5,6 백김치9
오후간식	맛살주먹밥1,5,6,8	바나나+우유2	잼치즈샌드위치1,2,5,6	찐단호박+우유2	카스테라1,2,5,6+우유2
열량	354.9	390.8	399.7	385.2	391.8
단백질	11.4	14.6	13.3	14.4	11.9
4주	19	20	21	22	23
오전간식	굴	바나나	모듬채소죽5,6	잣죽19	샤인머스켓
점심	백미밥 들깨미역국5,6 돈육불고기5,6,10 오이무침5,6 백김치9	돈육카레덮밥5,6,10 팽이버섯소창국5,6 소시지구이5,6,10,15,16 김치9 마시는요구르트2	백미밥 쇠고기묵국16 두부양념조림5,6 브로콜리볶음5,6 백김치9	백미밥 어묵국5,6 쇠고기가지볶음5,6,16 근대나물5,6 김치9	백미밥 콩나물국5 달걀간장조림5,6,15 시금치나물5,6 백김치9
오후간식	시리얼+우유2	단팥빵1,2,5,6+우유2	찐고구마+보리차	토마토스파게티 2,5,6,12,15,16,18	새우살부추전1,5,6,9 +우유2
열량	391.5	434.9	378.3	425.2	385.2
단백질	12.5	17.1	9.9	14	19.1
5주	26	27	28	29	30
오전간식	사과	연두부죽5	바나나	치즈죽2	굴
점심	백미밥 차돌박이된장국5,6,16 달걀찜1 잔멸치볶음5,6 백김치9	백미밥 온도토리묵국5,6 돼지고기볶음5,10 양배추참장무침5,6 김치9	백미밥 복엇국5,6 닭다리살튀김5,6,15 고사리나물5,6 백김치9	백미밥 순살감자탕5,6,10 두부구이5 애호박나물김무침5,6 김치9	백미밥 버섯맑은국5,6 쇠고기당근볶음5,6,16 얼갈이나물5,6 백김치9
오후간식	물만두5,6,10+매실주스	찐감자+우유2	우영주먹밥5,6	핑거스틱빵1,2,5,6 +우유2	자장면5,6,10
열량	379.4	401.9	457.9	404.4	371.5
단백질	14.7	11	13.3	14.7	12.1

<원산지 표시>

쌀(밥,죽,누룽지)	쇠고기	돼지고기	닭고기	I.육가공품 (일반햄,만두)	II.육가공품 (베이컨,슬라이스,소시지)
국내산	국내산 한우	국내산	국내산	국내산	국내산
김치	콩(두부류,콩국수,콩비지)	생선	오리고기	III.육가공품	IV.육가공품 (참치캔)
배추:국내산 고춧가루:국내산	두부: 국내산 콩비지:국내산	오징어:국내산 고등어:국내산 꽃게:국내산 동태:명태:러시아 다랑어(참치): 원양산 아귀:국내산 주꾸미:국내산	국내산	치킨너겟:국내산 생선까스:러시아	원양산(태평양)

애니와투니 어린이집 10월 식단표(이유식)

[만0세/중기이유식]

구분	<알레르기발식품> 1난류 2우유 3메밀 4땅콩 5대두 6밀 7고등어 8계 9새우 10돼지고기 11복숭아 12토마토 13아황산류 14호두 15닭고기 16쇠고기 17오징어 18조개류(굴,전복,홍합포함) 19자 ■알레르기 반응이 나타나면 즉시 식사를 중단하고 시설 지정 병원으로 후송합니다. ■위의 이유식 식단은 춘천시 어린이 사회복지급식관리지원센터 1,2세 혼합형 식단을 참고하여 작성 되었습니다.	1 [목]		2 [금]	
오전간식		누룽지죽		포도	
점심 및 오후 간식		닭살무죽		두부애호박죽	
구분	5 [월] 대체공휴일	6 [화]	7 [수]	8 [목]	9 [금] 한글날
오전간식		참깨죽	단감	달걀죽1	
점심 및 오후 간식		황태버섯죽	닭가슴살미역죽	쇠고기양파죽	
구분	12 [월]	13 [화]	14[수]	15[목]	16[금]
오전간식	배	근대된장죽5,6	토마토12	쇠고기죽5,6,16	사과
점심 및 오후 간식	닭살감자죽	대구살콩나물죽	쇠고기배추죽	두부양파죽	달걀노른자당근죽
구분	19 [월]	20 [화]	21 [수]	22 [목]	23 [금]
오전간식	굴	바나나	모듬채소죽5,6	자죽19	샤인머스켓
점심 및 오후 간식	들깨미역죽	두부팽이버섯죽	쇠고기무죽	쇠고기근대죽	닭살시금치죽
구분	26 [월]	27 [화]	28 [수]	29 [목]	30 [금]
오전간식	사과	연두부죽5	바나나	치즈죽2	굴
점심 및 오후 간식	달걀노른자애호박죽	닭가슴살양배추죽	복어채감자죽	들깨두부죽	쇠고기버섯죽

<원산지 표시>

쌀(밥,죽,누룽지)	쇠고기	돼지고기	닭고기	I.육가공품 (일반햄,만두)	II.육가공품 (베이컨,슬라이스,소시지)
국내산	국내산 한우	국내산	국내산	국내산	국내산
김치	콩(두부류,콩국수,콩비지)	생선	오리고기	III.육가공품	IV.육가공품 (참치캔)
배추:국내산 고춧가루:국내산	두부: 국내산 콩비지:국내산	오징어:국내산 고등어:국내산 꽃게:국내산 동태·명태:러시아 다랑어(참치): 원양산 아귀:국내산 주꾸미:국내산	국내산	치킨너겟:국내산 생선까스:러시아	원양산(태평양)

애니와투니 어린이집 10월 식단표

[만1-2세:시간연장형]

요일	월	화	수	목	금
1주	<알레르기유발식품> 1난류 2우유 3메밀 4땅콩 5대두 6밀 7고등어 8게 9새우 10돼지고기 11복숭아 12토마토 13아황산류 14호두 15닭고기 16쇠고기 17오징어 18조개류(굴,전복,홍합포함) 19자 ■알레르기 반응이 나타나면 즉시 식사를 중단하고 시설 지정 병원으로 후송합니다. ■위의 석식 식단은 춘천시 어린이사회복지급식관리지원센터 석식 식단과 1,2세 혼합형 식단을 참고하여 일부 수정 및 작성되었습니다.			1	2
저녁				백미밥 감자양파국5,6 닭살데리야끼구이2,15 무들깨나물5,6 김치9	백미밥 숙주된장국5,6 너비아니양파볶음5,10,16 애호박나물5,6 백김치9
2주	5 대체공휴일	6	7	8	9 한글날
저녁		백미밥 열무된장국5,6 돼지불고기5,6,10 느타리버섯나물5,6 김치9	치킨마요덮밥 1,5,6,10,12,15,16,18 감자양파국 고구마조림5,6 백김치9 짜먹는 요구르트2	백미밥 어묵국5,6 쇠고기볶음5,6,16 온두부+양념장5,6 김치9	
3주	12	13	14	15	16
저녁	백미밥 무쌈국5,6 닭볶음탕5,6,15 맛살채소전1,5,6,8 백김치9	백미밥 콩나물국5 고등어조림5,6,7 근대나물5,6 김치9	백미밥 버섯된장국5,6 훈제오리구이 가지나물5,6 백김치9	백미밥 쇠고기국16 돈육불고기5,6,10 단호박조림1,6 김치9	백미밥 새우살맑은국9 달걀장조림1,5,6 연근흑임자소스무침1,5,6 백김치9
4주	19	20	21	22	23
저녁	백미밥 감자국5,6 돼지고기버섯볶음5,6,10 미역무침 백김치9	백미밥 달걀국1 소시지케첩조림 5,6,10,12,15,16 팽이버섯볶음5 김치	백미밥 황태국5,6 들기름두부구이5 무새콤무침 백김치9	백미밥 근대된장국5,6 쇠고기구이1,5,16 가지나물5,6 김치9	백미밥 애호박맑은국 닭살채소볶음5,6,15 콩나물무침5,6 백김치9
5주	26	27	28	29	30
저녁	백미밥 미역국5,6 달걀말이1,5 감자조림5,6 백김치9	백미밥 연두부백탕1 돼지고기장조림5,6,10 도토리묵무침5,6 김치9	백미밥 시금치된장국5,6 닭갈비5,6,15 브로콜리볶음5,6 백김치9	백미밥 감자국 두부조림5,6 김구이 김치9	백미밥 열갈이된장국5,6 소불고기16 버섯나물5,6 백김치9

<원산지 표시>

쌀(밥,죽,누룽지)	쇠고기	돼지고기	닭고기	I.육가공품 (일반햄,만두)	II.육가공품 (베이컨,슬라이스,소시지)
국내산	국내산 한우	국내산	국내산	국내산	국내산
김치	콩(두부류,콩국수,콩비지)	생선	오리고기	III.육가공품	IV.육가공품 (참치캔)
배추:국내산 고춧가루:국내산	두부: 국내산 콩비지:국내산	오징어:국내산 고등어:국내산 꽃게:국내산 동태·명태:러시아 다랑어(참치): 원양산 아귀:국내산 주꾸미:국내산	국내산	치킨너겟:국내산 생선가스:러시아	원양산(태평양)