영천시 어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

11월의 식단표
(만1~2세 표준형식단)

코아루어린이집
331-1213

요일	월 (우유먹는 DAY)	화	수	목	금
날짜	2	3	4	5	6
오전간식	과일(단감) 우유 2	누룽지죽	씨리얼 플레인요거트 2	구운달걀 1 둥글레차	브로콜리죽
중식	백미밥 단배추된장국 5.6 삼치엿장조림 5.6 햄감자채볶음 5.6.10 깍두기 9	잡곡밥 다시마무챗국 5.6 한방수육 10 두부간장조림 5.6 배추김치 9	카레라이스 5.6 쇠고기탕국 5.16 떡갈비양파조림 5.6.10.16 양상추샐러드 +(저염)들깨드레싱 1.5 배추김치 9	찹쌀현미밥 황태미역국 5.6 닭다리살소금구이 5.15 청경채무침 5.6 배추김치 9	백미밥 오징어맑은국 17 탕수육+소스 5.6.10 잔멸치볶음 5.6 배추김치 9
오후간식	치즈빵 1.2.6 매실주스	프렌치토스트 1.2.6	볶음우동 5.6.18	늙은호박전 6	과일(바나나) 우유 2
열량/단백질	476/19	471/20	482/16	461/25	479/24
날짜	9	10	11	12	13
오전간식	과일(사과) 우유 2	계살죽 5.6.8	토마토 12 플레인요거트 2	크림스프 2 모닝빵 반쪽 1.2.6	흑임자죽
중식	백미밥 북엇국 1.5.6 돼지갈비찜 5.6.10 어슷우엉볶음 5.6 배추김치 9	수수밥 맑은파개장 5.6.16 동태전 1.5.6 +(저염)유자간장드레싱 5.6 한식잡채 5.6 배추김치 9	짜장라이스 5.6.10 맑은콩나물국 5 함박스테이크 1.5.6.10.12.16 새송이버섯볶음 5 배추김치 9	기장밥 어묵탕 5.6 쇠불고기 5.6.16 명엽채간장조림 5.6 배추김치 9	백미밥 닭곰탕 15 고등어구이 5.6.7 당근숙주나물볶음 5 배추김치 9
오후간식	소보로빵 1.2.6 석류차	물만두+간장 5.6.10	잼샌드위치 1.2.6	유부초밥 5.6	과일(배) 우유 2
열량/단백질	480/19	491/20	459/24	487/21	476/22
날짜	16	17	18 (지구야사랑한DAY)	19 (아동학대 예방의 날)	20
오전간식	과일(귤) 우유 2	타락죽 2	씨리얼 플레인요거트 2	찐고구마 보리차	녹두죽
중식	백미밥 보리새우맑은국 5.6.9 오징어데리야끼조림 5.6.17 소시지양파볶음 5.6.10 배추김치 9	흑미밥 들깨버섯국 5.6 돈까스+소스 1.5.6.10.12 소면채소무침 5.6 배추김치 9	중화새우덮밥 5.9.18 부추맑은국 5.6 맛살달걀찜 1 오이나물볶음 깍두기 9	찹쌀현미밥 시레기된장국 5.6 닭가슴살채소볶음 5.6.15 깐풍가지조림 5.6.18 배추김치 9	백미밥 청경채누룽지탕 5.6 돼지고기목살간장조림 5.6.10 쥐어채볶음 5.6 배추김치 9
오후간식	와플 1.2.6 레몬차	당근스크램블에그 1.5	꼬마김밥 13	미니핫케이크 1.2.5.6	과일(사과) 우유 2
열량/단백질	481/25	446/21	479/18	452/17	457/15
날짜	23	24	25	26	27
오전간식	과일(바나나) 우유 2	잔멸치죽	토마토 12 플레인요거트 2	양송이스프 2 식빵토스트 반쪽 1.2.6	단팥죽
중식	백미밥 쇠고기미역국 5.6.16 고등어양념찜 5.6.7 파프리카어묵볶음 5.6 배추김치 9	수수밥 동태살맑은국 5.6 닭갈비 5.6.15 연근카레튀김 5.6 배추김치 9	제육비빔밥 5.6.10 안매운백김치찌개 5.6 들기름두부구이 5 양배추샐러드 +(저당)파인애플콘드레싱 1.5 깍두기 9	기장밥 안매운닭개장 5.6.15 대구살스테이크 2.5.6 브로콜리검은깨소스무침 1.5.6 배추김치 9	백미밥 순두부백탕 5 오리불고기 5.6 콩나물무침 5 배추김치 9
오후간식	크림빵 1.2.6 망고주스	물만두+간장 5.6.10	크림리조또 2.5	(WoW)스위스식 감자전 5	과일(단감) 우유 2
열량/단백질	498/20	473/24	478/14	438/19	460/22
날짜	30				
오전간식	과일(사과) 우유 2				
중식	백미밥 오징어뭇국 5.6.17 쇠고기애호박볶음 5.6.16 시금치나물무침 배추김치 9				
오후간식	소금빵 1.2.6 오렌지주스				
열량/단백질	489/21				

[알레르기 안내]

표시항목 이외 유아 개인의 특성에 따라 알레르기는 모든 식품에서 가능성이 있을 수 있습니다.
알레르기 반응이 있는 식품을 파악하여 사전에 예방해주시기 바랍니다.
알레르기유발식품] ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨ 새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬이황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲ 잣
*식단감수를 하지 않고 임의로 식단 수정 시 출처에 '영천시어린이·사회복지급식관리지원센터 식단 제공'으로 기재할 수 없습니다.
※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품 첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
*코아루 어린이집의 식단은 그날 아침 조리되며 배식 후 폐기처분 합니다.
*위 식단은 보육시설의 사정에 의해 같은 식품군으로 대체 될 수 있습니다.

원산지 표시	쌀		배추김치		콩		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기
	밥	죽/누룽지	배추	고춧가루	두부류	콩비지	(한우/육우/젖소)	국내산	국내산	국내산
	국내산	국내산	국내산	국내산	외국산	국내산	한우			
	수산물 및 어육 가공품									
	오징어맑은국	동태전	명엽채	고등어구이	오징어데리야끼조림	고등어양념찜	동태살맑은국	오징어뭇국		
	오징어:국내산	동태:베트남	*명태일 경우 작성	고등어:국내산	오징어:국내산	고등어:국내산	동태:베트남	오징어:국내산		
	식육 가공품									
	햄감자볶음(햄)	떡갈비		탕수육	함박스테이크		소시지	돈까스		
	돼지고기:국내산	돼지고기:국내산	쇠고기:국내산	돼지고기:국내산	돼지고기:국내산	쇠고기:국내산	돼지고기:국내산	돼지고기:국내산		

영천시
어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

11월의 식단표
(이유식식단)

코아루어린이집
331-1213

요일	월	화	수	목	금
날짜	2	3	4	5	6
초기 (생후5~6개월)	무미음	무미음	무미음	청경채미음	청경채미음
중기 (생후7~8개월)	감자배추죽	두부무죽 5	쇠고기양파죽 16	닭가슴살청경채죽 15	달걀노른자브로콜리죽 1
후기 (생후9~11개월)	감자배추무른밥	두부무무른밥 5	쇠고기양파무른밥 16	닭가슴살청경채무른밥 15	달걀노른자브로콜리무른밥 1
완료기 (생후12~16개월)	감자배추진밥	두부무진밥 5	쇠고기양파진밥 16	닭가슴살청경채진밥 15	달걀브로콜리진밥 1
간식	아기치즈 2	핑거과일	찐감자	아기쌀과자	떠먹는요구르트 2
날짜	9	10	11	12	13
초기 (생후5~6개월)	우엉미음	우엉미음	우엉미음	당근미음	당근미음
중기 (생후7~8개월)	달걀노른자우엉죽 1	동태살시금치죽	감자콩나물죽	쇠고기당근죽 16	닭가슴살숙주죽 15
후기 (생후9~11개월)	달걀노른자우엉무른밥 1	동태살시금치무른밥	감자콩나물무른밥	쇠고기당근무른밥 16	닭가슴살숙주무른밥 15
완료기 (생후12~16개월)	달걀노른자우엉진밥 1	동태살시금치진밥	감자콩나물진밥	쇠고기당근진밥 16	닭가슴살숙주진밥 15
간식	아기주스	핑거과일	찐연두부 5	잘게썬식빵 1.2.6	떠먹는요구르트 2
날짜	16	17	18	19	20
초기 (생후5~6개월)	버섯미음	버섯미음	버섯미음	고구마미음	고구마미음
중기 (생후7~8개월)	무양파죽	두부버섯죽 5	새우살양파죽 9	닭가슴살고구마죽 15	달걀노른자청경채죽 1
후기 (생후9~11개월)	무양파무른밥	두부버섯무른밥 5	새우살양파무른밥 9	닭가슴살고구마무른밥 15	달걀노른자청경채무른밥 1
완료기 (생후12~16개월)	무양파진밥	두부버섯진밥 5	새우살양파진밥 9	닭가슴살고구마진밥 15	달걀청경채진밥 1
간식	아기치즈 2	핑거과일	찐고구마	아기쌀과자	떠먹는요구르트 2
날짜	23	24	25	26	27
초기 (생후5~6개월)	양배추미음	양배추미음	양배추미음	브로콜리미음	브로콜리미음
중기 (생후7~8개월)	쇠고기당근죽 16	동태살연근죽	두부양배추죽 5	닭가슴살브로콜리죽 15	달걀노른자콩나물죽 1
후기 (생후9~11개월)	쇠고기당근무른밥 16	동태살연근무른밥	두부양배추무른밥 5	닭가슴살브로콜리무른밥 15	달걀노른자콩나물무른밥 1
완료기 (생후12~16개월)	쇠고기당근진밥 16	동태살연근진밥	두부양배추진밥 5	닭가슴살브로콜리진밥 15	달걀콩나물진밥 1
간식	아기주스	핑거과일	삶은달걀 1	잘게썬모닝빵 1.2.6	떠먹는요구르트 2
날짜	30				
초기 (생후5~6개월)	시금치미음				
중기 (생후7~8개월)	쇠고기시금치죽 16				
후기 (생후9~11개월)	쇠고기시금치무른밥 16				
완료기 (생후12~16개월)	쇠고기시금치진밥 16				
간식	아기치즈 2				

[알레르기 안내]

표시항목 이외 유아 개인의 특성에 따라 알레르기는 모든 식품에서 가능성이 있을 수 있습니다.
알레르기 반응이 있는 식품을 파악하여 사전에 예방해주시기 바랍니다.
알레르기유발식품] ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨ 새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲ 잣
*식단감수를 하지 않고 임의로 식단 수정 시 출처에 '영천시어린이·사회복지급식관리지원센터 식단 제공'으로 기재할 수 없습니다.
※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품 첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
*코아루 어린이집의 식단은 그날 아침 조리되며 배식 후 폐기처분 합니다.
*위 식단은 보육시설의 사정에 의해 같은 식품군으로 대체 될 수 있습니다.

원산지 표시	쌀		콩		
	밥	죽/ 누룽지	두부		
	국내산	국내산	외국산		
	쇠고기 (한우/육우/젖소)	닭고기	돈태		
	한우	국내산	러시아		