11월 식단표

결재	담 당	원 장

	날짜		2일(월)	3일(화)	4일(수)	5일(목)	6일(금)
첫째주	오전간식	영	누룽지죽	야채죽	빼내내	빼	양파크림스프2
		유	꼬마육포/우유2	야채죽	빼내내	빼	양파크림스프2
	중 식		백미밥 얼갈이된장국5.6 제육볶음5.6.10 청포묵김가루무침 깍두기	보리밥 소고기콩나물국5.6.16 고등어살조림5.6.7 오이초무침 배추김치	미트볼하이라이스5.6.10 토마토샐러드 플레인요거트2 단무지	기장밥 닭곰탕5.6.15 돼지고기장조림5.6.10 어묵양배추볶음 백김치	수수밥 사골떡만둣국5.6.16 동그랑땡전1.5.6.10 김구이 깍두기
	오후간식	영.유	찐감자/매실주스	구운계란1/스위트자몽	어묵떡복이 1.2.5.6/식물성유산균	특치즈스틱1.2.5.6/진한망고	증편/해가득감귤주스
		미소	찐감자/맑은이온	구운계란/유산균음료	어묵볶이/보리차	치즈스틱/옥수수차	증편/사과쥬스
	열량(Kcal)/단백질(g)		411.2kcal 15.6g	411.2kcal 14.3.g	403.1kcal 14.6g	421.2kcal 16.1g	410.2kcal 16.3g
둘째주	날짜		9일(월)	10일(화)	11일(수)	12일(목)	13일(금)
	오전간식	영	옥수수스프2	딸기요거트2	쌔과	양송이스프2	소고기죽16
		유	옥수수스프2	딸기요거트2	쌔과	양송이스프2	소고기죽16
	중 식		백미밥 조갯살미역국5.6.18 훈제오리부추볶음5.6 콩나물무침 깍두기	차조밥 시래기된장국5.6 돈까스/소스1.5.6.10 양배추샐러드 배추김치	돼지고기김치볶음밥5.6.10 미소장국5.6 명엽채볶음 플레인요거트2 단무지	현미밥 늙은호박된장국5.6 소고기사태찜5.6.16 숙주나물 백김치	기장밥 대구살무국5.6 치즈계란말이1.2.5.6 멸치볶음 깍두기
	오후간식	영.유	반세/누룽지팝특	특꽈배기1.2.5.6/두유	잔치국수5.6	특두유슈도너츠빵/밀감	초코설기/우유2
		미소	반시/배도라지	꽈배기/보리차	잔치국수	두유슈도너츠/밀감	초코설기/유산균음료
	열량(Kcal)/단백질(g)		402.3kcal 13.4g	420.1kcal 14.7g	378.2kcal 15.4g	411.7kcal 16.21g	406.3kcal 19.1g
셋째주	날짜		16일(월)	17일(화)	18일(수)	19일(목)	20일(금)
	오전간식	영	누룽지죽	들깨죽	빼내내	야채스프2	단감
		유	키즈두부봉/우유2	들깨죽	빼내내	야채스프2	단감
	중 식		백미밥 어묵무국5.6 소불고기5.6.16 참나물무침 깍두기	보리밥 시금치된장국5.6 닭갈비5.6.15 오이부추무침 배추김치	오므라이스1.5.6.10 맑은미역국5.6 모듬견과조림 플레인요거트2 단무지	수수밥 콩국5.6 가자미살엿장조림5.6 미역줄기볶음 백김치	차조밥 팽이버섯두부된장국5.6 돼지고기굴소스볶음5.6.10 얼갈이된장무침 깍두기
	오후간식	영.유	찐고구마/우유2	특유기농후레이크5.6/우유2	전복죽18/요쿠르트	특치즈볼1.2.5.6/오곡라떼	약밥/요거타임사과
		미소	찐고구마/옥수수차	떡뻥/사과포도	전복죽/둥글레차	치즈볼/배도라지	약밥/보리차
	열량(Kcal)/단백질(g)			413.1kcal 14.5g	397.6kcal 15.4g	413.4kcal 16.4g	412.1kcal 19.5g
넷째주	날짜		23일(월)	24일(화)	25일(수)	26일(목)	27일(금)
	오전간식	영	크림스프2	버섯죽	쌔과	닭죽15	밀감
		유	크림스프2	특꼬마육포/우유2	쌔과	닭죽15	밀감
	중 식		백미밥 애호박고추장찌개5.6.10 메추리알볼어묵조림1.5.6 자반볶음 깍두기	현미밥 무채된장국5.6 돼지간장불고기5.6.10 새우살부추전5.6.9 배추김치	소고기콩나물밥5.6.16 계란파국1.5.6 사과치커리무침 플레인요거트2 단무지	기장밥 들깨수제비국5.6 오징어볶음5.6.17 삼색숙주나물 백김치	수수밥 북어콩나물국5.6 닭갈비2.5.6.15 브로콜리무침 깍두기
	오후간식	영.유	방울토마토/쌀건빵	단팥빵/요거다사과당근	치킨너겟1.5.6.15/한라봉쥬스	특카스테라1.2.5.6/우유2	미니호떡/과수원
		미소	방울토마토/유기농스틱	단팥빵/둥글레차	치킨너켓/유산균음료	카스테라/옥수수차	미니호떡/배도라지
	열량(Kcal)/단백질(g)		401.1kcal 18.2g	376.1kcal 16.4g	398.2kcal 16.2g	432.1kcal 19.31g.	421.3kcal 20.6g
다섯째주	날짜		30일(월)				
	오전간식	영	계란죽1				
		유	계란죽1				
	중 식		백미밥 배추된장국5.6 돼지고기양념구이5.6.10 병아리콩연근조림 깍두기			식단내표시사항 -센센환과필및체소 (주3회이상)	
	오후간식	영.유	찐고구마/우유2				
		미소	찐고구마/사과포도				
	열량(Kcal)/단백질(g)						

원산지표시사항

쌀(찹쌀,현미,흑미포함)		콩		배추김치,깍두기		소고기	돼지고기	닭고기	오리고기	명태	오징어	전복	고등어
밥, 죽	누룽지	두부	콩국수	배추,무	고춧가루								
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산 육우	국내산	국내산	국내산	러시아산	원양산	국내산	

농,축산물 수산물 가공품 표시사항

훈제오리	미트볼	만둣국	돈까스	꼬마육포	동그랑땡전
훈제오리	돼지고기	돼지고기	돼지고기	돼지고기	돼지고기
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산

알레르기 유발식품

식품의약품안전처에서 고시한 알레르기 유발 식품은 다음과 같습니다. 알레르기 유발 식품이 포함된 메뉴 옆에 아래의 번호를 식단에 표시하였습니다.
①난류(가금류) ②우유(유제품) ③메밀 ④땅콩 ⑤대두(콩나물,된장,두부,유부) ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토
⑬아황산류(SO_2 잔류량, 10mg/kg 이상 함유) ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합포함) ⑲잣

영양사: 방 경 선