

애니와투니어린이집 7월 식단표



춘천시어린이사회복지급식관리지원센터
작성자 : 어린이급식팀

[만1-2세:혼합형]

요일		<알레르기유발식품> 1난류 2우유 3메밀 4땅콩 5대두 6밀 7고등어 8계 9새우 10돼지고기 11복숭아 12토마토 13아황산류 14호두 15닭고기 16쇠고기 17오징어 18조개류(굴,전복,홍합포함) 19잰 ■알레르기 반응이 나타나면 즉시 식사를 중단하고 시설 지정 병원으로 후송합니다. <이달의 원산지 표시 대상 가공식품> ▶팍콘치킨,베이컨,비엔나소시지 훈제오리,함박스테이크,해물완자전 * 수제 제조 또는 가공식품 구매 시 하단의 원산지 표시와 같은 경우 별도 표시 안 하셔도 됩니다.		수		목		금			
1주				1		2		3			
오전간식				수박		버섯죽5,6		참외			
점심				백미밥 배추맑은국5,6 두부조림5,6 감자채양파볶음5,6 배추김치9 짜먹는요구르트2		백미밥 만둣국1,5,6,10 가지미역장국5,6 가지나물5,6 백김치9		백미밥 시래기된장국5,6 쇠고기볶잡5,6,12,16 김구이 배추김치9			
오후간식				프렌치토스트1,2,5,6		간장비빔국수5,6		팍콘치킨1,2,5,6,15			
			396.2	12.5	442.2	15	435.3	14.2			
2주		6		7		8		9		10	
오전간식		멜론		누룽지죽		사과		양배추죽		복숭아11	
점심		백미밥 들깨무챗국5,6 돈육부추볶음5,6,10 비름나물5,6 배추김치9		백미밥 두부된장국5,6 쇠고기불고기5,6,16 잔멸치조림5,6 백김치9		백미밥 팽이버섯맑은국5,6 토마토달걀볶음1,5,12 브로콜리연근샐러드1,5 배추김치9		백미밥 근대된장국5,6 간장닭살구이5,6,15 애호박나물5,6 백김치9		백미밥 미역국5,6 쇠고기청경채볶음5,6,16 숙주나물5,6 배추김치9	
오후간식		모듬채소전1,5,6 +오렌지주스		찐단호박+우유2		치즈스틱2,5		유부우동5,6		롤빵1,2,5,6+우유2	
열량	단백질	394.5	10.1	410.7	16.2	417	17.3	405.4	13.9	400.4	12.4
3주		13		14		15		16		17	
오전간식		바나나		새우살죽5,6,9		수박		표고당근죽		토마토12	
점심		백미밥 아욱된장국5,6 삼치양념조림5,6 느타리버섯나물5,6 배추김치9		백미밥 닭곰탕15 연두부+양념장5,6 시금치나물5,6 백김치9		백미밥 미소장국5,6 쇠고기콩나물볶음5,16 비엔나소시지볶음 5,6,10,15,16 배추김치9		백미밥 어묵국5,6 돼지고기김치찜5,6,10 오이무침5,6 백김치9		백미밥 두부맑은국5 단호박닭조림5,6,15 양배추쌈장무침5,6 배추김치9	
오후간식		달걀치즈주먹밥1,2,5,6		크림스프2,5,6,15,16+크루 통1,2,5,6		시리얼+우유2		찐감자+우유2		맘모스빵1,2,4,5,6 +우유2	
열량	단백질	391.3	14.3	386.3	14.4	461.4	16.3	381.3	15.2	407.5	15.9
4주		20		21		22		23		24	
오전간식		사과		김가루채소죽5,6		복숭아11		전복죽18		참외	
점심		백미밥 도토리묵냉국5,6,9 훈제오리구이 근대나물5,6 배추김치9		백미밥 배추된장국5,6 쇠고기장조림5,6,16 애호박볶음5,6 백김치9		백미밥 양송이스프2,5,6,15,16 함박스테이크 1,5,6,10,12,16 새콤무생채5,6 배추김치9		백미밥 안매운육개장5,6,16 달걀찜1 콩나물무침5,6 백김치9		백미밥 시금치된장국5,6 돼지고기버섯볶음5,10,18 고사리나물5,6 배추김치9	
오후간식		유부초밥5,6		챗샌드위치1,2,5,6+우유2		찐만두5,6,10+우유2		마들렌1,2,5,6+우유2		로제소스스파게티 2,5,6,12,15,16,18	
열량	단백질	403.2	13	393.3	15.4	400.1	14.4	483.8	16.8	409.9	14
5주		27		28		29		30		31	
오전간식		수박		브로콜리죽5,6		바나나		쇠고기죽5,6,16		블루베리	
점심		백미밥 쇠고기우거짓국5,6,16 두부데리야끼조림5,6 오이나물5,6 배추김치9		백미밥 미역국5,6 돈육불고기5,6,10 가지구이무침5,6 백김치9		짜장덮밥5,6,10 무맑은국 해물완자전1,5,6 배추김치9 마시는요구르트2		백미밥 콩나물국5 닭살채소볶음5,6,15 얼갈이나물5,6 백김치9		백미밥 두부된장국5,6 고등어구이5,6,7 감자조림5,6 배추김치9	
오후간식		들기름막국수3,5,6		수박화채2		카스테라1,2,5,6+우유2		시리얼+우유2		핫도그1,2,6,10 +포도주스	
열량	단백질	384.8	12.7	378.5	11.6	475.5	16.6	433.9	15.9	395.8	12.3

<원산지 표시>

쌀(밥,죽,누룽지)	쇠고기	돼지고기	닭고기	I.육가공품 (일반형,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)

애니와투니 어린이집 7월 식단표(이유식)

구분	<알레르기유발식품> 1난류 2우유 3메밀 4땅콩 5대두 6밀 7고등어 8게 9새우 10돼지고기 11복숭아 12토마토 13아황산류 14호두 15닭고기 16쇠고기 17오징어 18조개류(굴,전복,홍합포함) 19자		1 [수]	2[목]	3 [금]
중기			쇠고기브로콜리죽16	닭가슴살양파죽15	대구살오이죽
열량/단백질	■ 알레르기 반응이 나타나면 즉시 식사를 중단하고 시설 지정 병원으로 후송합니다.		74/3.1	64.2/3.3	60.2/2.9
구분	6 [월]	7 [화]	8 [수]	9 [목]	10 [금]
중기	닭가슴살가지죽15	달걀노른자청경채죽1	명태고구마죽	두부애호박죽5	쇠고기콩나물죽5,16
열량/단백질	95.1/5	83.6/2.5	74.3/2.7	62.7/2	74.4/3.3
구분	13 [월]	14 [화]	15 [수]	16 [목]	17 [금]
중기	쇠고기감자죽16	임연수브로콜리죽	닭가슴살열무죽15	달걀노른자숙주죽1	두부오이죽5
열량/단백질	77.5/3	69/3.2	62.9/3.4	83.9/2.5	61.9/2
구분	20 [월]	21 [화]	22 [수]	23 [목]	24 [금]
중기	대구살가지죽	닭가슴살양배추죽15	두부옥수수죽5	쇠고기배죽16	달걀노른자완두콩죽1
열량/단백질	69.4/4	64.8/3.4	71.4/2.2	83.2/2.6	76.6/2.9
구분	27 [월]	28 [화]	29 [수]	30 [목]	31 [금]
중기	닭가슴살사과죽15	쇠고기가지죽16	두부당근죽5	달걀노른자브로콜리죽1	대구배추죽
열량/단백질	67.5/3.3	74.4/3.2	64/2	87/2.8	61.3/3

<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 7월 식단



춘천시어린이 사회복지급식관리지원센터
작성 자 : 어린이급식팀

[만1-2세:시간연장형]

요일		월		화		수		목		금	
1주		<알레르기유발식품> 1난류 2우유 3매밀 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. <아동의 원산지 표시 대상 가공식품> ▶훈제오리 * 수제 제조 또는 가공식품 구매 시 하단의 원산지 표시와 같은 경우 별도 표시 안 하셔도 됩니다.				1		2		3	
저녁						백미밥 감자국5,6 두부구이5 브로콜리무침 배추김치9		백미밥 버섯맑은국5,6 가지미간장조림5,6 물만두5,6,10 백김치9		백미밥 달걀국1 연두부찜1,5 시래기나물5,6 배추김치9	
						221.3	7.2	271.7	11.1	224.1	11
열량	단백질										
2주		6		7		8		9		10	
저녁		백미밥 부추맑은국 돼지고기구이5,10 무나물5,6 배추김치9		백미밥 쇠고기국16 두부조림5,6 단호박버터구이2 백김치9		백미밥 시금치된장국5,6 팽이맛살전1,5,6,8 연근조림5,6 배추김치9		백미밥 애호박맑은국 닭살채소볶음5,6,15 근대나물5,6 백김치9		쇠고기덮밥5,6,16 묵국5,6 청경채나물5,6 배추김치9 떠먹는요구르트2	
		266.6	6.4	271.8	9.4	231.8	7.2	211.2	8	237.3	10.3
열량	단백질										
3주		13		14		15		16		17	
저녁		백미밥 버섯맑은국5,6 삼치구이5,6 애호박나물5,6 배추김치9		백미밥 연두부백탕1 찜닭5,6,15 김자반5,6 백김치9		백미밥 콩나물국5 쇠고기장조림5,6,16 가지나물5,6 배추김치9		백미밥 오이냉국5,6 제육볶음5,6,10 어묵간장조림5,6 백김치9		백미밥 닭채소국5,6,15 두부조림5,6 양배추나물5,6 배추김치9	
		219.4	8.1	241.4	10.5	196.8	9.6	228.5	8.5	219.9	10.7
열량	단백질										
4주		20		21		22		23		24	
저녁		백미밥 근대된장국5,6 훈제오리채소볶음 도토리묵무침5,6 배추김치9		백미밥 애호박맑은국 쇠고기불고기5,6,16 배추나물5,6 백김치9		백미밥 미역국5,6 만두구이5,6,10 무나물5,6 배추김치9		백미밥 콩나물된장국 달걀채소말이1,5 오이무침5,6 백김치9		백미밥 감자국5,6 돼지고기볶음5,6,10,12 시금치나물5,6 배추김치9	
		252.9	8	216.2	8.5	260.3	6.3	218.3	7.8	212.3	9.4
열량	단백질										
5주		27		28		29		30		31	
저녁		백미밥 쇠고기탕국5,16 들기름두부구이5 느타리버섯볶음5,6 배추김치9		백미밥 유부맑은국5 돈육가지볶음5,6,10 브로콜리무침 백김치9		백미밥 어묵국5,6 달걀장조림1,5,6 근대나물5,6 배추김치9		백미밥 얼갈이된장국5,6 닭살구이5,15 콩나물맛살무침1,5,6,8 백김치9		백미밥 무채맑은국5,6 고등어조림5,6,7 감자채볶음5,6 배추김치9	
		277.4	10.1	277.8	14.4	203	7.9	223.6	10.7	226.3	8.6
열량	단백질										

<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)