

7월 감고을 행복 어린이집 식단표

요일	월	화	수	목	금
날짜	어린이집 평가인증 지침에 의해 간식은 신선한 과일이나 채소를 주 3회 이상 제공합니다. 식단은 어린이집/수급 사정으로 인해 동일 식품군 내에서 변경될 수 있습니다. 모든 식재료는 국내산 및 지역농산물을 당일 아침에 공급받아 사용하고 있습니다.		1	2	3
오전 간식			쇠고기죽	대구살양배추죽	신선과일/연두부죽
점심			김치볶음밥 달걀찜국 두부부침/양념장 우영볶음 잘게썰깍두기	잡곡밥 배추된장국 연양식쇠불고기 상추초무침 볶음김치	잡곡밥 팽이버섯맑은국 안매운제육볶음 깻잎순무침 배추김치
오후 간식			약과/쌀과자/요구르트	참치주먹밥/차	메밀국수/요구르트
날짜	6	7	8(저녁)	9	10
오전 간식	모듬채소현미죽	신선과일/부추달걀죽	옥수수죽	검은콩죽	신선과일/들깨죽
점심	잡곡밥 안매운육개장 자른매추리알장조림 청경채나물 배추김치	잡곡밥 안매운김치국 동그랑땡 숙주나물 양배추샐러드	새싹비빔밥 쇠고기뭇국 달걀후라이 잔멸치볶음 배추김치	잡곡밥 미역국 돼지고기굴소스볶음 도라지오이무침 배추김치	잡곡밥 복쌈국 순살안동찜닭 참나물무침 배추김치
오후 간식	채소주먹밥/요구르트	도너츠/우유	신선과일/ 떠먹는 요구르트	모듬야채전/요구르트	푸실리샐러드/ 요구르트
날짜	13	14	15(초복)	16	17(제헌절)
오전 간식	당근죽	애호박죽	시금치죽	신선과일/브로콜리죽	
점심	잡곡밥 안매운부대찌개 김달걀말이 얼갈이배추무침 배추김치	잡곡밥 순두부백탕 오리훈제볶음 미역초무침 배추김치	참쌀밥 닭곰탕 자른진미채조림 부추무침 잘게썰깍두기	잡곡밥 열무된장국 삼치조림 콩나물무침 배추김치	
오후 간식	미니호떡/우유	편육수수/요구르트	신선과일/ 떠먹는 요구르트	쇠고기주먹밥/ 요구르트	
날짜	20	21	22	23	24
오전 간식	신선과일/ 표고버섯죽	김가루찰현미죽	참치죽	누룽지죽	신선과일/ 치즈김치죽
점심	잡곡밥 게살탕 안매운마파두부 미역줄기볶음 배추김치	잡곡밥 만둣국 오징어굴소스볶음 브로콜리흑임자무침 깍두기	하이라이스 맑은장국 새우튀김 치커리요거트샐러드 배추김치	잡곡밥 삼색수제비 안매운고구마닭갈비 고춧잎나물 배추김치	잡곡밥 어묵탕 돼지고기갈비찜 방풍나물무침 동치미
오후 간식	단팥빵/우유	단호박꿀찜/주스	신선과일/씨리얼/ 우유	아이스홍시/차	치킨너겟/주스
날짜	27	28	29	30	31
오전 간식	신선과일/타락죽	전복죽	게살죽	흑임자죽	신선과일/잔멸치죽
점심	잡곡밥 차돌된장국 소시지야채케찹볶음 가지무침 김치	잡곡밥 들깨미역국 돼지고기피망볶음 숙주맛살무침 배추김치	쇠고기간장덮밥 유부장국 명엽채조림 애호박볶음 배추김치	백미밥 크림스프 돈가스 마카로니샐러드 배추김치	잡곡밥 대구살백탕 두부탕수 시금치된장무침 배추김치
오후 간식	카스테라/우유	고구마맛탕/ 우유	신선과일/ 떠먹는 요구르트	쌀과자/차	치즈토마토스파게티

원산지 표시					
닭고기 / 오리고기	콩 (두부류, 콩국수, 콩비지)	쇠고기	돼지고기	식육 / 포장육 / 육가공품	쌀 (밥, 죽, 누룽지)
국내산	국내산	국거리 : 한우 불고기 : 호주산	국내산	국내산 외국산	밥 : 국내산 죽 : 국내산 누룽지 : 국내산
오징어 / 낙지	명태/ 고등어/ 갈치/ 꽂치	꽃게	다랑어	김치	
국내산	국내산	생물 : 국내산 냉동 : 중국산	원양산	배추 : 국내산 고춧가루 : 국내산	

