

날짜/요일				1 / 수		2 / 목		3 / 금				
점심				백미밥 청경채달걀국①⑤⑥ 순살치킨/소스⑤⑥⑫⑮ 명엽채볶음⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 북어채무국⑤⑥ 돈육두루치기⑤⑥⑩ 두부참깨무침①⑤⑥ 깍두기⑨		잡곡밥 소고기대파국⑤⑥⑬ 치즈계란말이①②⑤⑥ 감자베이컨볶음⑤⑥⑩ 맛김치⑨				
열량/단백질/칼슘/철분				489.5/21.83/93.15/2.02		448.1/20.4/65.77/1.7		404.5/17.57/93.61/1.99				
간식				양배추죽/물만두, 요구르트		단호박죽/복숭아, 우유		야채죽/찐감자, 우유				
날짜/요일		6 / 월		7 / 화		8 / 수		9 / 목		10 / 금		
점심		귀리밥 아욱국⑤⑥ 통살새우까스/소스①⑤⑥⑨ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기⑨		백미밥 동태무국⑤⑥ 고구마닭갈비⑤⑥⑮ 새송이버섯볶음⑤⑥ 백김치		차조밥 맑은무채국⑤⑥ 소고기메란장조림①⑤⑥⑮ 콩나물쪄파무침⑤⑥ 섞박지⑨		백미밥 북어미역국⑤⑥ 카레삼치구이⑤⑥ 잔멸치건과볶음④⑤⑥ 맛김치⑨		현미밥 어묵김치국⑤⑥⑨ 돼지불고기⑤⑥⑩ 숙주맛살무침⑤⑥⑧ 열무김치		
열량/단백질/칼슘/철분		476.2/13.08/106.24/1.42		377.9/20.82/52.42/1.73		384.6/17.29/86.45/2.47		390.7/18.41/88.98/1.02		406.4/18.56/87.23/1.43		
간식		팽이버섯죽/찐고구마, 우유		두부죽/토마토, 우유		새우살죽/핫케이크, 요구르트		누룽지죽/복숭아, 우유		브로콜리죽/김주먹밥, 우유		
날짜/요일		13 / 월		14 / 화		15 / 수		16 / 목		17 / 금 *제헌절*		
점심		기장밥 미소된장국⑤⑥ 왕떡갈비구이①⑤⑥⑩ 오징어채조림⑤⑥⑦ 물김치		백미밥 진한들깨미역국⑤⑥ 우당면불고기⑤⑥⑬ 우영채조림④⑤⑥ 알타리무김치⑨		잡쌀밥 초복삼계탕⑮ 오징어브로콜리무침⑤⑥⑦ 청포묵김가루무침①⑤⑥ 섞박지⑨		백미밥 감자계란국①⑤⑥ 비엔나조림②⑤⑥⑩⑮ 가지두반장볶음⑤⑥ 숙성깍두기⑨				
열량/단백질/칼슘/철분		461.8/21.35/47.51/2.37		393.0/20.62/65.0/2.66		310.9/26.44/60.77/2.21		482.2/15.18/61.05/1.06				
간식		참치죽/수박, 우유		견과죽/삶은계란, 우유		스프/찐단호박, 요구르트		타락죽/케이크, 우유				
날짜/요일		20 / 월		21 / 화		22 / 수		23 / 목		24 / 금		
점심		혼합곡밥 순두부국①⑤⑥ 닭갈비살조림⑤⑥⑮ 건새우볶음⑤⑥⑨ 부추겉절이⑤⑥		백미밥 한방닭곰탕⑮ 두부스테이크⑤⑥⑩⑮⑮ 애호박새우살볶음⑤⑥⑨ 맛김치⑨		찰수수밥 황태미역국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 건파래볶음⑤ 물김치		백미밥 육개장⑤⑥⑬ 코다리강정⑤⑥⑫ 도라지오이무침⑤⑥ 깍두기⑨		차조밥 오징어조갯살무국⑤⑥⑦⑮ 찰쌀탕수육⑤⑥⑩⑫ 야채흑임자무침①⑤⑥ 배추김치⑨		
열량/단백질/칼슘/철분		397.5/22.85/226.34/2.56		454.7/25.64/31.9/1.04		428.3/16.55/65.96/1.62		419.0/19.8/57.78/1.41		450.5/16.56/33.03/2.05		
간식		흑미죽/복숭아, 우유		미역죽/유부초밥, 우유		검은콩죽/찐감자, 요구르트		소고기죽/바나나, 우유		게살죽/스파게티, 우유		
날짜/요일		27 / 월		28 / 화		29 / 수		30 / 목		31 / 금		
점심		찰현미밥 팽이버섯장국⑤⑥ 등심돈까스/브라운소스①②⑤⑥⑩⑫ 유자청샐러드⑤⑥ 맛김치⑨		백미밥 근대국⑤⑥ 코다리조림⑤⑥ 스크램블에그&케첩①⑤⑥⑫ 깍두기⑨		짜장밥 동치미오이냉국⑤⑥ 섭산적구이①⑤⑥⑩⑮⑮ 꼬들단무지무침⑤⑥		백미밥 모듬어묵국⑤⑥ 오삼불고기⑤⑥⑩⑦ 당근감자채볶음⑤⑥ 백김치		기장밥 배추당면국①⑤⑥ 로제찜닭②⑤⑥⑮ 구이김⑤ 맛김치⑨		
열량/단백질/칼슘/철분		451.7/16.11/62.88/1.72		418.0/22.4/89.18/2.0		481.0/14.85/28.68/0.8		416.4/20.96/36.51/1.1		371.8/21.81/49.72/2.12		
간식		달걀죽/수박, 우유		참치죽/채소주먹밥, 우유		두부죽/우동, 요구르트		버섯죽/찐감자, 우유		시금치죽/바나나, 우유		
원산지 표시	쌀	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	콩 (두부류)	배추김치		수산물	오징어 원양산	삼치 국내산	동태, 코다리 러시아산
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	배추	고춧가루				
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산				
식육 가공품	돈까스	떡갈비	순살치킨	잡쌀탕수육	훈제오리	베이컨	비엔나	두부스테이크	섭산적	수산물 가공품	오징어	
	돼지고기	돼지고기	닭고기	돼지고기	오리고기	돼지고기	돈육, 닭고기	돈육, 닭고기				
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	페루산
알림	* 알레르기 유발물질 : ①달걀 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴·홍합·전복 등) ⑲잣 (매뉴 뒤 번호 표시) * 제시된 물질 외에도 알레르기 증상이 있을 수 있으니 각별한 주의바랍니다.						※ 조리는 원에서 직접합니다. ※ 알레르기 원아의 경우, 대체음식이 제공됩니다.					
우하수어린이집												