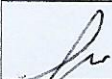
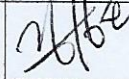


9월 식단표

결재	담당	원장
		

첫 째 주	날짜		1일(화)	2일(수)	3일(목)	4일(금)	
	오전간식	영	새과	양파크림스프2	딸기요거트	버섯죽	
		유	새과	양파크림스프2	딸기요거트	버섯죽	
	중 식		보리밥 콩나물된장국5.6 소고기청경채글소스볶음5.6.16 느타리버섯무침 배추김치	마파두부덮밥5.6.10 잔멸치볶음 플레인요거트2 단무지	현미밥 황태우국5.6 닭갈비5.6.15 부추나물 백김치	수수밥 열갈이된장국5.6 돼지고기족탕5.6.10 치커리사과무침 깍두기	
		오후간식	영·유 미소	두부도너츠/스위트청포도 오토밀과사과퓨레	고구마핫도그1.2.5.6/아임리얼망고 고구마핫도그/메밀차	유기농후레이크/우유2 떠먹는고구마와사과	누룽지찜/떡볶이 떡볶/사과포도주스
열량(Kcal)/단백질(g)			416.1kcal 15.1g	421.2kcal 16.1g	410.2kcal 16.3g		
둘 째 주	날짜		7일(월)	8일(화)	9일(수)	10일(목)	11일(금)
	오전간식	영	누룽지죽	양송이스프2	새과	밀감	닭죽15
		유	꼬마옥포/우유2	양송이스프 2	새과	밀감	닭죽15
	중 식		백미밥 소고기미역국5.6.16 계란찜1 명엽채볶음 깍두기	보리밥 배추된장국5.6 돈까스/소스1.5.6.10 양배추참깨샐러드 배추김치	새우볶음밥5.6.9 미소장국5.6 김구이 플레인요거트2 단무지	수수밥 순두부들깨탕5.6 가지마살엿장조림5.6 오이무침 백김치	차조밥 팽이유부된장국5.6 소고기매추리알조림1.5.6.16 삼색숙주나물 깍두기
		오후간식	영·유 미소	편안호박/해가득사과 편안호박/맑은이온	치즈촉케이크1.2.5.6/우유2 바나나와단호박퓨레	삼색국수 5.6.9 삼색국수	치킨너겟1.5.6.15/스위트자몽 치킨너겟/매도라지
열량(Kcal)/단백질(g)		402.3kcal 13.4g	420.1kcal 14.7g	378.2kcal 15.4g	411.7kcal 16.21g	406.3kcal 19.1g	
셋 째 주	날짜		14일(월)	15일(화)	16일(수)	17일(목)	18일(금)
	오전간식	영	누룽지죽	크림스프2	새과	복숭아/치즈2	야채죽
		유	견과류/우유2	크림스프2	새과	복숭아/치즈2	야채죽
	중 식		백미밥 어묵국5.6 순살찜닭5.6.15 김구이 깍두기	현미밥 전복미역국5.6.18 돈민찌두부조림5.6.10 콩나물무침 배추김치	소고기콩나물밥5.6.16 부추된장국5.6 견과멸치볶음 플레인요거트2 단무지	기장밥 호박된장국5.6 간장제육볶음5.6.10 가지나물 백김치	기장밥 만둣국1.5.6.10 참치감자조림5.6.16 맛살양파볶음5.6 깍두기
		오후간식	영·유 미소	편안호박/과채포도 편안호박/옥수수차	구운계란1/배안에도라지 구운계란/매도라지	궁중떡볶이5.6.16/매실주스 어묵볶이/보리차	호랑다/비타민즈딸기 떠먹는고구마와사과
열량(Kcal)/단백질(g)		401.1kcal 14.6g	413.1kcal 14.5g	397.6kcal 15.4g	413.4kcal 16.4g		
넷 째 주	날짜		21일(월)	22일(화)	23일(수)	24일(목)	25일(금)
	오전간식	영	야채죽	새과	밀감		
		유	야채죽	새과	밀감	맛살양파볶음5.6	
	중 식		백미밥 차돌된장찌개5.6.16 베이컨숙주볶음5.6.10 진미채볶음 깍두기	기장밥 콩나물된장국5.6 돼지고기수육/양념장5.6.10 오이상추무침 배추김치	오므라이스1.5.6.10 맑은미역국5.6 불어묵조림5.6 플레인요거트2 단무지	추석연휴	추 석
		오후간식	영·유 미소	편안호박/우유2 편안호박/맑은이온	물만두5.6.10 /식물성유산균 물만두/유산균음료	송편/감귤주스 송편/매도라지	
열량(Kcal)/단백질(g)		401.1kcal 18.2g	376.1kcal 16.4g	398.2kcal 16.2g			
다 섯 째 주	날짜		28일(월)	29일(화)	30일(수)		
	오전간식	영	누룽지죽	소고기죽16	새과		
		유	키즈두부볶/우유2	소고기죽16	새과		
	중 식		백미밥 팽이두부된장국5.6 소고기우영채조림5.6.16 콩나물무침 깍두기	보리밥 북어달걀국1.5.6 삼치살카레구이5.6 김구이 배추김치	전복밥5.6.10 유부장국5.6 견과류조림 플레인요거트2 단무지		
		오후간식	영·유 미소	새 /쌀견빵 새 /쌀견빵	머핀1.2.5.6.10/우유2 바나나와단호박퓨레	카스테라1.2.5.6/과수원 카스테라/사과포도주스	
열량(Kcal)/단백질(g)		397.2kcal 16.9g	411.2kcal 15.2g	416.1kcal 15.8g			

원산지표시사항

쌀(찰쌀, 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	국내산

농, 축산물 수산물 가공품 표시사항

훈제오리	찜만두, 만둣국	치킨너겟	돈까스	치킨너겟	베이컨
훈제오리	돼지고기	닭고기	돼지고기	닭고기	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(SO2 잔류량, 10mg/kg 이상 함유) ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합포함) ⑲잣									
-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

영양사: 방 경 선