

너랑나랑 어린이집 7월(점심) 식단표

식당작성자 : 조은혜 영양사(면허번호:86408)

7월	월	화	수	목	금	토	일
1째주	2	3	4	5	6	7	8
점심	기장밥 우거지장국 한방보쌈 미역줄기볶음	흑미밥 아욱된장국 두부조림 비엔나소세지볶음	쥐눈이콩밥 어묵국 브로콜리무침 돼지갈비찜	카레밥 계란국 콩나물무침 떡갈비	참살밥 닭미역국 소고기잡채 가지나물		
간식	고구마땅콩떡맛탕	팔짚빵/우유	미나리전	떡볶이*참외	*오창윤생일*		
2째주	9	10	11	12	13	14	15
점심	찰보리밥 맑은오징어무국 닭가슴살샐러드 오이지무침	쥐눈이콩밥 얼갈이된장국 멸치건과류볶음 떡갈비	기장밥 복엇국 순살고등어구이 열무된장무침	애호박된장국 김치볶음밥 브로콜리무침 무나물	맑은무국 콩나물비빔밥 청포묵무침 참외		
간식	햇케익/매실차	구운만두	단호박찜/우유	콩국수	애호박감자전		
3째주	16	17	18	19	20	21	22
점심	찰보리밥 근대국 치킨까스 미역초무침	(초복)차조밥 닭곰탕 감자조림 깻잎양념찜	수수밥 미역국 돈불고기*야채쌈 콩나물무침	흑미밥 두부새우젓국 오징어채무침 계란스크램블	수수밥 순두부국 삼치구이 깻잎볶음		
간식	햇도그/미숫가루	꼬마주먹밥	*문혜림생일*	찐고구마*두유	잔치국수		
4째주	23	24	25	26	27	28	29
점심	서리콩밥 배추된장국 두부구이 상추겉절이	수수밥 청국장찌개 닭간장조림 오이무침	차조밥 닭살미역국 오리로소볶음 과일샐러드	백미 콩나물국 짜장밥 고구마순나물	흑미밥 유부맑은국 함박스테이크 어린잎샐러드		
간식	찐만두/수박	왕고기만두찜	*박태형생일*	까르보나라스파게티	머핀/우유		
5째주	30	31					
점심	여 름 방 학 (7/30~8/3)						
간식							

- 1) 식단표에 김치는 기재하지 않았습니다.
- 2) 위메뉴는 어린이급식관리센타,푸른두레생협 식단표 출처.
- 3) 2018년 7월 현재 식품알레르기 있는 아동 없음.
- 4) 원산지 표시 :

소고기	국내산	쌀 / 잡곡	국내산
돼지고기	국내산	배추김치	배추:국내산 고춧가루:국내산
닭고기/오리고기	국내산	어폐류 (고등어, 삼치)	국내산
육가공품 (까스류, 동그랑땡)	국내산	콩가공품(두부, 순두부)	콩:국내산

2018년 7월 2일(월) ~ 7월 6일(금)

7월	월	화	수	목	금	토	일
1째주	2	3	4	5	6	7	8
아침	모닝빵/잼	누룽지죽	아욱죽	우유식빵/잼	계란죽	/	
점심	기장밥 우거지장국 한방보쌈 미역줄기볶음	흑미밥 아욱된장국 두부조림 비엔나소세지볶음	쥐눈이콩밥 어묵국 브로컬리무침 돼지갈비찜	카레밥 계란국 콩나물무침 떡갈비	찰쌀밥 닭미역국 소고기잡채 가지나물		
간식	고구마땅콩떡맛탕	팥찐빵/우유	미나리전	떡볶이*참외	*오창윤생일*		
특이 사항							
남은찬							
부족찬							
장보기							
메뉴 변경 사유							
건의 메모							
식단평가							
맛단지							
교사회							
식단 아마							

2018년 7월 2일(월) ~ 6일(금)

7월	월	화	수	목	금	토	일
2째주	9	10	11	12	13	14	15
아침	모닝빵/잼	누룽지죽	된장죽	우유식빵/잼	계란죽		
점심	찰보리밥 맑은오징어무국 닭가슴살샐러드 오이지무침	쥐눈이콩밥 얼갈이된장국 멸치견과류볶음 떡갈비	기장밥 복엇국 순살고등어구이 열무된장무침	애호박된장국 김치볶음밥 브로콜리무침 무나물	맑은무국 콩나물비빔밥 청포묵무침 참외		
간식	핫케익/매실차	구운만두	단호박찜/우유	콩국수	애호박감자전		
특이 사항							
남은찬							
부족찬							
장보기							
메뉴 변경 사유							
건의 메모							
식단평가							
맛단지							
교사회							
식단 아마							

2018년 7월 16일(월) ~ 20(금)

7월	월	화	수	목	금	토	일
3째주	16	17	18	19	20	21	22
아침	모닝빵/잼	누룽지죽	김가루주먹밥	우유식빵/잼	계란죽	/	
점심	찰보리밥 근대국 치킨까스 미역초무침	(초복)차조밥 닭곰탕 감자조림 깻잎양념찜	수수밥 미역국 돈불고기*야채쌈 콩나물무침	흑미밥 두부새우젓국 오징어채무침 계란스크램블	수수밥 순두부국 삼치구이 깻잎볶음		
간식	핫도그/미숫가루	꼬마주먹밥	*문혜림생일*	찐고구마*두유	잔치국수		
특이 사항							
남은찬							
부족찬							
장보기							
메뉴 변경 사유							
건의 메모							
식단평가							
맛단지							
교사회							
식단 아마							

2018년 7월 23일(월) ~ 27일(금)

7월	월	화	수	목	금	토	일
4째주	23	24	25	26	27	28	29
아침	모닝빵/잼	누룽지죽	김가루주먹밥	우유식빵/잼	계란죽	/	
점심	서리콩밥 배추된장국 두부구이 상추겉절이	수수밥 청국장찌개 닭간장조림 오이무침	차조밥 닭살미역국 오리로스볶음 과일샐러드	백미 콩나물국 짜장밥 고구마순나물	흑미밥 유부맑은국 함박스테이크 어린잎샐러드		
간식	찐만두/수박	왕고기만두찜	*박태형생일*	까르보나라스파게티	머핀/우유		
특이 사항							
남은찬							
부족찬							
장보기							
메뉴 변경 사유							
건의 메모							
식단평가							
맛단지							
교사회							
식단 아마							

2018년 7월 30일(월) ~8월2일(금)

7월	월	화	수	목	금	토	일
5째주	30	31	0	0	0		
아침						/	
점심	여	름	방	학	(7/30~8/3)		
간식	-	-	-	-	-		
특이 사항							
남은찬							
부족찬							
장보기							
메뉴 변경 사유							
건의 메모							
식단평가							
맛단지							
교사회							
식단 아마							