

너랑나랑 어린이집 1월(점심) 식단표

1월	월	화	수	목	금	토	일
1째주	1	2	3	4	5	6	7
점심	신정	겨	울	방	학	/	
간식							
2째주	8	9	10	11	12	13	14
점심	수수밥 맑은감자국 닭가슴살볶음 구이김	쥐눈이콩밥 청국장 떡갈비 콩나물무침	울무밥 굴매생이국 시금치무침 옥수수병조림전	콩나물밥 우거지된장국 계란후라이 과일샐러드	차조밥 소고기미역국 오징어채부침 두부구이/양념장	/	
간식	찐만두/현미차	소고기죽	김치전/굴	삶은감자/우유	*송찬생일		
3째주	15	16	17	18	19	20	21
점심	수수밥 우렁이된장국 닭가슴살까스 청포묵무침	기장밥 육개장 세발나물무침 무쌈	쥐눈이콩밥 유부국 고사리나물무침 계란장조림	곤드레밥 팽이된장국 해초무침 단호박범벅	흑미밥 닭미역국 새송이전 브로컬리무침	/	
간식	핫도그/두유	유부국수	떡볶이/단감	고구마맛탕/우유	잡채		
4째주	22	23	24	25	26	27	28
점심	차조밥 배추국 돼지불고기 도토리묵김무침	기장밥 소고기무국 느타리버섯볶음 두부양념구이	수수밥 홍합미역국 연근조림 숙주나물무침	짜장밥 계란국 탕수육 굴	귀리밥 콩비지국 찹쌀치볶음 무나물	/	
간식	샌드위치/우유	녹두닭죽	채소전	팔짚빵/우유	수제비		
5째주	29	30	31				
점심	기장밥 맑은무국 소세지채소볶음 멸치찜조림	수수밥 냉이바지락국 시금치무침 불고기우엉조림	흑미밥 콩나물국 동그랑땡 어린이샐러드				
간식	물만두/사과	매생이전/유자차	스파게티				

- 1) 식단표에 김치는 기재하지 않았습니다.
- 2) 위메뉴는 어린이급식관리센타,푸른두레생협 식단표 출처.
- 3) 2018년 1월 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 1월 1일(월) ~ 7일(일)

1월	월	화	수	목	금	토	일
1째주	1	2	3	4	5	6	7
아침	신청	겨	울	방	학		
점심							
간식							
특이 사항							
남은찬							
부족찬							
장보기							
메뉴 변경 사유							
건의 메모							
[식단 평가]							
맛단지							
교사회							
식단 아마							

2018년 1월 8일(월) ~ 12일(금)

1월	월	화	수	목	금	토	일
2째주	8	9	10	11	12	13	14
아침	누룽지/사과	수수밥 맑은감자국 닭가슴살볶음 구이김	쥐눈이콩밥 청국장 떡갈비 콩나물무침	율무밥 굴매생이국 시금치무침 옥수수병조림전	콩나물밥 우거지된장국 계란후라이 과일샐러드	/	
점심	수수밥 맑은감자국 닭가슴살볶음 구이김	쥐눈이콩밥 청국장 떡갈비 콩나물무침	율무밥 굴매생이국 시금치무침 옥수수병조림전	콩나물밥 우거지된장국 계란후라이 과일샐러드	차조밥 소고기미역국 오징어채부침 두부구이/양념장		
간식	찐만두/현미차	소고기죽	김치전/굴	삶은감자/우유	*송찬생일		
특이 사항							
남은찬							
부족찬							
장보기							
메뉴 변경 사유							
건의 메모							
[식단 평가]							
맛단지							
교사회							
식단 아마							

2018년 1월 15일(월) ~ 19일(금)

1월	월	화	수	목	금	토	일
3째주	15	16	17	18	19	20	21
아침	누룽지/사과	수수밥 우렁이된장국 닭가슴살까스 청포묵무침	기장밥 육개장 세발나물무침 무쌈	쥐눈이콩밥 유부국 고사리나물무침 계란장조림	곤드레밥 팽이된장국 해초무침 단호박범벅		
점심	수수밥 우렁이된장국 닭가슴살까스 청포묵무침	기장밥 육개장 세발나물무침 무쌈	쥐눈이콩밥 유부국 고사리나물무침 계란장조림	곤드레밥 팽이된장국 해초무침 단호박범벅	흑미밥 닭미역국 새송이전 브로컬리무침		
간식	핫도그/두유	유부국수	떡볶이/단감	고구마맛탕/우유	잡채		
특이 사항							
남은찬							
부족찬							
장보기							
메뉴 변경 사유							
건의 메모							
[식단 평가]							
맛단지							
교사회							
식단 아마							

2018년 1월 22일(월) ~ 26일(금)

1월	월	화	수	목	금	토	일
4째주	22	23	24	25	26	27	28
아침	누룽지/사과	차조밥 배추국 돼지불고기 도토리묵김무침	기장밥 소고기무국 느타리버섯볶음 두부양념구이	수수밥 홍합미역국 연근조림 숙주나물무침	짜장밥 계란국 탕수육 굴		
점심	차조밥 배추국 돼지불고기 도토리묵김무침	기장밥 소고기무국 느타리버섯볶음 두부양념구이	수수밥 홍합미역국 연근조림 숙주나물무침	짜장밥 계란국 탕수육 굴	귀리밥 콩비지국 жат멸치볶음 무나물		
간식	샌드위치/우유	녹두닭죽	채소전	팔짚빵/우유	수제비		
특이 사항							
남은찬							
부족찬							
장보기							
메뉴 변경 사유							
건의 메모							
[식단 평가]							
맛단지							
교사회							
식단 아마							

2018년 1월 29일(월) ~ 31일(수)

1월	월	화	수	목	금	토	일
5째주	29	30	31				
아침	누룽지/사과	기장밥 맑은무국 소세지채소볶음 멸치젓조림	수수밥 냉이바지락국 시금치무침 불고기우영조림	흑미밥 콩나물국 동그랑땡 어린이샐러드			
점심	기장밥 맑은무국 소세지채소볶음 멸치젓조림	수수밥 냉이바지락국 시금치무침 불고기우영조림	흑미밥 콩나물국 동그랑땡 어린이샐러드				
간식	물만두/사과	매생이전/유자차	스파게티				
특이 사항							
남은찬							
부족찬							
장보기							
메뉴 변경 사유							
건의 메모							
[식단 평가]							
맛단지							
교사회							
식단 아마							