

너랑나랑 어린이집 3월(점심) 식단표

3월	월	화	수	목	금	토	일
1째주				1	2	3	4
점심				삼일절	강낭콩밥 냉이된장국 고구마닭볶음 해초무침	/	
간식					핫케익*굴		
2째주	5	6	7	8	9	10	11
점심	기장밥 만둣국 청포묵무침 고등어구이	콩밥 청국장 팽이달래전 돌나물사과샐러드	차조밥 맑은대구탕 닭가슴살채소볶음 오이무침	콩나물국 묵밥(김치,오이,김, 묵) 고구마샐러드	수수밥 아욱된장국 연근조림 치킨까스/소스	/	
간식	팥찐빵*매실차	짜장면	고구마맛탕	떡볶이*우유	샌드위치		
3째주	12	13	14	15	16	17	18
점심	흑미밥 황태계란국 새송이장조림 도토리묵무침	기장밥 배추속대국 시금치나물 닭감자조림	울무밥 냉이된장국 오징어볶음 고사리나물	카레밥(감자,당근, 양파,호박,돼지고기) 팽이두부된장국 사과	수수밥 육개장 채소계란말이 브로컬리무침	/	
간식	유부국수	유과/두유	소고기죽	김치전	호떡		
4째주	19	20	21	22	23	24	25
점심	팥밥 근대된장국 상추숙갓겉절이 계란장조림	기장밥 순두부국 미역줄기볶음 감자옥수수샐러드	울무밥 유부어묵국 갈치구이 콩나물무침	흑미밥 홍합미역국 간장불고기 취나물볶음	수수밥 호박두부된장국 건새우볶음 돼지고기수육	/	
간식	닭죽	토마토스파게티	핫도그/굴	하연이생일	팥찐빵*유자차		
5째주	26	27	28	29	30	31	
점심	기장밥 콩나물국 소세지채소볶음 두부숙갓무침	콩밥 콩비지국 동그랑땡전 멸치젓볶음	울무밥 대구탕 어묵볶음 시금치나물	콩나물비빔밥 맑은무국 메추리알장조림 오징어젓갈무침	수수밥 소고기미역국 떡갈비 도토리묵무침		
간식	왕만두찜/현미차	장터국수	떡꼬치*우유	잡채	덕훈이생일		

- 1) 식단표에 김치는 기재하지 않았습니다.
- 2) 위메뉴는 어린이급식관리센타,푸른두레생협 식단표 출처.
- 3) 2018년 3월 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,순 두부)	콩:국내산

2018년 3월 1일(월) ~ 4일(일)

3월	월	화	수	목	금	토	일
1째주				1	2	3	4
아침				삼일절	누룽지*사과	/	
점심			강낭콩밥 냉이된장국 고구마닭볶음 해초무침				
간식			핫케익*꿀				
특이 사항							
남은찬							
부족찬							
장보기							
메뉴 변경 사유							
건의 메모							
[식단 평가]							
맛단지							
교사회							
식단 아마							

2018년 3월 5일(월) ~ 9일(금)

3월	월	화	수	목	금	토	일
2째주	5	6	7	8	9	10	11
아침	누룽지/사과	기장밥 만둣국 청포묵무침 고등어구이	콩밥 청국장 팽이달래전 돌나물사과샐러드	차조밥 맑은대구탕 닭가슴살채소볶음 오이무침	콩나물국 묵밥(김치,오이,김, 묵) 고구마샐러드	/	
점심	기장밥 만둣국 청포묵무침 고등어구이	콩밥 청국장 팽이달래전 돌나물사과샐러드	차조밥 맑은대구탕 닭가슴살채소볶음 오이무침	콩나물국 묵밥(김치,오이,김, 묵) 고구마샐러드	수수밥 아욱된장국 연근조림 치킨까스/소스		
간식	팥찐빵*매실차	짜장면	고구마맛탕	떡볶이*우유	샌드위치		
특이 사항							
남은찬							
부족찬							
장보기							
메뉴 변경 사유							
건의 메모							
[식단 평가]							
맛단지							
교사회							
식단 아마							

2018년 3월 12일(월) ~ 16일(금)

3월	월	화	수	목	금	토	일
3째주	12	13	14	15	16	17	18
아침	누룽지/사과	흑미밥 황태계란국 새송이장조림 도토리묵무침	기장밥 배추속대국 시금치나물 닭감자조림	율무밥 냉이된장국 오징어볶음 고사리나물	카레밥(감자,당근, 양파,호박,돼지고 기) 팽이두부된장국 사과		
점심	흑미밥 황태계란국 새송이장조림 도토리묵무침	기장밥 배추속대국 시금치나물 닭감자조림	율무밥 냉이된장국 오징어볶음 고사리나물	카레밥(감자,당근, 양파,호박,돼지고 기) 팽이두부된장국 사과	수수밥 육개장 채소계란말이 브로컬리무침		
간식	유부국수	유과/두유	소고기죽	김치전	호떡		
특이 사항							
남은찬							
부족찬							
장보기							
메뉴 변경 사유							
건의 메모							
[식단 평가]							
맛단지							
교사회							
식단 아마							

2018년 3월 19일(월) ~ 23일(금)

3월	월	화	수	목	금	토	일
4째주	19	20	21	22	23	24	25
아침	누룽지/사과	팔밥 근대된장국 상추숙갓겉절이 계란장조림	기장밥 순두부국 미역줄기볶음 감자옥수수샐러드	울무밥 유부어묵국 갈치구이 콩나물무침	흑미밥 홍합미역국 간장불고기 취나물볶음		
점심	팔밥 근대된장국 상추숙갓겉절이 계란장조림	기장밥 순두부국 미역줄기볶음 감자옥수수샐러드	울무밥 유부어묵국 갈치구이 콩나물무침	흑미밥 홍합미역국 간장불고기 취나물볶음	수수밥 호박두부된장국 건새우볶음 돼지고기수육		
간식	닭죽	토마토스파게티	핫도그/굴	하연이생일	팔짚빵*유자차		
특이 사항							
남은찬							
부족찬							
장보기							
메뉴 변경 사유							
건의 메모							
[식단 평가]							
맛단지							
교사회							
식단 아마							

2018년 3월 26일(월) ~ 30일(목)

3월	월	화	수	목	금	토	일
5째주	26	27	28	29	30		
아침	누룽지/사과	기장밥 콩나물국 소세지채소볶음 두부숙갓무침	콩밥 콩비지국 동그랑땡전 멸치젓볶음	울무밥 대구탕 어묵볶음 시금치나물	콩나물비빔밥 맑은무국 메추리알장조림 오징어젓갈무침		
점심	기장밥 콩나물국 소세지채소볶음 두부숙갓무침	콩밥 콩비지국 동그랑땡전 멸치젓볶음	울무밥 대구탕 어묵볶음 시금치나물	콩나물비빔밥 맑은무국 메추리알장조림 오징어젓갈무침	수수밥 소고기미역국 떡갈비 도토리묵무침		
간식	왕만두찜/현미차	장터국수	떡꼬치*우유	잡채	덕훈이생일		
특이 사항							
남은찬							
부족찬							
장보기							
메뉴 변경 사유							
건의 메모							
[식단 평가]							
맛단지							
교사회							
식단 아마							