# 2025년 3월 식단표

| 일자 | 3(월) | 4(화) | 5(수) | 6(목) | 7(금) |
|---|---|---|---|---|---|
| 점심 | 독립운동 1919년 3월 1일<br>대체공휴일<br>(휴원) | 제41회<br>혜천유치원 입학식 | 햄야채볶음밥<br>유부장국<br>지파이&소스<br>포기김치/배 | 찰현미밥<br>오징어무국<br>한우메추리알조림<br>오이유자무침<br>포기김치/딸기 | 칼슘쏙쏙<br>홍국찹쌀밥<br>사골우거지국<br>고등어오븐구이<br>가지나물<br>유산균깍두기/키위 |
| 오후간식 | | | 우유/옥수수소보로빵 | 야쿠르트/채소쌀과자 | 우유/츄러스 |
| 방과후간식 | | | 무지개떡 | 군고구마 | 구운란 |
| **일자** | **10(월)** | **11(화)** | **12(수)** | **13(목)** | **14(금)** |
| 점심 | 차조밥<br>콩나물맑은국<br>폭찹<br>호두멸치볶음<br>채식김치/사과 | 흑미밥<br>들깨미역국<br>한우굴소스볶음<br>감자조림<br>포기김치/파인애플 | 현미유카레라이스<br>계란파국<br>찹쌀탕수육<br>깍두기/망고포도 | 시금치쌀밥<br>소고기무국<br>삼치데리야끼구이<br>유채나물<br>백김치/바나나 | 3색4미밥<br>조랭이떡국<br>쭈꾸미야채볶음<br>우엉채조림<br>홍시깍두기/천혜향 |
| 오후간식 | 우유/유정란전병 | 야쿠르트/꿀떡 | 우유/카카오와플 | 야쿠르트/호두쿠키 | 우유/카스테라 |
| 방과후간식 | 가쓰오우동 | 핫도그 | 쫀득이복만두 | 김밥 | 방울증편 |
| **일자** | **17(월)** | **18(화)** | **19(수)** | **20(목)** | **21(금)** |
| 점심 | 강황쌀밥<br>청국장찌개<br>임연수조림<br>파래자반<br>달래도라지무침/배 | 발아현미밥<br>순한짬뽕국<br>치즈닭갈비<br>숙주나물<br>포기김치/파인애플 | 간장제육덮밥<br>감자다시마국<br>해물부추전<br>석박지/푸딩 | 보리밥<br>콩가루쑥국<br>칠리새우<br>미니새송이조림<br>열무김치/키위 | 수수밥<br>어묵탕<br>훈제오리볶음<br>세발나물<br>포기김치/방울토마토 |
| 오후간식 | 우유/대파크로와상 | 야쿠르트/크래커 | 우유/팬케이크 | 야쿠르트/붕어빵 | 우유/두부과자 |
| 방과후간식 | 스파게티 | 과일샐러드 | 호박인절미 | 참치마요주먹밥 | 베이컨스크램블 |
| **일자** | **24(월)** | **25(화)** | **26(수)** | **27(목)** | **28(금)** |
| 점심 | 퀴노아밥<br>순두부탕<br>한우야채불고기<br>진미채무침<br>포기김치/딸기 | 단호박쌀밥<br>소고기미역국<br>가자미강정<br>깻순나물<br>깍두기/샤인머스켓 | 백미밥<br>브로컬리스프<br>함박스테이크<br>&야채구이<br>포기김치/배 | 미호현미밥<br>아욱된장국<br>오향장육<br>탕평채<br>저염깍두기/오렌지 | 귀리밥<br>부대찌개<br>닭봉오븐구이<br>양배추무침<br>구이김/바나나 |
| 오후간식 | 우유/딸기롤과자 | 야쿠르트/슈크림빵 | 우유/삼색경단 | 야쿠르트/곡물와플 | 우유/쨈모닝빵 |
| 방과후간식 | 와플 | 떡볶이 | 요거트&그래놀라 | 또띠아피자 | 유부초밥 |
| **일자** | **31(월)** | | | | |
| 점심 | 기장밥<br>두부된장국<br>바질아귀볼<br>무나물<br>포기김치/사과 | | | | |
| 오후간식 | 우유/우리밀머핀 | | | | |
| 방과후간식 | 콘스프 | | | | |

입학을 축하합니다

| 원산지 표시 | 쌀 (밥, 죽, 누룽지) | 배추김치 | | 콩 (두부류, 콩국수, 콩비지) | 쇠고기 | 돼지고기 | 닭고기 | 오리고기 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 배추 | 고춧가루 | | | | | |
| | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 |
| | 수산물 | | | 식육 · 수산물 가공품 | | | | |
| | 고등어 | 갈치 | 오징어 | 햄, 소시지 | 베이컨 | 훈제오리 | 참치 | |
| | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 원양산 | |