2024년 7월 식단표

일자	1(월)	2(화)	3(수)	4(목)	5(금)
점심	기장밥 청국장찌개 소세지계란말이 청경채나물 구이김/메론	발아현미밥 맑은콩나물국 가자미강정 참깨브로컬리무침 포기김치/사과	목살필라프 팽이장국 떡새우완자 나박김치/델라웨어	흑미밥 북어계란국 한우버섯불고기 감자채볶음 홍시깍두기/자두	단호박쌀밥 오징어무국 후르츠찹스테이크 탕평채 채식김치/수박
오후간식	우유/초코칩머핀	야쿠르트/호박인절미	우유/츄러스	야쿠르트/유정란전병	우유/단팥빵
방과후간식	치킨샐러드	군만두	참치마요주먹밥	찐옥수수	무지개떡
일자	**8(월)**	**9(화)**	**10(수)**	**11(목)**	**12(금)**
점심	차조밥 미역냉국 삼치카레구이 도토리묵&양념장 저염깍두기/키위	시금치쌀밥 아욱된장국 수육 로메인상추&견과쌈장 무생채/바나나	삼계탕 찹쌀밥 비엔나케찹볶음 양배추겉절이/복숭아	찰현미밥 사골우거지국 칠리새우 우엉채조림 깍두기/수박	조각팥밥 어묵탕 한우야채구이 호박나물 포기김치/포도
오후간식	우유/우리밀러스크	야쿠르트/쌀스낵	우유/크로와상	야쿠르트/방울증편	우유/약과
방과후간식	절편	포테토두부스틱	비빔국수	수제피자	츄잉도넛
일자	**15(월)**	**16(화)**	**17(수)**	**18(목)**	**19(금)**
점심	홍국쌀밥 사태감자탕 오징어떡볶음 콩나물겨자채 석박지/메론	미호현미밥 순한짬뽕국 깐풍기 아몬드멸치복음 포기김치/파인애플	카레라이스 새우살얼갈이국 콩단백술붗구이잡채 열무김치/블루베리	퀴노아밥 버섯탕 아귀살조림 치커리배무침 백김치/델라웨어	보리밥 두부된장국 돈육부추불고기 백년초묵무침 포기김치/수박
오후간식	우유/호두쿠키	야쿠르트/백설기	우유/카카오와플	야쿠르트/슈크림빵	우유/유자컵케익
방과후간식	삼색샌드위치	메밀소바	핫도그	단호박치즈구이	누룽지닭죽
일자	**22(월)**	**23(화)**	**24(수)**	**25(목)**	**26(금)**
점심	3색4미밥 순두부탕 한우야채불고기 진미채볶음 깍두기/바나나	강황쌀밥 소고기미역국 순살고등어구이 깻순나물 포기김치/방울토마토	백미밥 가쓰오우동 통등심돈까스&소스 단무지무침/쏙쏙젤리	귀리밥 감자다시마국 훈제오리&무쌈 오이나물 포기김치/사과	수수밥 부대찌개 계란마늘장조림 파래자반 무채장아찌/메론
오후간식	우유/브라우니	야쿠르트/꿀떡	우유/소보로빵	야쿠르트/와플	크림치즈떡볶이&파스타
방과후간식	황도펀치	프랜치토스트	초코볼&요거트	유부초밥	두부과자
일자	**29(월)**	**30(화)**	**31(수)**		
점심					
오후간식	[알레르기 유발식품] ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기⑰오징어 ⑱조개류(굴, 홍합, 전복포함) ⑲잣				
방과후간식					

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	

※ 모든 품목은 국내산 또는 수입산일 경우 나라명(ex.러시아산) 표시 / 쇠고기 – 국내산일 경우 국내산 한우 또는 국내산 육우 또는 국내산 젖소로 표시, 수입산일 경우 나라명(ex.호주산) 표시
※ 식육·수산물 가공품 – 당일 게시판에 표시가능
※ 알레르기 유발식품 중'⑬아황산류'는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로, 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.