2024년 1월 식단표

일자	1(월)	2(화)	3(수)	4(목)	5(금)
점심	겨 울 방 학		하이라이스 계란파국 바질순살가자미 깍두기/짜요짜요	흑미밥 사골떡국 오징어야채볶음 시금치나물 포기김치/배	차조밥 열무된장국 한우부추불고기 단호박곤약면무침 홍시깍두기/오렌지
오후간식			우유/블루베리머핀	야쿠르트/팔절편	우유/7곡롤과자
방과후간식			아이핫바	사과쨈토스트	쑥개떡
일자	**8(월)**	**9(화)**	**10(수)**	**11(목)**	**12(금)**
점심	미호현미밥 소고기미역국 크림새우 백년초묵무침 아삭무맛김치/사과	클로렐라쌀밥 청국장찌개 닭다리살조림 마카로니샐러드 구이김/바나나	베이컨야채볶음밥 팽이미소장국 동그랑땡 나박김치/청포도	3색4미밥 북어콩나물국 수육 로메인상추&땅콩쌈장 깍두기/파인애플	보리밥 한우샤브국 후랑크계란말이 진미채오이무침 포기김치/키위
오후간식	우유/초코카스테라	야쿠르트/무지개떡	우유/대파크로와상	야쿠르트/마들렌	우유/찐고구마
방과후간식	수제비	치즈피자	참치주먹밥	절편	아몬드림
일자	**15(월)**	**16(화)**	**17(수)**	**18(목)**	**19(금)**
점심	강황쌀밥 감자다시마국 소고기메추리알조림 숙주크래미무침 포기김치/감귤	기장밥 안매운육개장 고등어데리야끼구이 깻순나물 유산균깍두기/배	한우콩나물밥 해물순두부 미니돈까스&소스 포기김치/프룻망고	조각팥밥 들깨버섯탕 오리불고기 참나물유자무침 열무김치/사과	귀리밥 냉이된장국 유린기 감자조림 채식김치/딸기
오후간식	우유/꿀떡	야쿠르트/곡물와플	우유/야채호빵	야쿠르트/구운유정란	우유/약과
방과후간식	콘스크램블	유부초밥	호박인절미	쑥갓우동	햄치즈토스트
일자	**22(월)**	**23(화)**	**24(수)**	**25(목)**	**26(금)**
점심	퀴노아밥 오징어무국 한우모듬야채구이 콩나물무침 포기김치/씨없는포도	단호박쌀밥 아욱된장국 찹쌀탕수육 도라지배무침 저염깍두기/단감	백미밥 브로컬리스프 정통함박스테이크 요거트샐럿 단무지/오렌지	찰현미밥 소고기당면국 삼치엿장구이 미니새송이볶음 포기김치/바나나	홍국찹쌀밥 부대찌개 닭강정 해바라기씨멸치볶음 파래자반/사과
오후간식	우유/백설기	야쿠르트/소보로빵	우유/두부도너츠	야쿠르트/방울증편	우유/크림빵
방과후간식	와플&시럽	핫도그	고구마맛탕	포도쨈모닝롤	찐만두
일자	**29(월)**	**30(화)**	**31(수)**		
점심	차조기장밥 애호박찌개 아귀살조림 건새우무나물 포기김치/배	토마토쌀밥 홍합살미역국 한우버섯불고기 청경채나물 깍두기/키위	닭고기커리 시금치된장국 케찹소세지볶음 포기김치/푸딩		
오후간식	우유/팬케이크	야쿠르트/딸기설기	우유/츄러스		
방과후간식	잔치국수	메밀전병	부추야채전		

[알레르기 유발식품]
①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀
⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아
⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두
⑮닭고기 ⑯쇠고기
⑰오징어 ⑱조개류(굴, 홍합, 전복포함) ⑲잣

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.