2023년 10월 식단표

일자	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)
점심	임 시 공 휴 일	개 천 절	돈부리덮밥 무채장국 모짜렐라치즈볼 포기김치/오렌지	귀리밥 들깨감자국 오리불고기 숙주부추무침 아삭무맛김치/켐벨	현미찹쌀밥 열무된장국 레몬고등어구이 청포묵무침 깍두기/사과대추
오후간식			우유/우리밀카스테라	우유/곡물와플	우유/방울증편
방과후간식			구운란	짜장떡볶이	요거트&베리류
일자	**9(월)**	**10(화)**	**11(수)**	**12(목)**	**13(금)**
점심	한글날	칼슘쏙쏙홍국찹쌀밥 청국장찌개 크림새우 오이배무침 구이김/사과	닭고기브로컬리커리 버섯탕 쫄면야채무침 깍두기/짜먹는키즈	조각팥밥 작은배추된장국 보쌈 로메인상추&견과쌈장 홍시깍두기/골드키위	차조밥 맑은콩나물국 한우야채불고기 청경채나물 토마토포기김치/메론
오후간식		야쿠르트/마들렌	우유/절편	야쿠르트/크리스피롤	우유/딸기쨈모닝빵
방과후간식		멸치주먹밥	콘스프&크루통	비빔국수	메오쟁이떡
일자	**16(월)**	**17(화)**	**18(수)**	**19(목)**	**20(금)**
점심	수수밥 낙지호박국 소고기계란장조림 미역줄기볶음 깍두기/감귤	강황쌀밥 닭개장 바비큐소스두부강정 돈나물유자무침 유산균깍두기/바나나	갈릭베이컨볶음밥 연두부탕 용가리치킨 샐러리장아찌/단감	퀴노아밥 시금치된장국 삼치엿장구이 연근곤약조림 채식김치/썸머킹사과	3색4미밥 유부맑은국 버거패티채소볶음 참나물무침 포기김치/배
오후간식	우유/약과	야쿠르트/무지개떡	우유/롤과자	야쿠르트/도너츠	우유/붕어빵
방과후간식	햄치즈샌드위치	크래미야채죽	스크램블	해물쪽파전	모시송편
일자	**23(월)**	**24(화)**	**25(수)**	**26(목)**	**27(금)**
점심	기장밥 부대찌개 하와이안폭찹 콩나물무침 파래자반/단감	발아현미밥 아욱된장국 로제달고기조림 클로렐라묵무침 깍두기/그린키위	한우영양밥 미소장국 맛동산탕수육 백김치/푸딩	토마토쌀밥 사골떡국 동그랑땡 감자채피망볶음 포기김치/씨없는포도	밤밥 한우샤브국 소세지계란말이 볼어묵조림 저염깍두기/바나나
오후간식	우유/군고구마	야쿠르트/크림빵	우유/백설기	야쿠르트/블루베리머핀	우유/츄러스
방과후간식	꿀떡	참치유부초밥	또띠아피자	가쓰오우동	가래떡&조청
일자	**30(월)**	**31(화)**			
점심	단호박쌀밥 북어채무국 닭가슴살구이 깻순나물 포기김치/오렌지	흑미밥 소고기미역국 꽁치무조림 새송이버섯볶음 포기김치/배			
오후간식	우유/팬케이크	야쿠르트/두부과자			
방과후간식	찐만두	핫도그			

[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.