

# 6월 식단

장수한사랑유치원



월요일	화요일	수요일 ★수요일은 다 먹는 날★	목요일	금요일
<b>3</b> <b>- 생일밥상 -</b> 친환경발아현미밥 흥합미역국(5.6.9.13.18) 양배추콘샐러드(1.5.13) 잡채(5.6.10.13) 목살데리소스구이(5.6.10.13) 배추김치(9)	<b>4</b> 우리밀통밀밥(6) 연두부김치국(5.9) 청포묵김무침 고구마닭갈비(5.6.13.15) 우영부각(5.6) 백김치(9)	<b>5</b> 친환경차수수밥 부추계란국(1) 해산물춘장볶음(1.5.6.9.13.16.17) 찹쌀귀바로우(1.5.6.10.11) 깍두기(9) 블랙사파이어포도	<b>6</b> <b>현충일</b> 	<b>7</b> 친환경기장밥 가쓰오장국(1.2.5.6.7.9.13.18) 비름나물무침(5.6) 어묵떡볶이(1.5.6.13) 통새우튀김(1.2.5.6.9) 배추김치(9)
<b>10</b> <b>단오</b> 아미노라이스밥 오징어무국(17) 시트러스샐러드(13) 등갈비바베큐폭립(2.5.6.10.12.16) 배추김치(9) 초코수리취떡(1.2.5.6)	<b>11</b> 친환경발아현미밥 물만둣국(1.5.6.10.13.16.18) 순살아귀콩나물찜(5.6.13) 느타리버섯볶음 우리밀애호박전(1.5.6) 열무김치(9)	<b>12</b> 우리밀통밀밥(6) 한우우거지국(5.6.16) 오리허브솔트구이 깻잎무쌈 온두부(5) 볶음김치(9.13)	<b>13</b> 친환경차수수밥 감자수제비국(1.5.6) 순살갈치구이 고사리나물볶음(5.6) 메밀순무침(3.5.6.13) 배추김치(9)	<b>14</b> 친환경기장밥 우렁된장국(5.6) 쫄면야채무침(5.6.13) 치킨가라아게(1.2.5.6.15) 깍두기(9) 유기농토마토(12)
<b>17</b> 아미노라이스밥 동태찌개(5.6.13.18) 한돈해구이(2.5.6.10.16) 가지나물무침(5.6) 새송이파프리카볶음(5) 배추김치(9)	<b>18</b> 친환경기장밥 청국장찌개(5.6.9.13.16) 백진미채볶음(1.5.6.13.17) 파채한우불고기(5.6.13.16) 단호박꿀찜 배추김치(9)	<b>19</b> <b>- 다문화이해(인도) -</b> 친환경차수수밥 마크니커리(2.5.6.12.13.16.18) 탄두리치킨(2.5.6.12.15) 그릴드갈릭난(2.5.6) 요거트샐러드(2.12) 깍두기(9)	<b>20</b> 우리밀통밀밥(6) 돈육김치찌개(5.9.10) 마늘종어묵볶음(1.5.6.13) 야채계란말이(1.5) 감자고로케(1.5.6.12) 백김치(9)	<b>21</b> <b>- 저탄소 환경급식 -</b> 김자반멸치주먹밥(5) 우리밀잔치국수(1.5.6.13) 오징어볶음(5.6.13.17) 표고야채만두(1.5.6.10.16.18) 깍두기(9) 참외
<b>24</b> 친환경기장밥 낙지연포탕(5.6) 알감자조림(5.6.13) 한입떡갈비아채볶음(5.6.10.13.16.18) 오이부추무침(5.6.13) 배추김치(9)	<b>25</b> 친환경차수수밥 호박잎된장국(5.6) 청경채숙주무침 우리밀두부야채전(1.5.6) 깐소새우(1.5.6.9.12.13) 배추김치(9)	<b>26</b> 아미노라이스밥 양송이스트(2.5.6.13.16) 모짜렐라치즈스틱(1.2.5.6) 한우큐브스테이크(2.5.6.12.13.16) 깍두기(9) 열대과일샐러드(11)	<b>27</b> 친환경발아현미밥 황태콩나물국(5.9) 안동찜닭(5.6.15) 브로콜리무침 배추김치(9) 소떡소떡(5)	<b>28</b> 우리밀통밀밥(6) 찹쌀순두부찌개(5.6.9.10.13.17.18) 들깨무나물볶음(5.6.13) 통살명태까스(1.5.13) 고춧잎무침 깍두기(9)

◇영양및원산지정보안내<http://장수한사랑유치원.kr/>->알림마당->영양소식  
 ◇알레르기정보-①난류,②우유,③메밀,④땅콩,⑤대두,⑥밀,⑦고등어,⑧계,⑨새우,⑩돼지고기,⑪복숭아,⑫토마토,⑬아황산염,⑭호두,⑮닭고기,⑯소고기,⑰오징어,⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ⑲잣  
 ◇화학조미료 사용을 지양하고 가공식품의 사용을 가급적 제한하며 계절에 맞는 식재료를 선택하여 맛있고 위생적인 음식을 제공하려고 노력합니다!