

4월 식단

장수한사랑유치원



월요일	화요일	수요일 ★수요일은 다 먹는 날★	목요일	금요일
1 - 생일밥상 - 친환경기장밥 전복미역국(13.18) 만가닥버섯볶음 애호박전(1.5.6) 고구마치즈돈까스 (1.2.5.6.10) 배추김치(9)	2 친환경찰현미밥 동태찌개(5.13.18) 돈육메추리알장조림(1.5.10) 유채나물무침(5.6) 도라지들깨볶음(5) 배추김치(9)	3 단호박카레라이스 (2.5.6.12.13.16.18) 북어채무국(5.6) 가지나물무침(5.6) 오븐베이컨치킨 (1.2.5.6.15) 찹쌀감자부각(5.6) 배추김치(9)	4 친환경차수수밥 미소된장국(5.6) 구슬카프레제샐러드 (2.5.6.12) 새송이맛살볶음 연어스테이크(1.2.5.6.12) 배추김치(9)	5 아미노라이스밥 칼국수(5.6.13.18) 돌나물무침(5.6.13) 제육볶음(5.6.10.13) 감말랭이 깍두기(9)
8 아미노라이스밥 오징어콩나물국(5.17) 연두부&양념장(5.6) 맛김구이 한돈떡갈비(5.6.10.15.) 배추김치(9)	9 홍국찹쌀밥 들깨오리탕(5.6.13) 취나물무침(5.6.13) 볼어묵야채볶음(1.5.6.13) 순살갈치구이 배추김치(9)	10 제22대 국회의원 선거 	11 친환경기장밥 참대구맑은탕(5) 열갈이무침(5.6.13) 소고기낙지볶음(5.6.13.16) 쫄면참나물전(1.5.6.) 배추김치(9)	12 친환경찰현미밥 김치찌개(5.6.9) 야채계란찜(1) 파채상추겉절이(5.6.13) 돈육허브솔트구이(10.13) 깍두기(9)
15 친환경차수수밥 순두부계란국(1.5.9) 숙주미나리무침 느타리버섯볶음 블랙소이오리볶음(5.13) 배추김치(9)	16 아미노라이스밥 갈비탕(16) 고등어감자조림(5.6.7.13) 도토리묵야채무침(5.6) 잡채(5.6.10.13) 깍두기(9)	17 나시고랭볶음밥 (1.5.6.13.15.18) 가쓰오장국 (5.6.7.9.13.18) 사과연근샐러드(1.5.12) 통살새우링(1.5.6.9) 오렌지 배추김치(9)	18 홍국찹쌀밥 안매운육개장(5.6.16) 비름나물무침(5.6) 눈꽃치즈닭갈비 (2.5.6.13.15) 마늘종햄볶음(5.6.10.13) 배추김치(9)	19 친환경기장밥 홍합미역국(5.6.9.13.18) 돼지직화불고기(5.10.13) 김떡만강정(5.6.10.12.13.) 쌈배추*야채스틱(5.6) 배추김치(9)
22 - 저탄소 환경급식 - 친환경찰현미밥 두부김치국(5.9) 애호박새우살볶음(5.9.13) 야채튀김(1.5.6.18) 순살임연수구이 깍두기(9)	23 친환경차수수밥 완자탕(1.5.6.10.13.16.) 호두우영채조림(5.6.13.14) 갑오징어초무침(5.6.13.17) 치킨너겟(1.2.5.6.13.15) 배추김치(9)	24 친환경찰밥 버섯크림파스타(1.2.5.6) 한우큐브스테이크 (2.5.6.12.13.16) 구운야채가니쉬(12) 야채아삭피클 배추김치(9)	25 친환경기장밥 건새우아욱된장국(5.6.9) 콩나물무침(5) 베이컨브로콜리볶음(5.10) 통살명태까스(1.5.6) 배추김치(9)	26 홍국찹쌀밥 해물짬뽕국 (6.9.10.13.17.18) 동파육(5.6.10.13) 청경채나물무침(5.6.13) 감자채피망볶음 배추김치(9)
29 친환경찰현미밥 감자탕(5.6.10) 훈제오리부추찜&쌈무 (1.2.5.6) 돌김자반(5) 아몬드지리멸치볶음(5.13) 배추김치(9)	30 친환경차수수밥 흰수염고래어묵국 (1.5.6.13) 아삭오이무침(5.6.13) 닭살파프리카볶음 (5.6.13.15) 뿌링치즈볼(1.2.5.6) 배추김치(9)	올바른 식사 예절 실천 KFDA 3가지 약속 ① 급식시간에 잘서 지켜키 ② 음식은 골고루 먹고 남기지 않기 ③ 감사하는 마음으로 먹기 		

◇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) ⑲젓
 ◇화학조미료 사용을 지양하고 가공식품의 사용을 가급적 제한하며 계절에 맞는 식재료를 선택하여 맛있고 위생적인 음식을 제공하려고 노력합니다!