

# 4월 식단

장수한사랑유치원



월요일	화요일	수요일 ★수요일은 다 먹는 날★	목요일	금요일
<b>1</b> <b>- 생일밥상 -</b> 친환경기장밥 전북미역국(13.18) 만가닥버섯볶음 애호박전(1.5.6) 고구마치즈돈까스 (1.2.5.6.10) 배추김치(9)	<b>2</b> 친환경찰현미밥 동태찌개(5.13.18) 돈육메추리알장조림(1.5.10) 유채나물무침(5.6) 도라지들깨볶음(5) 배추김치(9)	<b>3</b> 단호박카레라이스 (2.5.6.12.13.16.18) 복어채무국(5.6) 가지나물무침(5.6) 오븐베이컨치킨 (1.2.5.6.15) 참쌀감자부각(5.6) 배추김치(9)	<b>4</b> 친환경차수수밥 미소된장국(5.6) 구슬카프레제샐러드 (2.5.6.12) 새송이맛살볶음 연어스테이크(1.2.5.6.12) 배추김치(9)	<b>5</b> 아미노라이스밥 칼국수(5.6.13.18) 돌나물무침(5.6.13) 제육볶음(5.6.10.13) 감말랭이 깍두기(9)
<b>8</b> 아미노라이스밥 오징어콩나물국(5.17) 연두부&양념장(5.6) 맛김구이 한돈떡갈비(5.6.10.15.) 배추김치(9)	<b>9</b> 홍국참쌀밥 들깨오리탕(5.6.13) 취나물무침(5.6.13) 불어묵야채볶음(1.5.6.13) 순살갈치구이 배추김치(9)	<b>10</b> 제22대 국회의원 선거 	<b>11</b> 친환경기장밥 참대구맑은탕(5) 얼갈이무침(5.6.13) 소고기낙지볶음(5.6.13.16) 쫄면참나물전(1.5.6.) 배추김치(9)	<b>12</b> 친환경찰현미밥 김치찌개(5.6.9) 야채계란찜(1) 파채상추겉절이(5.6.13) 돈육허브솔트구이(10.13) 깍두기(9)
<b>15</b> 친환경차수수밥 순두부계란국(1.5.9) 숙주미나리무침 느타리버섯볶음 블랙소이오리볶음(5.13) 배추김치(9)	<b>16</b> 아미노라이스밥 갈비탕(16) 고등어감자조림(5.6.7.13) 도토리묵야채무침(5.6) 잡채(5.6.10.13) 깍두기(9)	<b>17</b> 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)	<b>18</b> 홍국참쌀밥 안매운육개장(5.6.16) 비름나물무침(5.6) 눈꽃치즈닭갈비 (2.5.6.13.15) 마늘종햄볶음(5.6.10.13) 배추김치(9)	<b>19</b> 친환경기장밥 홍합미역국(5.6.9.13.18) 돼지직화불고기(5.10.13) 김떡만강정(5.6.10.12.13.) 쌈배추*야채스틱(5.6) 배추김치(9)
<b>22</b> <b>- 저탄소 환경급식 -</b> 친환경찰현미밥 두부김치국(5.9) 애호박새우살볶음(5.9.13) 야채튀김(1.5.6.18) 순살임연수구이 깍두기(9)	<b>23</b> 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)	<b>24</b> 친환경쌀밥 버섯크림파스타(1.2.5.6) 한우큐브스테이크 (2.5.6.12.13.16) 구운야채가니쉬(12) 야채아삭피클 배추김치(9)	<b>25</b> 친환경기장밥 건새우아욱된장국(5.6.9) 콩나물무침(5) 베이컨브로콜리볶음(5.10) 통살명태까스(1.5.6) 배추김치(9)	<b>26</b> 홍국참쌀밥 해물짬뽕국 (6.9.10.13.17.18) 동파육(5.6.10.13) 청경채나물무침(5.6.13) 감자채피망볶음 배추김치(9)
<b>29</b> 친환경찰현미밥 감자탕(5.6.10) 훈제오리부추찜&쌈무 (1.2.5.6) 돌김자반(5) 아몬드지리멸치볶음(5.13) 배추김치(9)	<b>30</b> 친환경차수수밥 흰수염고래어묵국 (1.5.6.13) 아삭오이무침(5.6.13) 닭살파프리카볶음 (5.6.13.15) 뿌링치즈볼(1.2.5.6) 배추김치(9)	<b>올바른 식사 예절 실천</b> 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,⑧게,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!