

5월 식단

장수한사랑유치원



월요일	화요일	수요일 ★수요일은 다 먹는 날★	목요일	금요일
 맛있는 급식	올바른 식사 예절 실천 3가지 약속 ① 급식시간에 잘서 지키기 ② 음식은 골고루 먹고 남기지 않기 ③ 감사하는 마음으로 먹기		1 개교기념일	2 -생일밥상- 친환경발아현미밥 쇠고기미역국(5.6.13.16) 미나리두부무침(5.6) 타워스테이크(어린이날) (2.5.6.10.12.16) 백김치(9) 블루베리치즈(2)
5 어린이날, 석가탄신일 	6 대체휴일 법정공휴일 대체공휴일 	7 닭가슴살카레라이스 (2.5.6.12.13.15.16.18) 계란실파국(1.5.6.13) 매콤콩나물무침(5.6) 해물동그랑땡 (1.2.5.6.9.17.18) 깍두기(9) 참외	8 아미노라이스밥 시금치된장국(5.6.13) 참나물무침(5.6) 간장불고기(5.6.10.13) 순살가자미구이(6) 백김치(9)	9 친환경발아현미밥 물만두국(1.5.6.13) 열갈이된장무침(5.6.13) 건새우마늘종볶음 (5.6.9.13) 닭갈비(5.6.13.15) 백김치(9)
12 친환경찰보리밥 소고기무국(5.6.16) 메추리알장조림(1.5.6.13) 근대된장무침(5.6.13) 치킨텐더/머스터드 (1.5.6.15) 백김치(9)	13 클로렐라찹쌀밥 부대찌개 (1.2.5.6.9.10.12.13.15.16) 가지볶음(5.6) 순살임연수구이 깍두기(9) 대추방울토마토(12)	14 해물볶음밥 (1.2.5.6.9.10.13.15.16.17.18) 애호박고추장국(5.6.13) 두부조림(5.6.13) 베이컨브로콜리볶음 (5.6.10.13) 백김치(9)	15 아미노라이스밥 김치어묵국(1.5.6.9.13) 청포묵김무침(5.6.13) 취나물무침(5.6) 훈제오리구이/무쌈(1.5) 깍두기(9)	16 우리밀통밀밥(6) 콩나물국(5.6.13) 동파육(5.6.10.13.18) 청경채무침(5.6) 건과류멸치볶음 (5.6.13.14) 백김치(9)
19 친환경찰보리밥 돼지등뼈감자탕 (5.6.10.13) 열갈이나물무침(5.6) 느타리버섯볶음 순살삼치데리야끼구이 (5.6.13) 깍두기(9)	20 -다문화이해(베트남)- 새우파인애플볶음밥 (1.2.5.6.9.10.13.15.16.18) 베트남쌀국수(5.6.15.16) 멘보샤(5.6.9.12.13) 백김치(9) 슬림반달단무지	21 클로렐라찹쌀밥 오징어무국(5.6.17) 숙주나물무침(5.6) 양상추샐러드(1.2.5.6.12) 치즈고구마블랙카츠 (1.2.5.6.10.12.13.18) 백김치(9)	22 아미노라이스밥 두부된장국(5.6.13) 시금치무침(5.6) 한우불고기(5.6.13.16) 깍두기(9) 사과	23 -다문화이해(이탈리아)- 친환경발아현미밥 크림감자뇨끼 (1.2.5.6.9.10.13) 김치콩나물국(5.6.9.13) 열무무침(5.6) 피자(2.5.6.10.16) 야채피클
26 친환경찰보리밥 아욱된장국(5.6.13) 오이초무침(13) 잡채(1.5.6.10.13) 찹쌀김부각(5.6) 깍두기(9)	27 클로렐라찹쌀밥 감자국(5.6.13) 열갈이된장무침(5.6.13) 치킨데리야끼볶음 (5.6.13.15) 연두부/양념장(5.6.13) 백김치(9)	28 우리밀통밀밥(6) 우리밀국수(1.5.6.13) 매콤우엉진미채조림 (5.6.13.17) 오징어부추전(1.5.6) 백김치(9) 배	29 아미노라이스밥 한우버섯전골(5.6.13.16) 고사리나물(5.6) 토마토달걀볶음(1.12) 하트햄전(1.10.12) 깍두기(9)	30 친환경발아현미밥 순두부계란국(1.5.6.9.13) 참나물무침(5.6) 돈육버섯야채볶음 (5.6.10.13.18) 불어묵볶음(1.5.6.13) 백김치(9)

◇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!