

2월 식단

장수한사랑유치원



월요일	화요일	수요일 ★수요일은 다 먹는 날★	목요일	금요일
3 - 생일밥상 - 친환경찰보리밥 닭가슴살미역국(5.6.15) 콩나물무침(5) 오징어볶음(5.6.13.17) 배추김치(9) 양배추쌈(5.6)	4 우리밀통밀밥(6) 소고기배추국(5.6.13.16) 우엉채엿조림(5.6.13) 브로콜리들깨무침 공룡치킨너겟 (1.2.5.6.13.15) 깍두기(9)	5 홍국찜쌀밥 어묵우동(1.2.5.6.7.9.18) 연근흑임자샐러드(1.5) 함박스테이크 (5.6.10.12.13.15.16.18) 깍두기(9)	6 친환경발아현미밥 청국장찌개(5.6.13.16) 꼬들단무지무침 애호박버섯볶음(9) 파채한우불고기(5.6.13.16) 배추김치(9)	7 친환경흑미밥 호박감자수제비국(5.6.13) 고춧잎나물무침 제육볶음(5.6.10.13) 볶음김치(9.13) 온두부(5)
10 친환경찰보리밥 표고계란국(1) 오이지무침(13) 맛살팽이버섯볶음 (5.6.13.18) 해산물춘장볶음 (1.5.6.9.13.16.17) 깍두기(9)	11 클로렐라찜쌀밥 순두부찌개(1.5) 숙주나물무침 소세지야채볶음 (2.5.6.10.15.16) 미역줄기볶음(5.6) 배추김치(9)	12 친환경흑미밥 소고기무국(5.6.13.16) 취나물무침(5.6.13) 떡갈비말이(2.5.6.10.16) 맛김구이 배추김치(9)	13 우리밀통밀밥(6) 시래기된장국(5.6.9.13) 야채계란찜(1) 천사채샐러드(1.5.13) 돈육주꾸미볶음(5.6.10.13) 깍두기(9)	14 친환경발아현미밥 콩나물김치국(5.9) 숙갓두부무침(5) 명엽채볶음(1.5.6.13) 하트새우가스(1.5.6.9.13) 백김치(9)
17 친환경발아현미밥 애호박고추장찌개(5.6) 메추리알장조림(1.5.6.13) 양배추콘샐러드(1.5.13) 통살치킨가스(1.5.6.15.18) 배추김치(9)	18 친환경찰보리밥 삼색감자옹심이국(5.6.13) 청포묵김무침 죽순채소볶음(5.6.13.18) 순살고등어구이(7.13) 배추김치(9)	19 소고기야채볶음밥 (5.6.13.16.18) 건새우미역국(5.6.9.13) 요거트과일샐러드 (1.2.5.6.12) 깍두기(9) 뱅글뱅글소세지 (1.2.5.6.10.15)	20 우리밀통밀밥(6) 닭곰탕(5.6.15) 실곤약야채무침(5.6.13) 마늘종볶음(5.6.13) 콘카레삼치살(2.5.6) 배추김치(9)	21 클로렐라찜쌀밥 크림스프(2.5.6.13.16) 알감자허니버터구이 (2.5.6.13) 양송이브로콜리볶음 목살데리소스구이 (5.6.10.13) 깍두기(9)
24 친환경찰보리밥 복어채무국(5.6) 세발나물겉절이(5.6.13) 백진미채볶음(1.5.6.13.17) 훈제오리숙주볶음 배추김치(9)	25 우리밀통밀밥(6) 단호박죽(13) 돌김자반(5) 닭볶음탕(5.6.13.15) 만가닥버섯볶음 깍두기(9)	26 친환경발아현미밥 냉이된장국(5.6) 삼겹수육(5.6.10.13) 무말랭이무침 배추김치(9) 알배기배추*쌈장(5.6)		

◇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!