

8월 식단



월요일	화요일	수요일 ★수요일은 다 먹는 날★	목요일	금요일
	1 친환경발아현미밥 순살감자탕(5.6.10.13) 옥수수계란찜(1.9.13) 마늘쫀무침(5.6.13) 짜장떡볶이(1.5.6.13.16) 배추김치(9)	2 친환경찰보리밥 소고기미역국 (5.6.9.13.16.18) 삼치단호박조림(5.6.13) 근대된장나물(5.6) 새송이데리야끼구이 (5.6.13) 배추김치(9)	3 친환경귀리밥 모듬버섯국(5.6.13) 들깨무나물(9) 소고기숙주볶음 (5.6.13.16.18) 배추김치(9) 쌈다시마*초장(5.6.13)	4 친환경기장밥 오이냉국(13) 부추겉절이(13) 감자채볶음(5) 훈제오리구이(1.2.5.6) 배추김치(9)
7 친환경흑미밥 부대찌개 (1.2.5.6.9.10.13.15.16) 단호박범벅샐러드(1.5) 느타리아호박볶음(5.13) 코다리강정(5) 배추김치(9)	8 단호박카레라이스 (2.5.6.10.12.13.16.18) 소고기무국(5.6.13.16) 상추겉절이(5.6.13) 통살치킨까스(1.5.6.15.18) 배추김치(9) 도라에몽빵(1.2.5.6)	9 홍국찐쌀밥 된장찌개(5.6.9) 고사리나물무침(5.6.18) 오이사과무침(5.6.13) 삼겹살구이*상추쌈(10) 배추김치(9)	10 친환경찰보리밥 오징어콩나물국(5.9.13.17) 순살찜닭(2.5.6.13.15.18) 열무고추장무침(5.6.13) 맛살계란전(1.5) 배추김치(9)	11 친환경발아현미밥 나주돼지곰탕(1.16) 콩치조림(5.6.13) 연두부(5.6.13) 갯잎순무침(5.6.13) 배추김치(9)
14 친환경귀리밥 닭고기떡국(5.6.13.15) 소갈비찜(5.6.13.16) 올방개묵무침(5.6.13) 김부각(5.6) 배추김치(9)	15 <광복절>	16 홍국찐쌀밥 감자수제비국(5.6) 닭봉조림(5.6.13.15.18) 도라지무침(5.6.13) 만가닥버섯볶음 배추김치(9)	17 친환경기장밥 얼갈이된장국(5.6) 양배추쌈(5.6) 콩나물어묵잡채 (1.5.6.13.16) 오징어제육볶음 (5.6.10.13.17.18) 배추김치(9)	18 친환경흑미밥 참치김치찌개(5.6.9) 숙주나물무침(5.6.13) 건파래볶음(5.13) 깍두기(9) 소떡소떡(2.5.6.16)
21 홍국찐쌀밥 바지락시락국(5.6.18) 물만두*초간장 (1.5.6.10.13.16.18) 고구마닭갈비 (2.5.6.13.15.18) 아몬드지리멸치볶음 (5.13) 배추김치(9)	22 친환경발아현미밥 버섯감자국(5.6.13) 돼지고기김치볶음 (5.6.9.10.13.18) 가지나물무침(5.6) 치킨너겟(1.2.5.6.13.15) 깍두기(9)	23 친환경귀리밥 순두부들깨탕(5.6.13) 마늘쫀어묵볶음 (1.5.6.13.18) 소불고기(5.6.13.16.18) 콘치즈감자전(5.6) 배추김치(9)	24 친환경찰보리밥 우리밀초계국수 (1.5.6.15.16) 메추리알조림(1.5.6.13) 단호박튀김(5.6) 열무김치(9) 찐쌀조청유과(5)	25 친환경흑미밥 낙지연포탕(5.6.13) 두부조림(5.6.13) 브로콜리초회(5.6.13) 소세지야채볶음 (2.5.6.10.12.15.16) 배추김치(9)
28 친환경귀리밥 복쌈국(1.5.6.9.13) 돼지갈비찜(5.6.10.13.18) 감자샐러드(1.2.5.6.10.13) 무말랭이무침(5.6.13) 배추김치(9)	29 오므라이스(1.5.6.12.13.18) 가쓰오장국(1.2.5.6.9.13.18) 메밀순된장무침(3.5.6) 치즈감자크로켓 (1.2.5.6.12) 배추김치(9) 초코롤케익(1.2.5.6)	30 친환경찰보리밥 갈비탕*당면사리(1.13.16) 양념갯잎지 컬리숙회(5.6) 순살고등어구이(6.7) 배추김치(9)	31 친환경발아현미밥 김치어묵국(1.5.6.9) 꿀고구마조림 오이무침(5.6.9.13) 간장돼지불고기 (5.6.10.13.18) 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!