

2월 식단

장수한사랑유치원



월요일	화요일	수요일 ★수요일은 다 먹는 날★	목요일	금요일
올바른 식사 예절 실천 3가지 약속 1 급식시간에 잘서 지키기 2 음식은 골고루 먹고 남기지 않기 3 감사하는 마음으로 먹기			1 친환경기장밥 새우살미역국(5.6.9.13) 돈육메추리알장조림(1.5.6.10) 채식찜만두(1.5.6.10.16.18) 감자채피망볶음 배추김치(9)	2 짜장면(5.6.10.13.16) 실파계란국(1) 게맛살팽이버섯볶음(5.6) 유린기(1.5.6.15.18) 배추김치(9) 하트단무지
5 친환경발아현미밥 호박버섯된장국(5.6) 유채나물무침(5.6) 훈제오리야채볶음 감자고로케(1.5.6) 배추김치(9)	6 아미노라이스밥 삼색감자옹심이국(5.6.13.17) 도토리묵야채무침(5.6) 바베큐폭립(10) 배추김치(9) 연근부각(5.6)	7 친환경기장밥 두부김치국(5.9) 양배추콘샐러드(1.5.13) 느타리버섯볶음 통살새우까스(1.5.6.9) 깍두기(9)	8 친환경발아현미밥 설날떡국(1.16) 숯불고기육전(5.10.16) 오이부추무침(5.6.13) 배추김치(9) 감말랭이	9 설날연휴
12 대체공휴일	13 칼슘찜쌀밥 우동(1.2.5.6.7.9.13.18) 고들단무지무침 연근흑임자샐러드(1.5) 치즈롤카츠(2.5.6.10) 배추김치(9)	14 아미노라이스밥 오징어콩나물국(5.17) 동파육(5.6.10.13) 청경채나물무침(5.6.13) 맛김구이 배추김치(9)	15 친환경기장밥 동태찌개(5.6.13.18) 숙주미나리무침 하트뮤즐리멸치볶음(5.6) 오리훈제&무쌈(1.2.5.6) 배추김치(9)	16 친환경발아현미밥 순두부찌개(1.5) 우영채엿조림(5.6.13) 브로콜리무침 공룡치킨너겟(1.2.5.6.13.15) 배추김치(9)
19 아미노라이스밥 한우감자국(16) 안동찜닭(5.6.15) 콩나물어묵무침(1.5.6) 만가닥버섯볶음 배추김치(9)	20 친환경기장밥 안매운육개장(5.6.16) 진미채무침(1.5.6.13.17) 궁중떡볶이S(1.5.6.13.16) 야채계란말이(1.5) 배추김치(9)	21 칼슘찜쌀밥 옥수수스프(2.5.6.13.16) 양상추오리엔탈샐러드(5.6) 새송이파프리카볶음(5) 목살스테이크(5.6.10.12.13.16) 배추김치(9)	22 친환경발아현미밥 팽이버섯두부된장국(5.6) 세발나물김무침 애호박새우살볶음(5.9.13) 코다리살강정(2.4.5.6.12.13) 배추김치(9)	23 칼슘찜쌀밥 들깨무채국(5.6.13) 콩조림(5) 닭살카레볶음(2.5.6.12.13.15.16.18) 배추김치(9) 미니핫도그(1.2.5.6.10.12.15.18)

◇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!