

식단안내 * 알레르기 유발식품 안내 (각 번호의 품목을 확인하고 알레르기 반응을 보이는 영유아에게는 해당 식품을 제한)

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬황신초 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴 전복 홍합 포함) ⑲잣

<야생산란류는 표백제, 보존료 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.>

표시	식육가공품(햄, 소시지, 베이컨 등) 어육가공품(어묵, 어육소시지 등)	동그랑땡 -> 동그랑땡(돼지고기:국내산), 부추크림파스타 -> 베이컨(돼지고기:국내산)
	* 제공된 점심 및 간식 식단은 만 1~2세 기준 하루 영양섭취량 900kcal, 만 3~5세 기준 하루 영양섭취량 1,400Kcal 를 기준으로 65%에 준하여 작성	

원산지 표시	밥, 죽, 누룽지	김치			두부	콩비지	쇠고기	돼지고기	닭고기	수산물
	쌀(흑미,현미,잡쌀 포함)	배추	고춧가루	소금	콩	콩	국내산			주꾸미
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	한우	국내산	국내산	베트남산
	식육가공품(햄,소시지,베이컨 등) 어육가공품(어묵,어육소시지 등)				동그랑땡 -> 동그랑땡(돼지고기:국내산), 부추크림파스타 -> 베이컨(돼지고기:국내산)					
	* 제공된 점심 및 간식 식단은 만 1~2세 기준 하루 영양섭취량 900kcal, 만 3~5세 기준 하루 영양섭취량 1,400Kcal 를 기준으로 65%에 준하여 작성									

만 0세 영아 초기, 중기, 후기
(초기:4~5개월, 중기:6~8개월, 후기:9~11개월)

영양팀 : 양민정, 김현아, 성채원, 최유리 영양사

날짜	4/1 (월)	4/2 (화)	4/3 (수)	4/4 (목)	4/5 (금)	4/6 (토)
초기	오이미음	오이미음	오이미음	닭미음 ^⑮	닭미음 ^⑮	닭미음 ^⑮
열량/단백질	26.11/0.5	26.11/0.5	26.11/0.5	31.16/1.64	31.16/1.64	31.16/1.64
중기	잔멸치콩나물죽 ^⑤	두부감자죽 ^⑤	쇠고기연근죽 ^⑩	달걀노른자배추죽 ^①	닭살버섯죽 ^⑮	달걀노른자당근죽 ^①
열량/단백질	65.72/3.49	67.22/2.05	78.32/2.97	83.82/2.47	63.02/3.45	85.72/2.46
오전간식	얇은 오이스틱	얇은 사과슬라이스	파프리카죽	연두부찜 ^⑤	잘게 썬 오렌지	삶은 단호박
후기	잔멸치콩나물무른밥 ^⑤	두부감자무른밥 ^⑤	쇠고기연근무른밥 ^⑩	달걀노른자배추무른밥 ^①	닭살버섯무른밥 ^⑮	달걀노른자당근무른밥 ^①
오후간식	영아용 두유 ^⑤	영아용 치즈 ^②	삶은 단호박	떠먹는 요구르트 ^②	영아용 두유 ^⑤	영아용 치즈 ^②
열량/단백질	150.43/8.67	172.43/6.88	194.7/5.95	148.32/6.92	151.43/7.46	210.98/7.92
날짜	4/8 (월)	4/9 (화)	4/10 (수)	4/11 (목)	4/12 (금)	4/13 (토)
초기	시금치미음	시금치미음		애호박미음	애호박미음	애호박미음
열량/단백질	27.06/0.59	27.06/0.59		26.51/0.49	26.51/0.49	26.51/0.49
중기	임연수시금치죽	두부오이죽 ^⑤		달걀노른자콩나물죽 ^{①⑤}	쇠고기버섯죽 ^⑩	달걀노른자양배추죽 ^①
열량/단백질	69.12/3.16	61.92/1.98		86.22/2.83	72.62/3.01	85.92/2.53
오전간식	잘게 썬 토마토 ^⑫	으깬 바나나		익힌 당근스틱	잘게 썬 파인애플	얇은 오이스틱
후기	임연수시금치무른밥	두부오이무른밥 ^⑤		달걀노른자콩나물무른밥 ^{①⑤}	쇠고기버섯무른밥 ^⑩	달걀노른자양배추무른밥 ^①
오후간식	영아용 두유 ^⑤	영아용 치즈 ^②		떠먹는 요구르트 ^②	영아용 두유 ^⑤	영아용 치즈 ^②
열량/단백질	150.4/7.02	186.08/7.16	187.03/7.5	161.33/6.81	191.28/7.79	
날짜	4/15 (월)	4/16 (화)	4/17 (수)	4/18 (목)	4/19 (금)	4/20 (토)
초기	배추미음	배추미음	배추미음	청경채미음	청경채미음	청경채미음
열량/단백질	26.01/0.46	26.01/0.46	26.01/0.46	25.91/0.51	25.91/0.51	25.91/0.51
중기	치즈가지죽 ^②	쇠고기양파죽 ^⑩	닭살미역죽 ^⑮	쇠고기청경채죽 ^⑩	치즈당근죽 ^②	달걀노른자무죽 ^①
열량/단백질	113.62/2.58	73.52/2.9	63.02/3.4	72.82/2.95	68.82/1.93	84.62/2.43
오전간식	얇은 파프리카스틱	잘게 썬 오렌지	당근스프 ^②	연두부찜 ^⑤	얇은 사과슬라이스	으깬 고구마
후기	치즈가지무른밥 ^②	쇠고기양파무른밥 ^⑩	닭살미역무른밥 ^⑮	쇠고기청경채무른밥 ^⑩	치즈당근무른밥 ^②	달걀노른자무무른밥 ^①
오후간식	영아용 두유 ^⑤	영아용 치즈 ^②	으깬 고구마	떠먹는 요구르트 ^②	영아용 두유 ^⑤	영아용 치즈 ^②
열량/단백질	155.95/5.39	181.63/8.34	228.55/6.7	172.23/8.88	153.467/4.67	263/53/7.89
날짜	4/22 (월)	4/23 (화)	4/24 (수)	4/25 (목)	4/26 (금)	4/27 (토)
초기	무미음	무미음	무미음	당근미음	당근미음	당근미음
열량/단백질	26.41/0.47	26.41/0.47	26.41/0.47	26.96/0.49	26.96/0.49	26.96/0.49
중기	치즈채소죽 ^②	잔멸치버섯죽	닭살시금치죽 ^⑮	두부양파죽 ^⑤	쇠고기숙주죽 ^⑩	두부당근죽 ^⑤
열량/단백질	67.15/1.86	63.62/3.3	64.82/3.5	63.22/1.95	73.82/3.24	63.62/1.96
오전간식	잘게 썬 참외	잘게 썬 오렌지	잘게 썬 파인애플	익힌 당근스틱	으깬 바나나	으깬 감자
후기	치즈채소무른밥 ^②	잔멸치버섯무른밥	닭살시금치무른밥 ^⑮	두부양파무른밥 ^⑤	쇠고기숙주무른밥 ^⑩	두부당근무른밥 ^⑤
오후간식	영아용 두유 ^⑤	영아용 치즈 ^②	으깬 감자	떠먹는 요구르트 ^②	영아용 두유 ^⑤	영아용 치즈 ^②
열량/단백질	182.84/6.3	174.18/9.96	221.67/8.9	145.53/5.71	182.98/5.83	226.73/8.59
날짜	4/29 (월)	4/30 (화)	알레르기 유발식품 안내 (각 번호의 품목을 확인하고 알레르기 반응을 보이는 영유아에게는 해당 식품을 제한) ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 <야황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.>			
초기	양배추미음	양배추미음				
열량/단백질	27.06/0.52	27.06/0.52				
중기	달걀노른자채소죽 ^①	닭살당근죽 ^⑮				
열량/단백질	85.52/2.46	64.62/3.29				
오전간식	얇은 오이스틱	잘게 썬 방울토마토 ^⑫				
후기	달걀노른자채소무른밥 ^①	닭살당근무른밥 ^⑮				
오후간식	영아용 두유 ^⑤	영아용 치즈 ^②				
열량/단백질	174.48/6.03	160.9/8.86				

원산지 표시	밥, 죽, 누룽지		김치		두부	콩비지	쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기	수산물				
	쌀(흑미, 현미, 참쌀 포함)		배추	고춧가루	콩	콩	국내산	외국산				주꾸미	고등어	오징어	명태	다랑어
	산	산	산	산	산	산	한우/젓소/육우 중 택1	산	산	산	산	산	산	산	산	산
	식육가공품(햄,소시지,베이컨 등) 어육가공품(어묵,어육소시지 등)															
* 식품의 수급상황에 따라 위의 원산지 표시가 변경될 수 있습니다.																