



일자/요일		1(수)	2(목)	3(금)	4(토)					
오전간식		시리얼/우유	채소죽②	누룽지죽	발효유②					
점심	-한국인에게 알레르기를 유발할 수 있는 식품 19종- ①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀 ⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기 ⑪복숭아⑫토마토⑬아황산류⑭호두 ⑮닭고기⑯쇠고기⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함)⑳자 ※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.	근로자의날 돈육카레라이스⑤⑥⑩ 송능 콘셀러드②⑫ 배추김치⑨ 사과	차조밥 콩나물국⑤ 훈제오리구이 머위나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 애호박된장국⑤⑥ 생선까스⑤⑥&타타르 소스①② 브로콜리볶음⑤⑥ 배추김치⑨	하와이안볶음밥⑤⑥⑨ (양지)쌀국수⑤⑥⑩ 배추김치⑨ 방울토마토⑫					
		슈크림빵, 마시는요거트②	영양주먹밥⑤	미니머핀①②⑥, 우유②, 오이스틱						
오후간식		670/22	646/24	637/17	608/24					
열량/단백질										
일자/요일		6(월)	7(화)	8(수)	9(목)					
오전간식			두부당근죽⑤⑥	콩나물죽⑤	참치채소죽	애호박죽				
점심	어린이날  대체공휴일	당일밥상 수수밥 양파북엇국⑤⑥ 저당간장찜닭⑤⑥⑩ 양배추채샐러드 깍두기⑨	새우살볶음밥①⑤⑥⑨ 팽이미소장국⑤⑥ 춘권튀김⑤⑥⑩ 배추김치⑨ (플레인요거트②)	기장밥 배추맑은국⑤⑥ 떡갈비조림⑤⑥⑩⑫ 옥수수콘셀러드 깍두기⑨	수수밥 아육국⑤⑥ 돈육채소볶음⑤⑥⑩ 진미채무침⑤⑥⑦ 배추김치⑨	참치마요덮밥①⑤ 모듬어묵탕⑤⑥⑩ 배추김치⑨ 씨없는포도				
		찐단호박, 우유②	김가루주먹밥⑤⑥ 바나나	햇케이크①②⑤⑥	자른꿀떡, 보리차, 참외					
오후간식		653/33	662/17	679/25	637/23	521/28				
열량/단백질										
일자/요일		13(월)	14(화)	15(수)	16(목)					
오전간식		양배추현미죽	참깨죽		옥수수죽	치즈죽②				
점심	백미밥 미역국⑤⑥ 임연수어구이⑤⑥ 아삭오이무침⑤⑥ 배추김치⑨ 차조밥 떡만둣국①⑥⑩ 동그랑땡전⑤⑩⑫ 애호박볶음⑤⑥ 배추김치⑨ 부처님 오신날 	김장밥 버섯된장국⑤⑥ 돈육부추불고기⑤⑥⑩ 숙주당근나물⑤ 배추김치⑨	검정콩밥⑤ 순두부백탕①⑤ 오리파프리카볶음⑤⑥ 비름나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	채소볶음밥⑤⑥⑩ 달걀찜국① 깍두기⑨ 파인애플						
		유부주먹밥⑤⑥	우리밀카스텔라①②⑥, 우유②							
오후간식		해물채소부침개①⑤ ⑥⑦, 포도	찐감자, 우유②							
열량/단백질		615/25	674/21	605/22	626/27	552/18				
일자/요일		20(월)	21(화)	22(수)	23(목)					
오전간식		열무죽	단호박죽	양송이죽	게살죽⑧	미역죽				
점심	당일밥상 기장밥 감자수제비국⑥ 순살깨잎닭볶음 ⑤⑥⑩ 느타리버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨ 수수밥 유부우동국⑤⑥ 돈까스①⑤⑥⑩⑫ 양상추샐러드 배추김치⑨ 하이라이스⑤⑥⑩ 찐만두⑤⑥⑩ 오이지무침 배추김치⑨ (과일요거트②) 차조밥 (들깨)시래기국⑤⑥ 우민찌두부조림⑤⑥⑩ 잡채⑤⑥⑩⑫ 깍두기⑨ 당일밥상 백미밥 근대된장국⑤⑥ 돈육메추리알조림①⑤⑥ ⑩ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	삶은달걀① 방울토마토⑫	시리얼, 우유②	치즈스파게티②⑤⑥⑩ ⑫ 참외	과일화채	절편, 동글레차, 키위				
		614/32	656/22	693/22	618/22	664/32	507/18			
열량/단백질										
일자/요일		27(월)	28(화)	29(수)	30(목)					
오전간식		두부부추죽⑤	닭죽⑮	청경채죽	쇠고기죽⑤⑥⑩	시금치죽				
점심		수수밥 아육된장국⑤⑥ 삼치데리야게조림⑤⑥ 파래김자반⑤⑥ 배추김치⑨ 백미밥 쇠고기무채국⑩ 두부스테이크①⑤⑥⑫ 맛살채소무침①⑤⑧ 배추김치⑨ 불고기된밥⑤⑥⑩ 얼갈이배춧국⑤⑥ 해시브라운⑤⑫ 깍두기⑨ (마시는요거트②) 기장밥 모듬어묵국⑤⑥⑧ 닭가슴살채소볶음⑤ ⑥⑩ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨ 차조밥 버섯된장국⑤⑥ 돈육살구이⑩ 도토리묵오이무침⑤ ⑥ 배추김치⑨	버섯채소주먹밥⑤⑥ 수박	찐고구마, 우유②	(땅콩)알강정④, 바나나	부추양파전①⑤⑥	잼샌드위치①②⑥, 우유②			
	611/28		678/29	678/22	615/25	661/20				
열량/단백질										
원산지 표시										
쌀(밥,죽,누룽지)	국내산		돼지고기	국내산	쇠고기	우민찌두부조림:육우 쇠고기무채국: 한우 쇠고기죽: 육우	수산물	임연수미국산 삼치:국내산	식육 가공품	훈제오리(오리고기):국내산
콩(두부류,콩국수,콩비지)	국내산		닭고기	국내산			수산물	생선까스(명태): 국내산		훈관(돼지고기):국내산
배추김치	배추:국내산 고춧가루: 국내산	오리고기	국내산	(한우/젓소/육우)		수산물	참치(다랑어):월양산 진미채:태후산	떡갈비(돼지고기): 국내산		
								동그랑땡(돼지고기):국내산		
								돈까스(돼지고기):국내산		



일자/요일		1(수)		2(목)		3(금)		4(토)					
오전간식		시리얼/우유		채소죽②		누룽지죽		발효유②					
점심		-한국인에게 알레르기를 유발할 수 있는 식품 19종- ①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀 ⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기 ⑪복숭아⑫토마토⑬아황산류⑭호두 ⑮닭고기⑯쇠고기⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함)⑳자 ※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.		근로자의날 돈육카레라이스⑤⑥⑩ 송늬 콘샐러드②⑫ 배추김치⑨ 사과		차조밥 콩나물국⑤ 훈제오리구이 머위나물⑤⑥ 깍두기⑨		수수밥 애호박된장국⑤⑥ 생선까스⑤⑥&타르타르 소스①⑤ 브로콜리볶음⑤⑥ 배추김치⑨		하와이안볶음밥⑤⑥⑨ (양지)쌀국수⑤⑥⑬ 배추김치⑨ 방울토마토⑫			
오후간식		슈크림빵, 마시는요거트②		영양주먹밥⑤		미니머핀①②⑥, 우유②, 오이스틱							
열량/단백질		436/14		420/16		416/12		450/18					
일자/요일		5(월)		7(화)		8(수)		9(목)		10(금)		11(토)	
오전간식				두부당근죽⑤⑥		콩나물죽⑤		참치채소죽		애호박죽		떠먹는요구르트②	
점심		 대체공휴일		삼성밥상 수수밥 양파볶음국⑤⑥ 저당간장찜닭⑤⑥⑬ 양배추채샐러드 깍두기⑨		새우살볶음밥①⑤⑥⑨ 팽이미소장국⑤⑥ 춘권튀김⑤⑥⑩ 배추김치⑨ (플레인요거트②)		기장밥 배추맑은국⑤⑥ 떡갈비조림⑤⑥⑩⑬ 옥수수콘샐러드 깍두기⑨		수수밥 아욱국⑤⑥ 돈육채소볶음⑤⑥⑩ 진미채무침⑤⑥⑬ 배추김치⑨		참치마요덮밥①⑤ 모듬어묵탕⑤⑥⑧ 배추김치⑨ 씨없는포도	
오후간식				찐단호박, 우유②		김가루주먹밥⑤⑥ 바나나		햇케이크①②⑤⑥		자른꿀떡, 보리차, 참외			
열량/단백질				483/20		431/12		487/18		418/16		339/18	
일자/요일		13(월)		14(화)		15(수)		16(목)		17(금)		18(토)	
오전간식		양배추현미죽		참깨죽				옥수수죽		치즈죽②		발효유②	
점심		백미밥 미역국⑤⑥ 임연수어구이⑤⑥ 아삭오이무침⑤⑥ 배추김치⑨		차조밥 떡만둣국①⑥⑩ 동그랑땡전⑤⑩⑬ 애호박볶음⑤⑥ 배추김치⑨				삼성밥상 기장밥 버섯된장국⑤⑥ 돈육부추불고기⑤⑥⑩ 숙주당근나물⑤ 배추김치⑨		백미밥 순두부백탕①⑤ 오리파프리카볶음⑤⑥ 비름나물무침⑤⑥ 배추김치⑨		채소볶음밥⑤⑥⑬ 달걀찜국① 깍두기⑨ 파인애플	
오후간식		해물채소부침개①⑤ ⑥⑬, 포도		찐감자, 우유②				유부주먹밥⑤⑥		우리밀카스텔라①②⑥, 우유②			
열량/단백질		453/21		469/15				412/13		459/21		359/12	
일자/요일		20(월)		21(화)		22(수)		23(목)		24(금)		25(토)	
오전간식		열무죽		단호박죽		양송이죽		게살죽⑧		미역죽		떠먹는요구르트②	
점심		삼성밥상 기장밥 감자수제비국⑥ 순살갯잎닭볶음 ⑤⑥⑬ 느타리버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨		수수밥 유부우동국⑤⑥ 돈까스①⑤⑥⑩⑫ 양상추샐러드 배추김치⑨		하이라이스⑤⑥⑩ 찐만두⑤⑥⑩ 오이지무침 배추김치⑨ (과일요거트②)		차조밥 (둘째)시래기국⑤⑥ 우민찌두부조림⑤⑥⑬ 잡채⑤⑥⑩ 깍두기⑨		삼성밥상 백미밥 근대된장국⑤⑥ 돈육메추리알조림①⑤⑥ ⑩ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨		잔치국수⑤⑥ 우리가케밥 배추김치⑨ 사과	
오후간식		삶은달걀① 방울토마토⑫		시리얼, 우유②		치즈스파게티②⑤⑥⑩ ⑫ 참외		과일화채		절편, 동글레차, 키위			
열량/단백질		461/24		427/15		451/14		452/16		432/21		330/12	
일자/요일		27(월)		28(화)		29(수)		30(목)		31(금)			
오전간식		두부부추죽⑤		닭죽⑬		청경채죽		쇠고기죽⑤⑥⑬		시금치죽		- 제철식품 - ▶채소-취나물, 미나리, 마늘줄, 두릅, 가지 ▶해산물-주꾸미, 다슬기, 병어, 톳, 장어 ▶과일-골드키위, 딸기, 참외, 토마토, 매실	
점심		수수밥 아욱된장국⑤⑥ 삼치데리야끼조림⑤⑥ 파래김자반⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 쇠고기무채국⑬ 두부스테이크①⑤⑥⑫ 맛살채소무침①⑤⑧ 배추김치⑨		불고기덮밥⑤⑥⑩ 얼갈이배춧국⑤⑥ 헤시브라운⑤⑫ 깍두기⑨ (마시는요거트②)		기장밥 모듬어묵국⑤⑥⑧ 닭가슴살채소볶음⑤ ⑥⑬ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨		차조밥 버섯된장국⑤⑥ 돈육살구이⑩ 도토리묵오이무침⑤ ⑥ 배추김치⑨			
오후간식		버섯채소주먹밥⑤⑥ 수박		찐고구마, 우유②		(땅콩)쌀강정④, 바나나		부추양파전①⑤⑥		점센드위치①②⑥, 우유②			
열량/단백질		474/20		476/19		441/14		421/17		447/13			
원산지 표시													
쌀(밥,죽, 누룽지)	국내산	돼지고기	국내산	쇠 고기 (한우/ 육우)	우민찌두부조림:옥우 쇠고기무채국: 한우 쇠고기죽: 육우	수 산물	임연수:미국산 삼차:국내산	식 육 가 공 품	훈제오리(오리고기):국내산				
콩(두부류, 콩국수,콩비지)	국내산	닭고기	국내산			수 산물	생선까스(명태): 국내산		춘권(돼지고기):국내산				
배추김치	배추:국내산 고춧가루: 국내산	오리고기	국내산			수 산물	참치(다랑어):원양산 진미채:페루산		떡갈비(돼지고기): 국내산				
						수 산물	동그랑땡(돼지고기): 국내산		돈까스(돼지고기):국내산				

※ 원산지 표시는 센터 제공 **표준레시피를 기준으로 작성**됩니다. 대체식, 선택식단 및 추가 재료 사용 등의 경우 원산지 표시를 변경하여 기재해주시기 바랍니다.
 ※ 표기된 수산물 외에 '살아있는 수산물(생선, 조개류 등)'을 활용하시는 경우, 해당 식품에 대한 원산지를 포함하여 기재해주시기 바랍니다.