



일자/요일	1(수)		2(목)		3(금)
오전간식	감자소고기죽⑩		타락죽②		누룽지죽
점심	-한국인에게 알레르기를 유발할 수 있는 식품 19종- ①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀 ⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기 ⑪복숭아⑫토마토⑬아황산류⑭호두 ⑮닭고기⑯쇠고기⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함)⑳잔 ※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.		차조밥 콩나물국③ 훈제오리구이 시금치나물③⑥ 깍두기③		수수밥 애호박된장국③⑥ 생선까스③⑥&타르타르소스 ①② 브로콜리볶음③⑥ 배추김치③
오후간식	간장떡볶이③⑥⑧, 참외		영양주먹밥③, 옥수수차		미니머핀①②⑥, 우유②, 오이스틱
열량/단백질	670/22		646/24		637/17
일자/요일	6(월)	7(화)	8(수)	9(목)	10(금)
오전간식	 대체공휴일	두부당근죽③⑥	콩나물죽③	참치채소죽	애호박죽
점심		Happy Birthday! 백미밥 쇠고기미역국③⑥⑩ 돈육복쌈③⑥⑩⑫ 케이준치킨샐러드 ①②③⑥⑮ 배추김치③	새우살볶음밥①③⑥⑨ 팽이미소장국③⑥ 채소튀김③ 배추김치③ 마시는 요구르트②	기장밥 배추맑은국③⑥ 떡갈비조림③⑥⑩⑮ 옥수수콘샐러드 깍두기③	수수밥 아욱국③⑥ 돈육채소볶음③⑥⑩ 진미채무침③⑥⑰ 배추김치③
오후간식		생일케이크, 우유②	김가루주먹밥③⑥, 바나나	핫케이크①②③⑥, 우유②	절편, 보리차, 참외
열량/단백질		631/22	662/17	679/25	637/23
일자/요일	13(월)	14(화)	15(수)	16(목)	17(금)
오전간식	양배추현미죽	참깨죽		옥수수죽	타락죽②
점심	백미밥 미역국③⑥ 임연수어구이③⑥ 아삭오이무침③⑥ 배추김치③	차조밥 떡만둣국①⑥⑩ 동그랑땡전③⑩⑮ 애호박볶음③⑥ 배추김치③		우치개밥상 기장밥 버섯된장국③⑥ 돈육부추불고기③⑥⑩ 숙주당근나물③ 배추김치③	검정콩밥③ 순두부백탕①③ 오리파프리카볶음③⑥ 비름나물무침③⑥ 배추김치③
오후간식	해물채소부침개①③⑥⑰, 수박	찐감자, 우유②		유부주먹밥③⑥, 보리차	카스텔라①②⑥, 우유②
열량/단백질	615/25	674/21		605/22	626/27
일자/요일	20(월)	21(화)	22(수)	23(목)	24(금)
오전간식	열무죽	단호박죽	양송이죽	게살죽⑧	미역죽
점심	간장해장 상상밥상 기장밥 감자찜국 순살깻잎닭볶음 ③⑥⑮ 느타리버섯나물③⑥ 배추김치③	수수밥 유부우동국③⑥ 안심돈까스①③⑥⑩⑫ 양상추샐러드 배추김치③	하이라이스③⑥⑩ 군만두③⑥⑩ 오이지무침 배추김치③ 마시는 요구르트②	차조밥 들깨시래기국③⑥ 우민찌두부조림③⑥⑮ 베이컨마늘종볶음③⑥⑩ 깍두기③	간장해장 방방밥상 백미밥 근대된장국③⑥ 돈육메추리알조림①③⑥⑩ 콩나물무침③⑥ 배추김치③
오후간식	시금치달걀오믈렛①③, 방울토마토⑫	시리얼, 우유②	옥수수콘치즈구이①②③, 참외	과일화채②	노란시루떡, 동글레차, 키위
열량/단백질	614/32	656/22	693/22	618/22	664/32
일자/요일	27(월)	28(화)	29(수)	30(목)	31(금)
오전간식	두부부추죽③	닭죽⑮	청경채죽	쇠고기죽③⑥⑮	시금치죽
점심	수수밥 아욱된장국③⑥ 삼치데리야끼조림③⑥ 파래김자반③⑥ 배추김치③	백미밥 쇠고기무쌈국⑮ 두부스테이크①③⑥⑫ 맛살채소무침①③⑧ 배추김치③	백미밥 간장불고기③⑥⑩ 얼갈이배춧국③⑥ 해시브라운③⑫ 깍두기③ 마시는 요구르트②	기장밥 모듬어묵국③⑥⑧ 닭가슴살채소볶음③⑥⑮ 연근조림③⑥ 배추김치③	차조밥 버섯된장국③⑥ 돈육살구이⑩ 도토리묵오이무침③⑥ 배추김치③
오후간식	양송이크림리조또②③⑩, 수박	찐고구마, 우유②	잔멸치주먹밥③⑥, 바나나	부추양파전①③⑥, 사과주스	잼샌드위치①②⑥, 우유②
열량/단백질	611/28	678/29	678/22	615/25	661/20

원산지 표시

쌀(밥, 죽, 누룽지)	국내산	돼지고기	국내산	쇠고기 (한우)	우민씨두부조림: 국내산 쇠고기무침국: 국내산 쇠고기죽: 국내산	수산물 수산물 가공품	생선까스(명태): 한국산 참치(다랑어): 원양산 전미채(오징어): 페루산	식육 가공 품	훈제오리(오리고기): 국내산
콩(두부류, 콩국수, 콩비지)	국내산	닭고기	국내산						떡갈비(돼지고기): 국산
배추김치	배추: 국내산 고춧가루: 국내산	오리고기	국내산						동그랑땡(돼지고기): 국산
									베이컨(돼지고기): 국산

※ 원산지 표시는 센터 제공 표준레시피를 기준으로 작성됩니다. 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.



일자/요일		1(수)		2(목)		3(금)					
오전 간식		감자소고기죽⑬		타락죽②		누룽지죽					
점심		-한국인에게 알레르기를 유발할 수 있는 식품 19종- ①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀 ⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기 ⑪복숭아⑫토마토⑬아황산류⑭호두 ⑮닭고기⑯쇠고기⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함)⑲잔 ※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.		돈육카레라이스③⑥⑩ 송능 과일샐러드②⑫ 배추김치③ 마시는 요구르트②		차조밥 콩나물국③ 훈제오리구이 머위나물③⑥ 깍두기③		수수밥 애호박된장국③⑥ 생선까스③⑥&타르타르소스 ①② 브로콜리볶음③⑥ 배추김치③			
오후 간식		간장떡볶이③⑥⑧, 참외		영양주먹밥③, 옥수수차		미니머핀①②⑥, 우유②, 오이스틱					
열량/단백질		436/14		420/16		416/12					
일자/요일		6(월)		7(화)		8(수)		9(목)		10(금)	
오전 간식		 대체공휴일		두부당근죽③⑥		콩나물죽③		참치채소죽		애호박죽	
점심				▼▼▼▼▼ Happy Birthday! 백미밥 쇠고기미역국③⑥⑬ 돈육복합③⑥⑩⑫ 케이준치킨샐러드 ①②③⑥⑮ 배추김치③		새우살볶음밥①③⑥⑨ 팽이미소장국③⑥ 채소튀김③ 배추김치③ 마시는 요구르트②		기장밥 배추맑은국③⑥ 떡갈비조림③⑥⑩⑬ 옥수수콘샐러드 깍두기③		수수밥 아욱국③⑥ 돈육채소볶음③⑥⑩ 진미채무침③⑥⑦ 배추김치③	
오후 간식				생일케이크, 우유②		김가루주먹밥③⑥, 바나나		핫케이크①②③⑥, 우유②		절편, 보리차, 참외	
열량/단백질				449/15		431/12		487/18		418/16	
일자/요일		13(월)		14(화)		15(수)		16(목)		17(금)	
오전 간식		양배추현미죽		참깨죽				옥수수죽		타락죽②	
점심		백미밥 미역국③⑥ 임연수어구이③⑥ 아삭오이무침③⑥ 배추김치③		차조밥 떡만둣국①⑥⑩ 동그랑땡전③⑥⑬ 애호박볶음③⑥ 배추김치③				무지개밥상 기장밥 버섯된장국③⑥ 돈육부추불고기③⑥⑩ 숙주당근나물③ 배추김치③		검정콩밥③ 순두부백탕①⑤ 오리파프리카볶음③⑥ 비름나물무침③⑥ 배추김치③	
오후 간식		해물채소부침개①③⑥⑦, 수박		찐감자, 우유②				유부주먹밥③⑥, 보리차		카스텔라①②⑥, 우유②	
열량/단백질		453/21		469/15				412/13		459/21	
일자/요일		20(월)		21(화)		22(수)		23(목)		24(금)	
오전 간식		열무죽		단호박죽		양송이죽		게살죽⑧		미역죽	
점심		신상밥상 기장밥 감자찜국 순살겉닭볶음 ③⑥⑮ 느타리버섯나물③⑥ 배추김치③		수수밥 유부우동국③⑥ 안심돈까스①③⑥⑩⑫ 양상추샐러드 배추김치③		하이라이스③⑥⑩ 군만두③⑥⑩ 오이지무침 배추김치③ 마시는 요구르트②		차조밥 들깨시래기국③⑥ 우민찌두부조림③⑥⑬ 베이컨마늘종볶음③⑥⑩ 깍두기③		방방밥상 백미밥 근대된장국③⑥ 돈육매추리알조림①③⑥⑩ 콩나물무침③⑥ 배추김치③	
오후 간식		시금치달걀오믈렛①③, 방울토마토⑫		시리얼, 우유②		옥수수콘치즈구이①②③, 참외		과일화채②		노란시루떡, 동글레차, 키위	
열량/단백질		461/24		427/15		451/14		452/16		432/21	
일자/요일		27(월)		28(화)		29(수)		30(목)		31(금)	
오전 간식		두부부추죽③		닭죽⑮		청경채죽		쇠고기죽③⑥⑬		시금치죽	
점심		수수밥 아욱된장국③⑥ 삼치데리야끼조림③⑥ 파래김자반③⑥ 배추김치③		백미밥 쇠고기무찜국⑬ 두부스테이크①③⑥⑫ 맛살채소무침①③⑧ 배추김치③		백미밥 간장불고기③⑥⑩ 얼갈이배춧국③⑥ 해시브라운③⑫ 깍두기③ 마시는 요구르트②		기장밥 모듬어묵국③⑥⑧ 닭가슴살채소볶음③⑥⑬ 연근조림③⑥ 배추김치③		차조밥 버섯된장국③⑥ 돈육살구이⑩ 도토리묵오이무침③⑥ 배추김치③	
오후 간식		양송이크림리조또②③⑩, 수박		찐고구마, 우유②		잔멸치주먹밥③⑥, 바나나		부추양파전①③⑥, 사과주스		잼샌드위치①②⑥, 우유②	
열량/단백질		474/20		476/19		441/14		421/17		447/13	
원산지 표시											
쌀(밥,죽,누룽지)	국내산	돼지고기	국내산	쇠고기(한우)	우민찌두부조림: 국내산 쇠고기무찜국: 국내산 쇠고기죽: 국내산	수산물	생선까스(명태): 한국산 참치(다랑어): 원양산 진미채(오징어): 페루산	식육가공품	훈제오리(오리고기): 국내산		
콩(두부류,콩국수,콩비지)	국내산	닭고기	국내산			수산물가공품			떡갈비(돼지고기): 국산		
배추김치	배추:국내산 고춧가루:국내산	오리고기	국내산			통그랑땡(돼지고기): 국산					
						베이컨(돼지고기): 국산					