인천시 미추홀구 어린이·사회복지급식관리지원센터 <영양팀>

2024년 4월 만1-2세 식단

국공립도화다누리어린이집

일자/요일	1(월)	2(화)	3(수)	4(목)	5(금)	6(토)
오전간식	사과, 우유②	새송이버섯죽	오렌지, 우유②	닭죽⑮	당근스틱, 포도주스	발효유②
점 심	건강한 방방밥상 기장밥 호박된장국⑤⑥ 닭살간장불고기⑤⑥⑮ 아삭오이무침 배추김치⑨	백미밥 쇠고기당면국⑤⑥⑯ 삼색달걀말이①⑤ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	안심제육덮밥⑤⑥⑩ 숭늉 파래김자반⑤⑥ 배추김치⑨ (플레인요거트②)	차조밥 우거지감자탕⑤⑥⑩ 두부부침&양념장⑤⑥ 과일샐러드②⑫ 깍두기⑨	수수밥 달걀양팟국⑤⑥ 돈육채소볶음⑤⑥⑩ 우엉조림⑤⑥ 배추김치⑨	참치비빔밥⑤⑥ 무채된장국⑤⑥ 배추김치⑨ 배
오후간식	모듬어묵탕⑤⑥⑧	찐고구마, 우유②	안매운김치부침개⑤⑥⑨	간장떡볶이⑤⑥⑧	잼모닝빵①②⑥, 우유②	
열량/단백질	416/20	477/18	473/21	437/16	447/17	306/14
일자/요일	**8(월)**	**9(화)**	**10(수)**	**11(목)**	**12(금)**	**13(토)**
오전간식	바나나, 우유②	채소죽	국회의원선거 투표하는 날	감자당근죽	참외, 우유②	떠먹는요구르트②
점 심	차조밥 얼갈이배춧국⑤⑥ 쇠고기메추리알조림①⑤⑥⑯ 맛살콩나물무침⑤⑥⑧ 깍두기⑨	건강한 당당밥상 수수밥 아욱된장국⑤⑥ 파인애플탕수육 ①⑤⑥⑩⑫ 사과상추겉절이⑤⑥ 배추김치⑨		기장밥 (들깨)미역국⑤⑥ 훈제오리구이 새콤무초무침⑤⑥ 배추김치⑨	**백미밥** 근댓국⑤⑥ 미트볼토마토소스조림 ⑤⑩⑫⑯ 연근튀김⑤ 배추김치⑨	베이컨채소볶음밥 ⑤⑥⑩ 팽이버섯장국⑤⑥ 배추김치⑨ 씨없는포도
오후간식	치즈스틱②⑤	찐단호박, 우유②		영양주먹밥⑤	설기떡, 보리차	
열량/단백질	426/26	419/17		408/12	469/14	313/10
일자/요일	**15(월)**	**16(화)**	**17(수)**	**18(목)**	**19(금)**	**20(토)**
오전간식	사과, 우유②	참깨죽	참외, 우유②	양배추죽	토마토⑫ 마시는요구르트②	발효유②
점 심	백미밥 우거지된장국⑤⑥ 순살간장찜닭⑤⑥⑮ 숙주당근무침⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 물만둣국①⑤⑥⑩ 너비아니구이⑤⑩⑯ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨	건강한 싱싱밥상 쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑯ 파송송달걀국① 양배추채샐러드 (저염)깍두기⑨ (마시는요구르트②)	무지개밥상 기장밥 느타리버섯국⑤⑥ 닭살데리야끼볶음⑤⑥⑮ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 아욱토장국⑤⑥ 순살돼지갈비찜⑤⑥⑩ 청포묵김무침⑤⑥ 배추김치⑨	유니짜장밥⑤⑥⑩ 두부배춧국⑤ 깍두기⑨ 파인애플
오후간식	버섯채소전①⑤⑥	찐감자, 우유②	쌀강정	유부초밥⑤⑥	크림빵①②⑥, 우유②	
열량/단백질	401/15	461/16	481/17	429/25	478/18	309/10
일자/요일	**22(월)**	**23(화)**	**24(수)**	**25(목)**	**26(금)**	**27(토)**
오전간식	오렌지, 우유②	쇠고기채소죽⑯	바나나	느타리버섯죽	참외, 우유②	떠먹는요구르트②
점 심	기장밥 팽이미소국⑤⑥ 함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑯ 마카로니샐러드①⑤⑥ 배추김치⑨	Happy Birthday! 백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑯ 돈육폭찹⑤⑥⑩⑫ 케이준치킨샐러드 ①②⑤⑥⑮ 배추김치⑨	봄소풍	차조밥 하얀순두부탕①⑤ 어묵파프리카볶음⑤⑥⑧ 잔멸치견과류조림⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 근대된장국⑤⑥ 보쌈수육⑩ 새콤오이생채 배추김치⑨	멸치칼국수⑥ 참깨주먹밥⑤⑥ 배추김치⑨ 바나나
오후간식	저당곡물쿠키①⑤⑥	생일케이크, 요구르트②	시리얼, 우유②	순살닭강정①⑤⑥⑫⑮	증편, 둥글레차	
열량/단백질	417/13	403/11	390/10	442/21	409/14	355/10
일자/요일	**29(월)**	**30(화)**				
오전간식	사과, 우유②	감자양파죽				
점 심	수수밥 시래기된장국⑤⑥ 순살닭볶음탕⑤⑥⑮ 굴소스가지볶음⑤⑥⑱ 배추김치⑨	차조밥 참치미역국⑤⑥⑯ 두부양념찜⑤ 맛살채소무침⑤⑥⑧ 배추김치⑨				
오후간식	토마토스파게티②⑥⑫	찐고구마, 우유②				
열량/단백질	402/16	487/14				

- 제철식품 -

▶채소–두릅, 냉이, 더덕, 달래, 취나물, 가지, 죽순

▶해산물–주꾸미, 다슬기, 병어, 톳, 장어

▶과일–딸기, 귤, 사과

-한국인에게 알레르기를 유발할 수 있는 식품 19종-

①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀 ⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기 ⑪복숭아⑫토마토⑬아황산류⑭호두 ⑮닭고기⑯쇠고기⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함)⑲잣

※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

원산지 표시

쌀(밥,죽,누룽지)	국내산	돼지고기	국내산	쇠고기(한우)	쇠고기당면국:한우 쇠고기메추리알조림:한우 쇠고기채소볶음밥: 한우 쇠고기채소죽: 한우 쇠고기미역국: 한우	수산물		식육가공품	훈제오리(오리고기):국내산
콩(두부류,콩국수,콩비지)	국내산	닭고기	국내산			수산물가공품			미트볼(돼지고기: 국내산 ,쇠고기: 국내산)
배추김치	배추:국내산 고춧가루:국내산	오리고기	국내산						베이컨(돼지고기):국내산
									너비아니(돼지고기: 국내산 ,쇠고기: 국내산)
									함박스테이크(돼지고기: 국내산 ,쇠고기: 국내산)

★식품알레르기가 있는 영유아는 알레르기유발식품을 제거한 **제거식**과 같은 식품군으로 대체한 **대체식**으로 제공하며 해당 영유아의 개별 알림장으로 식단 사진을 보내드리고 있습니다.

★현장학습시에는 외부에서 음식을 제공할 수 있습니다 (현장학습시 외부음식에 대한 부모동의서 참조)

★매주 화요일·목요일 오전간식은 죽간식으로 제공합니다.

★만0세 영아는 부모님들과의 협의로 가정에서 이유식을 직접 가지고 오시기로 하였습니다.

인천시 미추홀구 어린이·사회복지급식관리지원센터 <영양팀>

2024년 4월 만3-5세 식단

국공립도화다누리어린이집

일자/요일	1(월)	2(화)	3(수)	4(목)	5(금)	6(토)
오전간식	사과, 우유②	새송이버섯죽	오렌지, 우유②	닭죽⑮	당근스틱, 포도주스	발효유②
점 심	방방밥상 기장밥 호박된장국⑤⑥ 닭살간장불고기⑤⑥⑮ 아삭오이무침 배추김치⑨	백미밥 쇠고기당면국⑤⑥⑯ 삼색달걀말이①⑤ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	안심제육덮밥⑤⑥⑩ 숭늉 파래김자반⑤⑥ 배추김치⑨ (플레인요거트②)	차조밥 우거지감자탕⑤⑥⑩ 두부부침&양념장⑤⑥ 과일샐러드②⑫ 깍두기⑨	수수밥 달걀양팟국①⑤⑥ 돈육채소볶음⑤⑥⑩ 우엉조림⑤⑥ 배추김치⑨	참치비빔밥⑤⑥ 무채된장국⑤⑥ 배추김치⑨ 배
오후간식	모듬어묵탕⑤⑥⑧	찐고구마, 우유②	안매운김치부침개⑤⑥⑨	간장떡볶이⑤⑥⑧	잼모닝빵①②⑥, 우유②	
열량/단백질	602/28	651/22	668/28	620/23	675/26	408/18
일자/요일	**8(월)**	**9(화)**	**10(수)**	**11(목)**	**12(금)**	**13(토)**
오전간식	바나나, 우유②	채소죽	국회의원선거 투표하는 날	감자당근죽	참외, 우유②	떠먹는요구르트②
점 심	차조밥 얼갈이배춧국⑤⑥ 쇠고기메추리알조림①⑤⑥⑯ 맛살콩나물무침⑤⑥⑧ 깍두기⑨	당당밥상 수수밥 아욱된장국⑤⑥ 파인애플탕수육①⑤⑥⑩⑫ 사과상추겉절이⑤⑥ 배추김치⑨		기장밥 (들깨)미역국⑤⑥ 훈제오리구이 새콤무초무침⑤⑥ 배추김치⑨	**백미밥** 근댓국⑤⑥ 미트볼토마토소스조림⑤⑩⑫⑯ 연근튀김⑤ 배추김치⑨	베이컨채소볶음밥⑤⑥⑩ 팽이버섯장국⑤⑥ 배추김치⑨ 씨없는포도
오후간식	치즈스틱②⑤	찐단호박, 우유②		영양주먹밥⑤	설기떡, 보리차	
열량/단백질	601/30	679/25		630/20	679/20	430/14
일자/요일	**15(월)**	**16(화)**	**17(수)**	**18(목)**	**19(금)**	**20(토)**
오전간식	사과, 우유②	참깨죽	참외, 우유②	양배추죽	토마토⑫ 마시는요구르트②	발효유②
점 심	백미밥 우거지된장국⑤⑥ 순살간장찜닭⑤⑥⑮ 숙주당근무침⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 물만둣국①⑤⑥⑩ 너비아니구이⑤⑩⑯ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨	싱싱밥상 쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑯ 파송송달걀국① 양배추채샐러드 (저염)깍두기⑨ (마시는요구르트②)	무지개밥상 기장밥 느타리버섯국⑤⑥ 닭살데리야끼볶음⑤⑥⑮ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 아욱토장국⑤⑥ 순살돼지갈비찜⑤⑥⑩ 청포묵김무침⑤⑥ 배추김치⑨	유니짜장밥⑤⑥⑩ 두부배춧국⑤ 깍두기⑨ 파인애플
오후간식	버섯채소전①⑤⑥	찐감자, 우유②	쌀강정	유부초밥⑤⑥	크림빵①②⑥, 우유②	
열량/단백질	600/22	674/23	694/24	623/28	688/25	428/13
일자/요일	**22(월)**	**23(화)**	**24(수)**	**25(목)**	**26(금)**	**27(토)**
오전간식	오렌지, 우유②	쇠고기채소죽⑯	바나나	느타리버섯죽	참외, 우유②	떠먹는요구르트②
점 심	기장밥 팽이미소국⑤⑥ 함박스테이크①⑤⑥⑩⑫⑯ 마카로니샐러드①⑤⑥ 배추김치⑨	Happy Birthday! 백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑯ 돈육폭찹⑤⑥⑩⑫ 케이준치킨샐러드①②⑤⑥⑮ 배추김치⑨	봄소풍	차조밥 하얀순두부탕①⑤ 어묵파프리카볶음⑤⑥⑧ 잔멸치견과류조림⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 근대된장국⑤⑥ 보쌈수육⑩ 새콤오이생채 배추김치⑨	멸치칼국수⑥ 참깨주먹밥⑤⑥ 배추김치⑨ 바나나
오후간식	저당곡물쿠키①⑤⑥	생일케이크, 요구르트②	시리얼, 우유②	순살닭강정①⑤⑥⑫⑮	증편, 둥글레차	
열량/단백질	607/19	672/22	600/28	618/29	614/22	444/12
일자/요일	**29(월)**	**30(화)**				
오전간식	사과, 우유②	감자양파죽				
점 심	수수밥 시래기된장국⑤⑥ 순살닭볶음탕⑤⑥⑮ 굴소스가지볶음⑤⑥⑱ 배추김치⑨	차조밥 참치미역국⑤⑥⑯ 두부양념찜⑤ 맛살채소무침⑤⑥⑧ 배추김치⑨				
오후간식	토마토스파게티②⑥⑫	찐고구마, 우유②				
열량/단백질	602/22	694/20				

- 제철식품 -

▶채소–두릅, 냉이, 더덕, 달래, 취나물, 가지, 죽순
▶해산물–주꾸미, 다슬기, 병어, 톳, 장어
▶과일–딸기, 귤, 사과

-한국인에게 알레르기를 유발할 수 있는 식품 19종-

①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀 ⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기 ⑪복숭아⑫토마토⑬아황산류⑭호두 ⑮닭고기⑯쇠고기⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함)⑲잣

※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

원산지 표시

쌀(밥,죽,누룽지)	국내산	돼지고기	국내산	쇠고기(한우)	쇠고기당면국:한우 쇠고기메추리알조림:한우 쇠고기채소볶음밥:한우 쇠고기채소죽: 한우 쇠고기미역국: 한우	수산물		식육가공품	훈제오리(오리고기):국내산
콩(두부류,콩국수,콩비지)	국내산	닭고기	국내산						미트볼(돼지고기: 국내산 ,쇠고기: 국내산)
배추김치	배추:국내산 고춧가루:국내산	오리고기	국내산			수산물가공품			베이컨(돼지고기):국내산
									너비아니(돼지고기:국내산 ,쇠고기: 국내산)
									함박스테이크(돼지고기: 국내산 ,쇠고기:국내산)

★식품알레르기가 있는 영유아는 알레르기유발식품을 제거한 **제거식**과 같은 식품군으로 대체한 **대체식**으로 제공하며 해당 영유아의 개별 알림장으로 식단 사진을 보내드리고 있습니다.
★현장학습시에는 외부에서 음식을 제공할 수 있습니다 (현장학습시 외부음식에 대한 부모동의서 참조)
★매주 화요일·목요일 오전간식은 죽간식으로 제공합니다.

인천시 미추홀구 어린이·사회복지급식관리지원센터 <영양팀>
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

2024년 4월 만1-2세 식단

국공립도화다누리어린이집

일자/요일	1(월)	2(화)	3(수)	4(목)	5(금)
저 녁	기장밥 다시마양팟국⑤⑥ 함박스테이크조림 ①⑤⑥⑩⑫⑯ 토마토샐러드⑫ 배추김치⑨	백미밥 순두부맑은국①⑤⑥ 닭살채소볶음⑤⑥⑮ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 시금치된장국⑤⑥ 달걀찜① 반달호박볶음⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 안매운김칫국⑨ 돈육불고기⑤⑥⑩ 파래김구이 깍두기⑨	수수밥 감자챗국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 그린샐러드 배추김치⑨
열량/단백질	236/9	234/14	200/8	224/13	209/7
일자/요일	**8(월)**	**9(화)**	**10(수)**	**11(목)**	**12(금)**
저 녁	차조밥 계란국①⑤⑥ 어묵양파볶음⑤⑥⑧ 옥수수참치전⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 콩나물국⑤ 메추리알장조림①⑤⑥ 맛살채소무침⑤⑥⑧ 배추김치⑨	국회의원선거 투표하는 날	기장밥 아욱토장국⑤⑥ 돈육굴소스볶음⑤⑥⑩⑱ 상추당근무침 배추김치⑨	검정콩밥⑤ 미역국⑤⑥ 훈제오리볶음⑤⑥ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨
열량/단백질	292/15	256/14		215/12	212/8
일자/요일	**15(월)**	**16(화)**	**17(수)**	**18(목)**	**19(금)**
저 녁	백미밥 팽이미소장국⑤⑥ 미트볼구이⑤⑩⑯ 연근샐러드①⑤ 배추김치⑨	차조밥 우거지배춧국⑤⑥ 닭살간장조림⑤⑥⑮ 숙주나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 떡만둣국①⑤⑥⑩ 너비아니구이⑤⑩⑯ 애호박볶음⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 두부된장국⑤⑥ 달걀간장조림①⑤⑥ 양배추나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 버섯양팟국⑤⑥ 순살닭갈비⑤⑥⑮ 브로콜리볶음⑤⑥ 배추김치⑨
열량/단백질	279/9	207/9	251/9	211/10	214/11
일자/요일	**22(월)**	**23(화)**	**24(수)**	**25(목)**	**26(금)**
저 녁	기장밥 콩나물국⑤ 돈사태장조림⑤⑥⑩ 청포묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 유부미소국⑤⑥ 함박스테이크구이 ①⑤⑥⑩⑫⑯ 팽이버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 제육양파불고기⑤⑥⑩ 양상추샐러드 배추김치⑨	차조밥 감자된장국⑤⑥ 삼색달걀말이①⑤ 싱싱상추나물 깍두기⑨	백미밥 어묵뭇국⑤⑥⑧ 닭살파프리카볶음⑤⑥⑮ 잔멸치조림⑤⑥ 배추김치⑨
열량/단백질	219/10	216/10	244/8	265/12	238/14
일자/요일	**29(월)**	**30(화)**			
저 녁	수수밥 미역국⑤⑥ 돈육채소볶음⑤⑥⑩ 근대나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 (들깨)시래기국⑤⑥ 간장양념찜닭⑤⑥⑮ 가지나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	- 제철식품 - ▶채소–두릅, 냉이, 더덕, 달래, 취나물, 가지, 죽순 ▶해산물–주꾸미, 다슬기, 병어, 톳, 장어 ▶과일–딸기, 귤, 사과 -한국인에게 알레르기를 유발할 수 있는 식품 19종- ①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀 ⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기 ⑪복숭아⑫토마토⑬아황산류⑭호두 ⑮닭고기⑯쇠고기⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함)⑲잣 ※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.		
열량/단백질	207/9	203/10			

원산지 표시

쌀(밥,죽,누룽지)	국내산	돼지고기	국내산	쇠고기(한우/젖소/육우)		수산물		식육가공품	함박스테이크(돼지고기:국내산,쇠고기국내산)
콩(두부류,콩국수,콩비지)	국내산	닭고기	국내산						훈제오리(오리고기):국내산
배추김치	배추:국내산 고춧가루:국내	오리고기	국내산			수산물가공품	참치(다랑어):국내		미트볼(돼지고기:국내산 ,쇠고기국내산)
									너비아니(돼지고기:국내산 ,쇠고기국내산)

★식품알레르기가 있는 영유아는 알레르기유발식품을 제거한 **제거식**과 같은 식품군으로 대체한 **대체식**으로 제공하며 해당 영유아의 개별 알림장으로 식단 사진을 보내드리고 있습니다.
★현장학습시에는 외부에서 음식을 제공할 수 있습니다 (현장학습시 외부음식에 대한 부모동의서 참조)
★매주 화요일·목요일 오전간식은 죽간식으로 제공합니다.
★만0세 영아는 부모님들과의 협의로 가정에서 이유식을 직접 가지고 오시기로 하였습니다.

인천시 미추홀구 어린이·사회복지급식관리지원센터 <영양팀>
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

2024년 4월 3-5세 식단

국공립도화다누리어린이집

일자/요일	1(월)	2(화)	3(수)	4(목)	5(금)
저 녁	기장밥 다시마양팟국⑤⑥ 함박스테이크조림 ①⑤⑥⑩⑫⑯ 토마토샐러드⑫ 배추김치⑨	백미밥 순두부맑은국①⑤⑥ 닭살채소볶음⑤⑥⑮ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 시금치된장국⑤⑥ 달걀찜① 반달호박볶음⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 안매운김칫국⑨ 돈육불고기⑤⑥⑩ 파래김구이 깍두기⑨	수수밥 감자챗국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 그린샐러드 배추김치⑨
열량/단백질	324/13	334/26	311/12	317/16	306/11
일자/요일	**8(월)**	**9(화)**	**10(수)**	**11(목)**	**12(금)**
저 녁	차조밥 계란국①⑤⑥ 어묵양파볶음⑤⑥⑧ 옥수수참치전⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 콩나물국⑤ 메추리알장조림①⑤⑥ 맛살채소무침⑤⑥⑧ 배추김치⑨	국회의원선거 투표하는 날	기장밥 아욱토장국⑤⑥ 돈육굴소스볶음⑤⑥⑩⑱ 상추당근무침 배추김치⑨	검정콩밥⑤ 미역국⑤⑥ 훈제오리볶음⑤⑥ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨
열량/단백질	393/16	319/16		330/18	318/13
일자/요일	**15(월)**	**16(화)**	**17(수)**	**18(목)**	**19(금)**
저 녁	백미밥 팽이미소장국⑤⑥ 미트볼구이⑤⑩⑯ 연근샐러드①⑤ 배추김치⑨	차조밥 우거지배춧국⑤⑥ 닭살간장조림⑤⑥⑮ 숙주나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 떡만둣국①⑤⑥⑩ 너비아니구이⑤⑩⑯ 애호박볶음⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 두부된장국⑤⑥ 달걀간장조림①⑤⑥ 양배추나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 버섯양팟국⑤⑥ 순살닭갈비⑤⑥⑮ 브로콜리볶음⑤⑥ 배추김치⑨
열량/단백질	350/13	304/14	382/13	325/15	310/15
일자/요일	**22(월)**	**23(화)**	**24(수)**	**25(목)**	**26(금)**
저 녁	기장밥 콩나물국⑤ 돈사태장조림⑤⑥⑩ 청포묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 유부미소국⑤⑥ 함박스테이크구이 ①⑤⑥⑩⑫⑯ 팽이버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 제육양파불고기⑤⑥⑩ 양상추샐러드 배추김치⑨	차조밥 감자된장국⑤⑥ 삼색달걀말이①⑤ 싱싱상추나물 깍두기⑨	백미밥 어묵뭇국⑤⑥⑧ 닭살파프리카볶음⑤⑥⑮ 잔멸치조림⑤⑥ 배추김치⑨
열량/단백질	336/15	386/17	375/11	397/18	310/19
일자/요일	**29(월)**	**30(화)**			
저 녁	수수밥 미역국⑤⑥ 돈육채소볶음⑤⑥⑩ 근대나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 (들깨)시래기국⑤⑥ 간장양념찜닭⑤⑥⑮ 가지나물무침⑤⑥ 배추김치⑨			
열량/단백질	303/14	315/14			

- 제철식품 -
▶채소–두릅, 냉이, 더덕, 달래, 취나물, 가지, 죽순
▶해산물–주꾸미, 다슬기, 병어, 톳, 장어
▶과일–딸기, 귤, 사과

-한국인에게 알레르기를 유발할 수 있는 식품 19종-
①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀 ⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기
⑪복숭아⑫토마토⑬아황산류⑭호두 ⑮닭고기⑯쇠고기⑰오징어
⑱조개류(굴,전복,홍합 포함)⑲잣
※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

원산지 표시

쌀(밥,죽,누룽지)	국내산	돼지고기	국내산	쇠고기(한우/젖소/육우)		수산물		식육가공품	함박스테이크(돼지고기:국내산 ,쇠고기국내산)
콩(두부류,콩국수,콩비지)	국내산	닭고기	국내산						훈제오리(오리고기):국내산
배추김치	배추:국내산 고춧가루:국내산	오리고기	국내산			수산물가공품			미트볼(돼지고기:국내산 ,쇠고기 국내산) 너비아니(돼지고기: 국내산 ,쇠고기 국내산)

★식품알레르기가 있는 영유아는 알레르기유발식품을 제거한 **제거식**과 같은 식품군으로 대체한 **대체식**으로 제공하며 해당 영유아의 개별 알림장으로 식단 사진을 보내드리고 있습니다.
★현장학습시에는 외부에서 음식을 제공할 수 있습니다 (현장학습시 외부음식에 대한 부모동의서 참조)
★매주 화요일·목요일 오전간식은 죽간식으로 제공합니다.