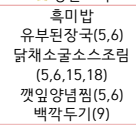
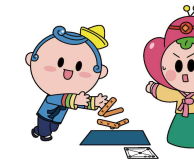
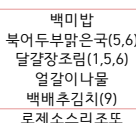


작성 : 기획영양팀

1(월)		2(수)		3(목)		4(금)	
오전간식		떠먹는요구르트(2)/ ★ 오이스틱	옥수수스프(2,5,6,15,16)	치즈(2)/ ★ 바나나	소고기표고버섯죽 (5,6,16)		
점심		기장밥 순두부된장국(5,6) 함박스테이크&소스 (1,5,6,10,12,16) 열무나물 깍두기(9)	뿌리채소영양밥&양념장 (5,6) 안매운닭가슴살(5,6,15) 김구이 백배추김치(9)	차조밥 들기름미역국(5,6) 소고기피망볶음(5,6,16) 새송이버섯버터구이(2) 백작두기(9)	찰쌀밥 시금치말은국(5,6) 순살찜닭(5,6,15) 숙주나물당근무침 백배추김치(9)		
		수제비(5,6)	물만두(1,5,6,10,15,16)/보리차	안매운김치전(5,6,9)	치즈빵(1,2,5,6)/우유(2)		
오후간식		615/28	602/22	614/21	641/26		
일자	7(월)	8(화)	9(수) ♣ 생일식단 ♣	10(목)	11(금)		
오전간식	떠먹는요구르트(2)/ ★ 당근스틱	★ 수박/우유(2)	키위	곡물시리얼(5,6)/우유(2)		달걀당근죽(15)	
점심		흑미밥 유부된장국(5,6) 닭채소굴소스조림 (5,6,15,18) 갯잎양념찜(5,6) 백작두기(9)	찰쌀밥 들깨국(5,6) 순수육(5,6,10) 상추겉절이(5,6) 배추김치(9)	백미밥 미역국(5,6) 너비아니구이(5,6,10,16) 숙주나물무침 백배추김치(9)	수수밥 소고기대파국(5,6,16) 두부조림(5,6) 취나물무침 백작두기(9)		기장밥 애호박된장국(5,6) 돈육양념구이(5,6,10) 우렁등개볶음(5,6) 백작두기(9)
		칼국수(5,6)	토마토스크램블에그 (1,2,5,12)	롤케이크(1,2,5,6)/과채주스(2)	NEW! 🌈 표고버섯김가루 주먹밥(5,6)		우리돌 도넛(1,2,5,6)/우유(2)
오후간식		675/35	673/35	610/19	629/21		663/26
일자	14(월)	15(화)	16(수)	17(목)	18(금) 서둘미래밥상		
오전간식	★ 씨없는포도	브로콜리스프 (2,5,6,15,16)	마시는요구르트(2)/ ★ 오이스틱	스트링치즈(2)/ ★ 키위		콩나물당근죽(5)	
점심	돈육곰비지찌개(5,6,10) 치즈달걀말이(1,2,5) 고구마줄기볶음(5,6) 백배추김치(9)	백미밥 표고버섯된장국(5,6) 돈육양배추볶음(5,6,10) 비름나물무침 배추김치(9)	달걀카레라이스 (2,5,6,10,12,15,16,18) 배추말은국(5,6) 애호박나물(5) 백작두기(9)	찰쌀밥 우거지된장국(5,6) 소고기감자조림(5,6,16) 청경채나물(5,6) 백작두기(9)		흑미밥 순두부백탕(5,6) 오징어볶음(5,6,17) 파프리카사과무침(5,6) 백배추김치(9)	
		간지국수(5,6)	★ 흰고구마/우유(2)	연두부&훈인자스(1,5,6) / 옥수수차	비빔만두 (1,5,6,10,12,15,16)		밤식빵(1,2,5,6)/우유(2)
오후간식		662/22	638/27	571/27	646/24		656/27
일자	21(월)	22(화)	23(수) 🇰🇷 우리음식의날	24(목) 추석연휴	25(금) 추석		
오전간식	떠먹는요구르트(2)/ ★ 당근스틱	★ 매운	치즈(2)/ ★ 배				
점심		수수밥 느타리버섯말은국(5,6) 훈제오리부추볶음 (1,2,5,6,16) 김자반(5,6) 백배추김치(9)	기장밥 아욱된장국(5,6) 돈육장조림(5,6,10) 🌈 표고버섯나물(5,6) 깍두기(9)	백미밥 소고기묵국(5,6,16) 돼지갈비찜(5,6,10) 시금치나물 백배추김치(9)			
		볶음우동(5,6,18)	오쟁김자센드위치(1,2,5,6) / 우유(2)	유과(5)/식혜			
오후간식		654/27	651/27	613/18			
일자	28(월)	29(화)	30(수)	광진구센터 식단 구성		바로 보러가기!	
오전간식	★ 바나나	떠먹는요구르트(2)/ ★ 파프리카스틱	크림스프(2,5,6,15,16)	★ 자연식품			
점심		백미밥 북어두부맑은국(5,6) 달걀장조림(1,5,6) 열무나물 백배추김치(9)	차조밥 근대된장국(5,6) 안매운돈육김치찌개(5,6,9,10) 연근유자청무침 깍두기(9)	소고기잡채달걀밥(5,6,16) 청경채말은국(5,6) 새콤무생채 백배추김치(9)	푸드브릿지 : 표고버섯 NEW! 🌈 소고기감자찌개 원산지 표시 가공품		  
		로제소스리조프 (2,5,6,10,12,15,16,18)	치킨너겟샐러드 (1,2,5,6,15,16)	단호박초청찌/우유(2)	서둘미래밥상		서둘미래밥상
오후간식		636/29	605/26	615/22	그린테이블 통신문		
★식재료는 수급 상황에 따라 동일식품군·동일조리법 내에서 변경이 가능합니다. (ex. 표고버섯김가루주먹밥 → 김가루채소주먹밥)★							
알레르기 유발식품 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴·전복·홍합 포함) ⑲갯 (아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.)							
원산지 표시	쌀 및 주 (흑미,찰쌀포함)	콩 (두부, 순두부포함)	김치	소고기	축산물		
	국내산	국내산	국내산	국내산	한우	국내산	닭고기
		수산물			수산 및 식육가공품		국내산
		오징어					
			함박스테이크	너비아니구이	훈제 오리	치킨너겟	
			돼지고기	소고기	오리고기	닭고기	
			국내				