

일 자		표준조리법		1(목)	2(금)	3(토)		
오전간식				♣토마토⑫/치즈②	♣(자른)샤인머스켓			
점 심				흑미밥 수제비국⑥ 돼지고기피망볶음 ⑤⑥⑩ 브로콜리무침 배추김치⑨	수수밥 감자된장국⑤⑥ (동그랑땡전①⑤⑥⑩) 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨			
오후간식			이달의 푸드브릿지		간장비빔국수⑤⑥ /보리차		후레쉬번①②⑤⑥ /우유②	
열량(kcal)/단백질(g)			연근 		663/28		656/28	
일 자	5(월)	6(화)	7(수)상경Day2	8(목)	9(금)	10(토)		
오전간식	 정보제공(식단 등)에 대한 보호자의 소중한 의견을 듣고자 만족도 조사를 진행하오니 많은 참여 부탁드립니다 😊 일시 : 9/21 ~ 10/8	참치당근죽	시리얼/우유②	♣배 /떠먹는요구르트②		♣단감		
점 심		기장밥 맑은미역국⑤⑥ 닭살갓잎볶음⑤⑥⑮ 도토리묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	소고기자장밥 ①⑤⑥⑩⑮⑯⑰ (송송) 스크램블에그①②⑤ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 애호박된장국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 구이김 깍두기⑨		된장마파두부덮밥 ⑤⑥⑩ 콩나물국⑤ 배추김치⑨		
오후간식		♣찐고구마/우유②	물만두⑤⑥⑩⑯⑰	양파크림스프②		우유②		
열량(kcal)/단백질(g)		710/32	672/26(711/27)	631/26		512/21		
일 자	12(월)가통Day	13(화)	14(수) ★생일식단★	15(목)	16(금)	17(토)		
오전간식	♣바나나	삼색채소죽	♣(자른)샤인머스켓	♣사과/치즈②	♣키위	♣배		
점 심	수수밥 달걀국① 돼지고기숙주볶음 ⑤⑥⑯ 청경채무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 무채국⑤⑥ 토마토찜닭⑤⑥⑯⑰ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 홍합살미역국⑤⑥⑯ 소불고기⑤⑥⑯ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 닭곰탕⑮ 두부부침⑤⑥ 김자반⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 어묵국⑤⑥ 달걀찜① 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨	돈육카레라이스 ①⑤⑥⑩⑯⑰⑱ 미역국⑤⑥ 배추김치⑨		
오후간식	(견과)화케이크 ①②⑤⑥⑭/우유②	♣찐단호박/우유②	케이크①②⑤⑥⑩ /우유②	잔치국수⑤⑥	마들렌①②⑤⑥ /우유②	우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	669/27	658/28	670/26	631/23	605/21	505/25		
일 자	19(월)상경Day1	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)		
오전간식	♣오렌지	청경채죽⑤⑥	두유⑤	♣파프리카스틱 /떠먹는요구르트②	♣단감	♣토마토⑫		
점 심	흑미밥 순두부백탕[0.4%]⑤ 돼지고기배추찜 ⑤⑥⑯ 애호박나물⑤⑥ 무초절임	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림 ⑤⑥⑰⑱ 참나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	두부달걀소보로덮밥 ①⑤⑥ 버섯양파국 미역줄기나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 얼갈이된장국⑤⑥ 너비아니구이 ⑤⑥⑩⑯ 오이나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 우동국⑤⑥ (달걀카레구이 ①⑤⑥⑩⑯⑰⑱) 고사리나물⑤⑥ 배추김치⑨	달걀대파볶음밥①⑤⑥ 미소장국⑤⑥ 배추김치⑨		
오후간식	고구마맛탕⑤/우유②	♣찐감자/우유②	부추전⑤⑥/보리차	브로콜리스프②	핑거스틱빵①②⑤⑥ /우유②	우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	640/26	644/29	619/21	655/24	695/32	467/20		
일 자	26(월)	27(화)	28(수)푸드브릿지Day	29(목)	30(금)	31(토)		
오전간식	♣바나나	김가루채소죽⑤⑥	시리얼/우유②	♣배	♣굴	♣사과		
점 심	기장밥 콩비지찌개⑤⑨ 닭고기가지볶음⑤⑥⑯ 근대나물⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 달걀팥국① (돈육시래기조림⑤⑥⑩) 숙주무침 배추김치⑨	소고기연근밥+양념장 ⑤⑥⑯ 콩나물국⑤ 연두부샐러드 +오리엔탈드레싱⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 버섯된장국⑤⑥ 돈육갈비찜⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 새우살미역국⑤⑥⑨ 간장오리불고기⑤⑥ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	닭살마요덮밥 ①⑤⑥⑰⑱ 우거지된장국⑤⑥ 깍두기⑨		
오후간식	오일스파게티⑥ /액상요구르트②	♣찐고구마/우유②	치즈주먹밥②⑤ /보리차	삶은달걀①/우유②	곡물식빵①②⑤⑥ /우유②	우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	649/25	688/27	701/27	636/29	628/28	489/27		
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개 류(굴, 전복, 홍합 포함) ㉑잣 ※ ㉒아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.							
원산지 표시	배추김치	쌀 (밥/죽)	콩		소고기	돼지고기	닭고기	오리고기
	배추(국내산) 고춧가루(국내산)	백미(국내산) 흑미(국내산)	두부(국내산) 순두부(국내산)	콩비지(국내산) 연두부(국내산)	한우(국내산)	국내산	국내산	국내산
	동그랑땡전(완자)		참치당근죽(참치)		너비아니구이			
	돼지고기(국내산) 닭고기(국내산)		가다랑어(원양산)		돼지고기(국내산) 닭고기(국내산)			

일 자		표준조리법		1(목)	2(금)	3(토)		
오전간식				♣ 토마토⑫/치즈②	✔ ♣ 자른샤인머스켓			
점 심				흑미밥 수제비국⑥ ✔ 돼지고기/피망볶음⑤ ⑥⑬ 브로콜리무침 ✔ 배추김치⑨	수수밥 감자된장국⑤⑥ (동그랑땡전①⑤⑥⑩) 배추나물⑤⑥ ✔ 깍두기⑨			
오후간식			이달의 푸드브릿지		✔ 간장비빔국수⑤⑥ /보리차		후레쉬번①②⑤⑥ /우유②	
열량(kcal)/단백질(g)			연근 		431/18		426/18	
일 자	5(월)	6(화)	7(수) 상점Day2	8(목)	9(금)	10(토)		
오전간식	 정보제공(식단 등)에 대한 보호자의 소중한 의견을 듣고자 만족도 조사를 진행하오니 많은 참여 부탁드립니다 😊 일시 : 9/21 ~ 10/8	참치당근죽	시리얼/우유②	♣ 배 /떠먹는요구르트②		♣ 단감		
점 심		기장밥 맑은미역국⑤⑥ 달걀갯잎볶음⑤⑥⑬ ✔ 도토리묵무침⑤⑥ ✔ 배추김치⑨	소고기자장밥 ①⑤⑥⑩⑬⑮⑯ (송어) 스크램블에그①②⑤ 얼갈이나물⑤⑥ ✔ 깍두기⑨	백미밥 애호박된장국⑤⑥ 돈육볼고기⑤⑥⑩ 구이김 ✔ 깍두기⑨		된장마파두부덮밥 ⑤⑥⑩ ✔ 콩나물국⑤ ✔ 배추김치⑨		
오후간식		♣ 찐고구마/우유②	물만두⑤⑥⑩⑬⑯	양파크림스프②		우유②		
열량(kcal)/단백질(g)		462/21	437/17(462/28)	410/17		333/14		
일 자	12(월) 가동Day	13(화)	14(수) ★생일식단★	15(목)		16(금)	17(토)	
오전간식	♣ 바나나	삼색채소죽	✔ ♣ 자른샤인머스켓	♣ 사과/치즈②	♣ 키위	♣ 배		
점 심	수수밥 달걀국① 돼지고기숙주볶음 ⑤⑥⑬ 청경채무침⑤⑥ ✔ 깍두기⑨	백미밥 무채국⑤⑥ 토마토찜닭⑤⑥⑫⑮ ✔ 버섯나물⑤⑥ ✔ 배추김치⑨	백미밥 홍합살미역국⑤⑥⑮ 소불고기⑤⑥⑬ ✔ 콩나물무침⑤⑥ ✔ 배추김치⑨	흑미밥 달콤탕⑮ 두부부침⑤⑥ 김자반⑤⑥ ✔ 깍두기⑨	기장밥 어묵국⑤⑥ 달걀찜① 가지나물⑤⑥ ✔ 배추김치⑨	돈육카레라이스 ①⑤⑥⑩⑫⑮⑯ 미역국⑤⑥ ✔ 배추김치⑨		
오후간식	(✔ 견과) 핫케이크 ①②⑤⑥⑬/우유②	♣ 찐단호박/우유②	케이크①②⑤⑥⑩ /우유②	✔ 잔치국수⑤⑥	마들렌①②⑤⑥ /우유②	우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	435/18	428/18	436/17	410/15	393/14	328/16		
일 자	19(월) 상점Day1	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)		
오전간식	♣ 오렌지	청경채죽⑤⑥	두유⑤	✔ ♣ 파프리카스틱 /떠먹는요구르트②	♣ 단감	♣ 토마토⑫		
점 심	흑미밥 순두부백탕[0.4%]⑤ 돼지고기배추찜 ⑤⑥⑬ 애호박나물⑤⑥ 무초절임	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 달걀데리야끼조림 ⑤⑥⑮⑯ 참나물무침⑤⑥ ✔ 깍두기⑨	두부달걀소보로덮밥 ①⑤⑥ ✔ 버섯양파국 ⑤⑥⑬ ✔ 미역줄기나물⑤⑥ ✔ 배추김치⑨	기장밥 얼갈이된장국⑤⑥ 너비아니구이 ⑤⑥⑩⑫⑮⑯ ✔ 오이나물⑤⑥ ✔ 깍두기⑨	수수밥 ✔ 우동국⑤⑥ (달걀카레구이) ①⑤⑥⑩⑫⑮⑯ ✔ 고사리나물⑤⑥ ✔ 배추김치⑨	달걀대파볶음밥①⑤⑥ 미소장국⑤⑥ ✔ 배추김치⑨		
오후간식	✔ 고구마맛탕⑤ /우유②	♣ 찐감자/우유②	✔ 부추전⑤⑥/보리차	브로콜리스프②	핑거스틱빵①②⑤⑥ /우유②	우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	416/17	419/19	402/14	426/16	452/21	304/13		
일 자	26(월)	27(화)	28(수) 푸드브릿지Day	29(목)	30(금)	31(토)		
오전간식	♣ 바나나	김가루채소죽⑤⑥	시리얼/우유②	♣ 배	♣ 굴	♣ 사과		
점 심	기장밥 콩비지찌개⑤⑨ 닭고기가지볶음⑤⑥⑬ 근대나물⑤⑥ ✔ 깍두기⑨	흑미밥 달걀팥국① (✔ 돈육사래기조림⑤⑥⑩) 숙주무침 ✔ 배추김치⑨	✔ 소고기연근밥 +양념장⑤⑥⑬ ✔ 콩나물국⑤ 연두부샐러드 +오리엔탈드레싱⑤⑥ ✔ 깍두기⑨	백미밥 ✔ 버섯된장국⑤⑥ 돈육갈비찜⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ ✔ 배추김치⑨	수수밥 ✔ 새우살미역국⑤⑥⑨ 간장오리불고기⑤⑥ 양배추나물⑤⑥ ✔ 깍두기⑨	달걀마요덮밥 ①⑤⑥⑮⑯ 우거지된장국⑤⑥ ✔ 깍두기⑨		
오후간식	오일스파게티⑥ /액상요구르트②	♣ 찐고구마/우유②	치즈주먹밥②⑤ /보리차	삶은달걀①/우유②	곡물식빵①②⑤⑥ /우유②	우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	422/16	447/18	456/18	413/19	408/18	318/18		
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮달걀 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲젓 ※ ㉠야황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.							
안내사항	- ✔는 연령(1-2세) 특성에 따른 배식 및 조리 시 주의가 필요한 메뉴 표시 - ✔배추김치, ✔깍두기는 고통가루를 소량 첨가하거나 넣지 않은 김치를 의미							
원산지 표시	배추김치	쌀 (밥/죽)	콩		소고기	돼지고기	닭고기	오리고기
	배추(국내산) 고춧가루(국내산)	백미(국내산) 흑미(국내산)	두부(국내산) 순두부(국내산)	콩비지(국내산) 연두부(국내산)	한우(국내산)	국내산	국내산	국내산
	동그랑땡전(완자)		참치당근죽(참치)		너비아니구이			
	돼지고기(국내산) 닭고기(국내산)		가다랑어(원양산)		돼지고기(국내산) 닭고기(국내산)			