

일 자		표준조리법		1(목)	2(금)	3(토)
오전간식				토마토 ¹² /치즈 ²	바나나	
점 심				흑미밥 수제비국 ⁶ 소고기피망볶음 ^{5⑥⑬} 브로콜리무침 배추김치 ⁹	수수밥 감자된장국 ^{5⑥} 동태살전 ^{1⑤⑥} 배추나물 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	
오후간식				간장비빔국수 ^{5⑥} /보리차	모닝빵 ^{1②⑤⑥} /우유 ²	
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		두부당근죽	시리얼/우유 ²	배 /떠먹는요구르트 ²		단감
점 심	 정보제공(식단 등)에 대한 보호자의 소중한 의견을 듣고자 만족도 조사를 진행하오니 많은 참여 부탁드립니다 일시 : 9/21 ~ 10/8	기장밥 맑은미역국 ^{5⑥} 닭살갓잎볶음 ^{5⑥⑬} 도토리묵무침 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	소고기자장밥 ①⑤⑥⑩⑬⑮⑯ 스크램블에그 ^{①②⑤} 얼갈이나물 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	백미밥 애호박된장국 ^{5⑥} 돈육볼고기 ^{5⑥⑩} 구이김 깍두기 ⁹		된장마파두부덮밥 ⑤⑥⑩ 콩나물국 ⁵ 배추김치 ⁹
오후간식		찐고구마/우유 ²	물만두 ^{5⑥⑩⑬⑯}	양파크림스프 ²		
열량(kcal)/단백질(g)		710/32	672/26	631/26		512/21
일 자	12(월) 가통Day	13(화)	14(수) ★생일★	15(목)	16(금)	17(토)
오전간식	바나나	삼색채소죽	미숫가루/우유 ²	사과/치즈 ²	키위	배
점 심	수수밥 달걀국 ^① 소고기숙주볶음 ^{5⑥⑬} 청경채무침 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	백미밥 무채국 ^{5⑥} 토마토찜닭 ^{5⑥⑬⑮} 버섯나물 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	백미밥 홍합살미역국 ^{5⑥⑬} 소불고기 ^{5⑥⑬} 콩나물무침 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	흑미밥 닭곰탕 ^⑮ 두부부침 ^{5⑥} 김자반 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	기장밥 어묵국 ^{5⑥} 달걀찜 ^① 가지나물 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	돈육카레라이스 ①⑤⑥⑩⑬⑮⑯ 미역국 ^{5⑥} 배추김치 ⁹
오후간식	한케이크 ^{①②⑤⑥⑬} /우유 ²	찐단호박/우유 ²	롤케이크 ^{①②⑤⑥⑩} /우유 ²	잔치국수 ^{5⑥}	머핀 ^{①②⑤⑥} /우유 ²	
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	청경채죽 ^{5⑥}	칼슘두유 ⁵	파프리카스틱 /떠먹는요구르트 ²	토마토 ¹²	단감
점 심	흑미밥 순두부백탕 ^{0.4%} ^⑤ 소고기배추찜 ^{5⑥⑬} 애호박나물 ^{5⑥} 무조절임	백미밥 아욱된장국 ^{5⑥} 닭살데리야끼조림 ^{5⑥⑬⑮} 참나물무침 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	두부달걀소보로덮밥 ①⑤⑥ 버섯양파국 미역줄기나물 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	기장밥 얼갈이된장국 ^{5⑥} 너비아니구이 ^{5⑥⑩⑬} 오이나물 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	수수밥 우동국 ^{5⑥} 닭살카레구이 ^{①⑤⑥⑩⑬⑮⑯} 고사리나물 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	달걀대파볶음밥 ^{①⑤⑥} 미소장국 ^{5⑥} 배추김치 ⁹
오후간식	고구마맛탕 ⁵ /우유 ²	찐감자/우유 ²	부추전 ^{5⑥} /보리차	브로콜리스프 ²	핑거스틱빵 ^{①②⑤⑥} /우유 ²	
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	김가루채소죽 ^{5⑥}	시리얼/우유 ²	배	사과	굴
점 심	기장밥 콩비지찌개 ^{5⑨} 소고기가지볶음 ^{5⑥⑬} 근대나물 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	흑미밥 달걀찜국 ^① 삼치시래기조림 ^{5⑥} 숙주무침 배추김치 ⁹	소고기연근밥+양념장 5⑥⑬ 콩나물국 ⁵ 연두부샐러드 +오리엔탈드레싱 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	백미밥 버섯된장국 ^{5⑥} 돈육갈비찜 ^{5⑥⑩} 시금치나물 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	수수밥 두부미역국 ^{5⑥} 간장오리불고기 ^{5⑥} 양배추나물 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	닭살마요덮밥 ①⑤⑥⑬⑮ 우거지된장국 ^{5⑥} 깍두기 ⁹
오후간식	오일스파게티 ^⑥ /액상요구르트 ²	찐고구마/우유 ²	치즈주먹밥 ^{②⑤} /보리차	삶은달걀 ^① /우유 ²	곡물식빵 ^{①②⑤⑥} /우유 ²	
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 ⑰조지방 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 ※ ㉠아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.					
원산지 표시	배추김치	쌀 (밥/죽)	콩	소고기	돼지고기	
	배추(국내산) 고춧가루(국내산)	백미(국내산) 흑미(국내산)	두부(국내산) 연두부(국내산) 순두부(국내산)	(국내산) [한우]	국내산	
	동태	닭고기	오리고기	너비아니구이		
	러시아산	국내산	국내산	돼지고기(국내산)		

일 자		표준조리법		1(목)	2(금)	3(토)
오전간식			발행일 : 2026.9.18. 발행처 : 영양기획팀	토마토⑫/치즈②	바나나	
점 심				흑미밥 수제비국⑥ 소고기파망부름⑤⑥⑬ 브로콜리무침 배추김치⑨	수수밥 감자된장국⑤⑥ 동태살전①⑤⑥ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식				간장비빔국수⑤⑥ /보리차	모닝빵①②⑤⑥ /우유②	
열량(kcal)/단백질(g)				431/18	426/18	
일 자	5(월)	6(화)	7(수) 상경Day2	8(목)	9(금)	10(토)
오전간식		두부당근죽	시리얼/우유②	배 /떠먹는요구르트②		단감
점 심	 정보제공(식단 등)에 대한 보호자의 소중한 의견을 듣고자 만족도 조사를 진행하오니 많은 참여 부탁드립니다 😊 일시 : 9/21~10/8	기장밥 맑은미역국⑤⑥ 닭살깨요볶음⑤⑥⑬ 도토리묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	소고기자장밥 ①⑤⑥⑩⑬⑮⑯ 스크램블에그①②⑤ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 애호박된장국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 구이김 깍두기⑨		된장마파두부덮밥 ⑤⑥⑩ 콩나물국⑤ 배추김치⑨
오후간식		찐고구마/우유②	물만두⑤⑥⑩⑬⑮	양파크림스프②		
열량(kcal)/단백질(g)		462/21	437/17	410/17		333/14
일 자	12(월) 가통Day	13(화)	14(수) ★생일★	15(목)	16(금)	17(토)
오전간식	바나나	삼색채소죽	미숫가루⑤/우유②	사과/치즈②	키위	배
점 심	수수밥 달걀국① 소고기숙주볶음⑤⑥⑬ 청경채무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 무채국⑤⑥ 토마토찜닭⑤⑥⑬⑮ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 홍합살미역국⑤⑥⑮ 소불고기⑤⑥⑬ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 닭곰탕⑮ 두부부침⑤⑥ 김자반⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 어묵국⑤⑥ 달걀찜① 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨	돈육카레라이스 ①⑤⑥⑩⑬⑮⑯ 미역국⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	한케이크①②⑤⑥⑬ /우유②	찐단호박/우유②	롤케이크①②⑤⑥⑩ /우유②	잔치국수⑤⑥	머핀①②⑤⑥ /우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	435/18	428/18	436/17	410/15	393/14	328/16
일 자	19(월) 상경Day1	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)
오전간식	오렌지	청경채죽⑤⑥	칼슘두유⑤	파프리카스틱 /떠먹는요구르트②	토마토⑫	단감
점 심	흑미밥 순두부백탕⑦⑫⑭ 소고기배추찜⑤⑥⑬ 애호박나물⑤⑥ 무초절임	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림 ⑤⑥⑬⑮ 참나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	두부달걀소보로덮밥 ①⑤⑥ 버섯양파국 미역줄기나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 얼갈이된장국⑤⑥ 너비아니구이 ⑤⑥⑩⑬ 오이나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 우동국⑤⑥ 닭살카레구이 ①⑤⑥⑩⑬⑮⑯ 고사리나물⑤⑥ 배추김치⑨	달걀대파볶음밥①⑤⑥ 미소장국⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	고구마맛탕⑤ /우유②	찐감자/우유②	부추전⑤⑥/보리차	브로콜리스프②	핑거스틱빵①②⑤⑥ /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	사과	굴
점 심	기장밥 콩비지찌개⑤⑨ 소고기가지볶음⑤⑥⑬ 근대나물⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 달걀찜국① 삼치시래기조림⑤⑥ 숙주무침 배추김치⑨	소고기연근밥 +양념장⑤⑥⑬ 콩나물국 연두부샐러드 +오리엔탈드레싱⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 버섯된장국⑤⑥ 돈육갈비찜⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 두부미역국⑤⑥ 간장오리불고기⑤⑥ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	닭살마요덮밥 ①⑤⑥⑬⑮ 우거지된장국⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	오일스파게티⑥ /액상요구르트②	찐고구마/우유②	치즈주먹밥②⑤ /보리차	삶은달걀①/우유②	곡물식빵①②⑤⑥ /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 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰조지방 ⑱조개 류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲자 * ⑳아황산류는 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 고춧가루를 소량 첨가하거나 넣지 않은 김치를 의미					
원산지 표시	배추김치	쌀 (밥/죽)	콩	소고기	돼지고기	
	배추(국내산) 고춧가루(국내산)	백미(국내산) 흑미(국내산)	두부(국내산) 연두부(국내산) 순두부(국내산)	(국내산) [한우]	국내산	
	동태	닭고기	오리고기	너비아니구이		
	러시아산	국내산	국내산	돼지고기(국내산)		