

일 자	8/31(월)			★생일식단★	표준조리법	1(토)	
오전간식	♣배			♣멜론			
점 심	백미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 간장제육볶음⑤⑥⑩ 오이나물⑤⑥ 백각두기⑨			백미밥 두부미역국⑤⑥ 돈육갈비찜⑤⑥⑩ 콩나물볶음⑤⑥ 백김치⑨			
오후간식	썩갠전①⑤⑥ /액상요구르트②			(롤)케이크①②⑤⑥⑩ /우유②	이달의 푸드브릿지		
열량(kcal)/단백질(g)	406/14			452/18	열무		
일 자	3(월)	4(화)	5(수)	6(목)	7(금)	8(토)	
오전간식	♣바나나	김가루채소죽⑤⑥	미숫가루⑤/우유②	브로콜리죽/치즈②	♣자두		
점 심	백미밥 맑은미역국⑤⑥ 닭살시래기조림 ⑤⑥⑬ 양배추나물⑤⑥ 백각두기⑨	백미밥 들깨두부국⑤⑥ 돈육목살구이⑩ 청경채무침⑤⑥ 백김치⑨	오므라이스 ①②⑤⑥⑬ 소고기뭇국⑩ 애호박나물⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 배추된장국⑤⑥ 간장오리불고기⑤⑥ 버섯나물⑤⑥ 백각두기⑨	기장밥 소고기대파국⑬ 토마토달걀볶음①⑤⑬ 가지나물⑤⑥ 백각두기⑨		
오후간식	프렌치토스트①②⑤⑥ /우유②	♣찐단호박/우유②	오이비빔국수⑤⑥	다진돈육주먹반⑤⑩ /보리차	카스테라①②⑤⑥ /우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	436/21	404/19	446/17	471/18	391/16		
일 자	10(월)	11(화)	12(수)	13(목)	14(금) 푸드브릿지Day	15(토)	
오전간식	♣키위	삼색채소죽	칼슘두유⑤	크림스프② (+모닝빵①②⑤⑥)	♣(천도)복숭아⑪		
점 심	백미밥 유부된장국⑤⑥ 동그랑땡전①⑤⑥⑩ 얼갈이나물⑤⑥ 백각두기⑨	백미밥 콩나물국⑤ 간장닭볶음탕⑤⑥⑬ 김자반⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 소고기채소볶음⑤⑥⑬ 도토리묵무침⑤⑥ 백각두기⑨	백미밥 달걀팥국① 돈육무조림⑤⑥⑩ 근대나물⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 닭곰탕⑬ 두부조림⑤⑥ 열무된장무침⑤⑥ 백김치⑨		
오후간식	삶은달걀①/우유②	♣찐감자/우유②	채소주먹밥⑤+치즈② /보리차	♣당근스틱 /떠먹는요구르트②	핑거스틱빵①②⑤⑥ /우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	416/20	398/20	439/20	391/16(422/17)	397/15		
일 자	17(월)	18(화)	19(수) 가동Day	20(목)	21(금) 성경Day1		22(토)
오전간식		달걀죽①	시리얼/우유②	콩나물죽⑤⑥	♣바나나		
점 심		백미밥 소고기미역국⑤⑥⑬ 돈육피망볶음⑤⑥⑩ 숙주나물⑤⑥ 백각두기⑨	백미밥 청경채된장국⑤⑥ 닭살장조림⑤⑥⑬ 표고버섯전①⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 수제비국⑥ 소고기애호박볶음 ⑤⑥⑬ 참나물유자청무침⑤⑥ 백각두기⑨	백미밥 순두부백탕⑤⑬⑭ 깻잎달걀말이①⑤ 브로콜리무침 양배추초절임		
오후간식		♣찐고구마/우유②	물만두⑤⑥⑩⑬⑭	자장면①⑤⑥⑩⑬⑭⑯ /액상요구르트②	식빵+딸기잼①②⑤⑥ /우유②		
열량(kcal)/단백질(g)		449/18	465/22	457/16	422/15		
일 자	24(월) 푸드브릿지Day	25(화)	26(수) 성경Day2	27(목)	28(금)	29(토)	
오전간식	♣토마토⑫/치즈②	두부아욱죽⑤⑥	미숫가루⑤/우유②	참깨미역죽⑤⑥	♣자른포도		
점 심	백미밥 감자된장국⑤⑥ 떡갈비조림⑤⑥⑩ 미역줄기나물⑤⑥ 백각두기⑨	백미밥 우동국⑤⑥ 닭살데리야끼구이 ⑤⑥⑬ 우엉채조림⑤⑥ 백김치⑨	돈육하이라이스 ②⑤⑥⑩⑬⑭⑯ (송어) 스크램블에그①②⑤ 배추나물⑤⑥ 백각두기⑨	백미밥 어묵국⑤⑥ 소고기잡채⑤⑥⑬ 콩나물무침⑤⑥ 백김치⑨	기장밥 달걀버섯국① 된장마파두부⑤⑥ 들깨무나물⑤⑥ 백김치⑨		
오후간식	소고기열무주먹밥 ⑤⑥⑬/보리차	♣찐단호박/우유②	쌀국수⑤⑥	♣파프리카스틱 /떠먹는요구르트②	단팥빵①②⑤⑥ /우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	432/18	450/21	437/20(463/20)	407/17	406/15		
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮달고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개 류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 ※ ⑳야생산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.						
원 산 지 표 시	백김치	쌀 (밥/죽)	콩	소고기	돼지고기	닭고기	오리고기
	배추(국내산)	백미(국내산)	두부(국내산) 순두부(국내산)	국내산 [한우] *국내산 해당	국내산	국내산	국내산
	동그랑땡전(완자)	떡갈비조림(떡갈비)					
	소고기(국내산) 돼지고기(국내산)	소고기(국내산) 돼지고기(국내산)					