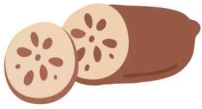
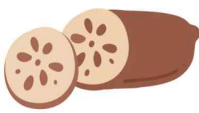


일 자	이달의 푸드브릿지	표준조리법		1(목)	2(금)
오전간식				♣ 토마토⑫/치즈②	✓♣ 자른샤인머스켓
점 심	 연근			흑미밥 수제비국⑥ ✓ 소고기띠망북음⑤⑥⑩ 브로콜리무침 ✓ 백김치⑨	수수밥 감자된장국⑤⑥ 동그랑땡전①⑤⑥⑩ 배추나물⑤⑥ ✓ 백각두기⑨
오후간식				✓ 간장비빔국수⑤⑥ /보리차	후레쉬번①②⑤⑥ /우유②
열량(kcal)/단백질(g)				431/18	426/18
일 자	5(월)	6(화)	7(수)	8(목)	9(금)
오전간식	 정보제공(식단 등)에 대한 보호자의 소중한 의견을 듣고자 만족도 조사를 진행하오니 많은 참여 부탁드립니다 😊 일시 : 9/21~10/8	참치당근죽	시리얼/우유②	♣ 배 /떠먹는요구르트②	
점 심		기장밥 맑은미역국⑤⑥ 닭살갓잎볶음⑤⑥⑩ ✓ 도토리묵무침⑤⑥ ✓ 백김치⑨	소고기자장밥 ①⑤⑥⑩⑫⑫⑫⑫ 스크램블에그①②⑤ 얼갈이나물⑤⑥ ✓ 백각두기⑨	백미밥 애호박된장국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 구이김 ✓ 백각두기⑨	
오후간식		♣ 찐고구마/우유②	물만두⑤⑥⑩⑫⑫⑫	양파크림스프②	
열량(kcal)/단백질(g)		462/21	437/17(462/28)	410/17	
일 자	12(월) 가동Day	13(화)	14(수) 푸드브릿지Day	15(목) ★생일식단★	16(금)
오전간식	♣ 바나나	삼색채소죽	미숫가루⑤/우유②	✓♣ 자른샤인머스켓	♣ 키위
점 심	수수밥 달걀국① 소고기숙주볶음⑤⑥⑩ 청경채무침⑤⑥ ✓ 백각두기⑨	백미밥 무채국⑤⑥ 토마토찜닭⑤⑥⑫⑫ ✓ 버섯나물⑤⑥ ✓ 백김치⑨	돈육채소볶음밥⑤⑥⑩ 근대된장국⑤⑥ ✓ 연근흑임자소스무침 ①⑤⑥ ✓ 백각두기⑨	백미밥 두부미역국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑫ ✓ 콩나물무침⑤⑥ ✓ 백김치⑨	기장밥 어묵국⑤⑥ 달걀찜① 가지나물⑤⑥ ✓ 백김치⑨
오후간식	한케이크①②⑤⑥⑫ /우유②	♣ 찐단호박/우유②	다진유부주먹밥⑤⑥ /보리차	롤케이크①②⑤⑥⑩ /우유②	마들렌①②⑤⑥ /우유②
열량(kcal)/단백질(g)	435/18	428/18	463/18	436/17	393/14
일 자	19(월) 성경Day1	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)
오전간식	♣ 오렌지	청경채죽⑤⑥	칼슘두유⑤	✓♣ 파프리카스틱 /떠먹는요구르트②	♣ 단감
점 심	흑미밥 순두부백림[0.4%]⑤ 소고기배추찜⑤⑥⑫ 애호박나물⑤⑥ 무초절임	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림 ⑤⑥⑫⑫ 참나물무침⑤⑥ ✓ 백각두기⑨	두부달걀소보로덮밥①⑤ ⑥ ✓ 버섯양파국 ✓ 미역줄기나물⑤⑥ ✓ 백김치⑨	기장밥 얼갈이된장국⑤⑥ 너비아니구이 ⑤⑥⑫⑫ ✓ 오이나물⑤⑥ ✓ 백각두기⑨	수수밥 ✓ 우동국⑤⑥ 닭살카레구이 ①⑤⑥⑩⑫⑫⑫⑫ ✓ 고사리나물⑤⑥ ✓ 백김치⑨
오후간식	✓ 고구마탕⑤ /우유②	♣ 찐감자/우유②	✓ 부추전⑤⑥/보리차	브로콜리스프②	핑거스틱빵①②⑤⑥ /우유②
열량(kcal)/단백질(g)	416/17	419/19	402/14	426/16	452/21
일 자	26(월)	27(화)	28(수) 푸드브릿지Day	29(목)	30(금)
오전간식	♣ 바나나	김가루채소죽⑤⑥	시리얼/우유②	♣ 배	
점 심	기장밥 콩비지찌개⑤⑨ 소고기가지볶음⑤⑥⑫ 근대나물⑤⑥ ✓ 백각두기⑨	흑미밥 달걀팥국① ✓ 삼치시래기조림⑤⑥ 숙주무침 ✓ 백김치⑨	✓ 소고기연근밥 +양념장⑤⑥⑫ ✓ 콩나물국⑤ 연두부샐러드 +오리엔탈드레싱⑤⑥ ✓ 백각두기⑨	백미밥 ✓ 버섯된장국⑤⑥ 돈육갈비찜⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ ✓ 백김치⑨	2학기 부모 참여수업 '꿈별 가족 한마음 운동회'
오후간식	크림스파게티②⑥ /액상요구르트②	♣ 찐고구마/우유②	치즈주먹밥②⑤ /보리차	삶은달걀④/우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	422/16	447/18	456/18	413/19	
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개 류(굴, 진표, 홍합 포함) ⑳웃 ※ ㉑야생산류는 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	김치	쌀 (밥/죽)	콩		소고기
	배추 (국내산) 무 (국내산)	백미 (국내산) 흑미 (국내산)	두 부 (국내산) 순두부 (국내산)	콩비지 (국내산) 연두부 (국내산)	국내산 [한우] *국내산 해당
	닭고기	오리고기	동그랑땡전(완자)	참치당근죽(참치)	너비아니구이
	국내산	국내산	닭 고 기 (국내산) 돼지고기 (국내산)	가다랑어 (원양산:태평양)	닭 고 기 (국내산) 돼지고기 (국내산)

일 자	이달의 푸드브릿지	표준조리법		1(목)	2(금)
오전간식				🍀 토마토⑫/치즈②	🍀 (자른)샤인머스켓
점 심				흑미밥 수제비국⑥ 소고기피망볶음⑤⑥⑩ 브로콜리무침 백김치⑨	수수밥 감자된장국⑤⑥ 동그랑땡전①⑤⑥⑩ 배추나물⑤⑥ 백깍두기⑨
오후간식	연근			간장비빔국수⑤⑥ /보리차	후레쉬번①②⑤⑥ /우유②
열량(kcal)/단백질(g)				663/28	656/28
일 자	5(월)	6(화)	7(수)	8(목)	9(금)
오전간식		참치당근죽	시리얼/우유②	🍀 배 /떠먹는요구르트②	
점 심	정보제공(식단 등)에 대한 보호자의 소중한 의견을 듣고자 만족도 조사를 진행하오니 많은 참여 부탁드립니다 😊 일시 : 9/21~10/8	기장밥 맑은미역국⑤⑥ 닭살깨워볶음⑤⑥⑩ 도토리묵무침⑤⑥ 백김치⑨	소고기자장밥 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 스크램블에그①②⑤ 얼갈이나물⑤⑥ 백깍두기⑨	백미밥 애호박된장국⑤⑥ 돈육볼고기⑤⑥⑩ 구이김 백깍두기⑨	
오후간식		🍀 찐고구마/우유②	물만두⑤⑥⑩⑫⑬⑮	양파크림스프②	
열량(kcal)/단백질(g)		710/32	672/26(711/27)	631/26	
일 자	12(월) 가을Day	13(화)	14(수) 푸드브릿지Day	15(목) ★생일식단★	16(금)
오전간식	🍀 바나나	삼색채소죽	미숫가루⑤/우유②	🍀 (자른)샤인머스켓	🍀 키위
점 심	수수밥 달걀국① 소고기숙주볶음⑤⑥⑩ 청경채무침⑤⑥ 백깍두기⑨	백미밥 무채국⑤⑥ 토마토찜닭⑤⑥⑫⑬ 버섯나물⑤⑥ 백김치⑨	돈육채소볶음밥⑤⑥⑩ 근대된장국⑤⑥ 연근숙임자소스무침 ①⑤⑥ 백깍두기⑨	백미밥 두부미역국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤⑥ 백김치⑨	기장밥 어묵국⑤⑥ 달걀찜① 가지나물⑤⑥ 백김치⑨
오후간식	한케이크①②⑤⑥⑫ /우유②	🍀 찐단호박/우유②	다진유부주먹밥⑤⑥ /보리차	롤케이크①②⑤⑥⑩ /우유②	마들렌①②⑤⑥ /우유②
열량(kcal)/단백질(g)	669/27	658/28	713/28	670/26	605/21
일 자	19(월) 상경Day1	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)
오전간식	🍀 오렌지	청경채죽⑤⑥	칼슘두유⑤	🍀 파프리카스틱 /떠먹는요구르트②	🍀 단감
점 심	흑미밥 순두부백탕[0.4%]⑤ 소고기배추찜⑤⑥⑩ 애호박나물⑤⑥ 무초절임	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림 ⑤⑥⑫⑬ 참나물무침⑤⑥ 백깍두기⑨	두부달걀소보로덮밥①⑤ ⑥ 버섯양파국 미역줄기나물⑤⑥ 백김치⑨	기장밥 얼갈이된장국⑤⑥ 너비아니구이 ⑤⑥⑩⑫ 오이나물⑤⑥ 백깍두기⑨	수수밥 우동국⑤⑥ 닭살카레구이 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 고사리나물⑤⑥ 백김치⑨
오후간식	고구마맛탕⑤/우유②	🍀 찐감자/우유②	부추전⑤⑥/보리차	브로콜리스프②	핑거스틱빵①②⑤⑥ /우유②
열량(kcal)/단백질(g)	640/26	644/29	619/21	655/24	695/32
일 자	26(월)	27(화)	28(수) 푸드브릿지Day	29(목)	30(금)
오전간식	🍀 바나나	김가루채소죽⑤⑥	시리얼/우유②	🍀 배	
점 심	기장밥 콩비지찌개⑤⑨ 소고기가지볶음⑤⑥⑩ 근대나물⑤⑥ 백깍두기⑨	흑미밥 달걀찜국① 삼치시래기조림⑤⑥ 숙주무침 백김치⑨	소고기연근밥 +양념장⑤⑥⑩ 콩나물국⑤ 연두부샐러드 +오리엔탈드레싱⑤⑥ 백깍두기⑨	백미밥 버섯된장국⑤⑥ 돈육갈비찜⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 백김치⑨	2학기 부모 참여수업 '곰별 가족 한마음 운동회'
오후간식	크림스파게티②⑥ /액상요구르트②	🍀 찐고구마/우유②	치즈주먹밥②⑤ /보리차	삶은달걀①/우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	649/25	688/27	701/27	636/29	
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대우 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개 류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲자른 * ㉠아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.				
원산지 표시	배추김치	쌀 (밥/죽)	콩		소고기
	배추 (국내산) 무 (국내산)	백미 (국내산) 흑미 (국내산)	두 부 (국내산) 순두부 (국내산)	콩비지 (국내산) 연두부 (국내산)	국내산 [한우] *국내산 해당
	닭고기	오리고기	동그랑땡전(완자)	참치당근죽(참치)	너비아니구이
	국내산	국내산	닭 고 기 (국내산) 돼지고기 (국내산)	가다랑어 (원양산:태평양)	닭 고 기 (국내산) 돼지고기 (국내산)