



요일	월	화	수 (다 먹는 날)	목	금 (삼삼한 날)	토
일자				1 국군의날	2	3 개천절
오전간식	* 이번 달 푸드브릿지 주제는 「단호박」입니다.			방울토마토⑫&우유②		가지채소죽
점심	* 원산지 표시대상 식품 「농수산물의 원산지 표시에 관한 법률 제 5조」 - 쌀(밥, 죽, 누룽지)/ 배추김치의 배추와 고춧가루/ 콩(두부류, 콩비지, 콩국수) - 쇠고기/ 돼지고기/ 닭고기/ 오리고기 및 그 가공품 - 명태/ 오징어/ 고등어/ 쭈꾸미/ 다랑어(참치)/ 낙지/ 꽃게/ 갈치/ 참조개/ 넙치/ 조파볼락/ 참돔/ 미꾸라지/ 뽕장어/ 가리비/ 우렁헝이/ 전복/ 방어 및 부세/ 아귀 및 그 가공품 - 어묵 및 맛살: 연육만 포함된 제품의 경우 원산지 기입 대상이 아님 - 어묵: 명태, 오징어 포함된 제품일 경우 각각의 원산지 기입(3순위까지)			수수밥 애호박새우젓국⑤⑨ 쇠고기사태찜⑤⑥⑫ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨		흑미밥 저염유부맑은국⑤ 간장제육볶음⑤⑥⑫ ★양배추찜&저염쌈장⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식				베이컨크림스파게티②⑥⑫		밤식빵①②⑥&우유②
열량 단백질				406.4 16.9	408.3 18.9	
일자	5 개천절 대체휴무일	6 푸드브릿지1주차	7 국없는날	8 미래밥상	9 한글날	10
오전간식		단호박죽②	씨리얼&우유②	사과&우유②		우유②
점심		차조밥 아욱된장국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 느타리버섯볶음⑤⑥ 깍두기⑨	자장밥⑤⑥⑫ 군만두⑤⑥⑫ 배 배추김치⑨	기장밥 들깨미역국⑤⑥ 임연수양념찜⑤⑥ 숙주당근볶음⑤⑥ 깍두기⑨		달걀채소볶음밥①⑤ 두부된장국⑤⑥ 방울토마토⑫ 배추김치⑨
오후간식		찐고구마&우유②	모닝빵샌드위치①②⑤⑥&보리차	안매운김치볶음밥⑤⑨		미숫가루⑤&우유②
열량 단백질		399.5 12.0	408.2 12.3	401.9 14.7		380.8 14.5
일자	12 채식DAY 푸드브릿지2주차	13	14	15	16 저염밥상	17
오전간식	단감&치즈②	연근채소죽	미숫가루⑤&우유②	파프리카스틱 &떠먹는요구르트②	견과류죽④⑫	우유②
점심	참살현미밥 달걀국① 두부강정④⑤⑥⑫ ★오이나물 깍두기⑨	수수밥 다시마두부무채국⑤ 쇠고기채소조림⑤⑥⑫ ★청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨	달걀숙주볶음밥⑤⑥⑫ 애호박된장국⑤⑥ ★브로콜리흑임자소스 무침①⑤⑥ 방울토마토⑫ 깍두기⑨	흑미밥 건새우대맑은국⑤⑥⑨ 훈제오리양파볶음⑤⑥ ★부추사과무침 배추김치⑨	차조밥 저염버섯들깨탕⑤⑥ 돼지고기양배추볶음⑤⑥⑫ 고구마당근조림⑤⑥ 깍두기⑨	돼지고기채소덮밥⑤⑥⑫ 양배추된장국⑤⑥ 배 배추김치⑨
오후간식	단호박핫케이크①②⑤⑥&우유②	찐감자&우유②	물만두&양념장⑤⑥⑫⑫ &옥수수차	어묵탕⑤⑥	소보로빵①②⑥ &우유②	씨리얼&우유②
열량 단백질	437.8 16.1	401.5 17.0	400.6 19.9	394.4 19.9	437.9 17.0	369.6 14.3
일자	19 미래밥상 푸드브릿지3주차	20	21	22	23	24
오전간식	배&우유②	브로콜리죽	씨리얼&우유②	사과&치즈②	버섯영양죽	우유②
점심	기장밥 콩나물국⑤ 오징어단호박볶음⑤⑥⑫ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨	참살현미밥 시금치된장국⑤⑥ 돼지고기채소구이⑤⑫ ★오리엔탈상추무침⑤⑥ 깍두기⑨	쇠고기무밥⑫ &양념장⑤⑥ 유부양파된장국⑤⑥ 김자반볶음 단감 배추김치⑨	수수밥 달걀맑은국⑤ 스크램블에그①②⑤ ★얼갈이나물 깍두기⑨	흑미밥 저염미역국⑤⑥ 함박스테이크①⑤⑥⑫⑫ ★파프리카오이샐러드② 배추김치⑨	달걀채소볶음밥⑤⑫ 얼갈이된장국⑤⑥ 키위 깍두기⑨
오후간식	잔치국수⑤⑥	찐고구마&우유②	감자당근전①⑤⑥ &동글레차	잔멸치볶음밥⑤	카스텔라①②⑥ &우유②	아몬드슬라이스 &우유②
열량 단백질	406.0 17.4	403.8 14.8	391.3 12.4	417.2 17.2	435.5 15.4	409.1 16.9
일자	26	27 푸드브릿지4주차 채식DAY	28	29 국없는날 저염밥상	30	31
오전간식	바나나&치즈②	누룽지죽	오이스틱 &떠먹는요구르트②	미숫가루⑤&우유②	새우살채소죽⑨	우유②
점심	차조밥 청경채된장국⑤⑥ 쇠고기부추볶음⑤⑥⑫ ★들깨무나물⑤ 배추김치⑨	기장밥 두부맑은국⑤⑥ 달걀장조림①⑤⑥ ★시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	참살현미밥 근대된장국⑤⑥ 두부가스 &소스①⑤⑥⑫ ★브로콜리숙회⑤⑥ 배추김치⑨	불고기양송이덮밥⑤⑥⑫ ★콩나물무침⑤⑥ 굴 깍두기⑨	수수밥 저염감자맑은국⑤⑥ 달걀데리야끼구이⑤⑥⑫ ★애호박나물⑤ 배추김치⑨	마파두부덮밥⑤⑥ 애호박숙주맑은국⑤⑥ 단감 깍두기⑨
오후간식	카레우동⑤⑥	단호박찜&우유②	★참치마요주먹밥①⑤	고구마우유조림② &보리차	단팥빵①②⑤⑥ &우유②	씨리얼&우유②
열량 단백질	423.7 15.2	392.2 12.8	434.6 18.6	393.5 14.1	428.1 16.7	375.7 13.6

원 산 지 표 시	쇠고기 국내산	돼지고기	닭고기	육가공품 사용시 (2~3순위까지 표기)			수산물(국가명)	수산물가공품
				베이컨	훈제오리	함박스테이크	오징어	참치캔
	한우	국내산	국내산	돼지고기:국내산 대두:외국산	오리고기:국내산	돼지고기:국내산 닭고기:국내산	오징어:국내산	가다랑어:원양산
	쌀(밥,죽,누룽지) (백미, 현미, 흑미)	배추김치		콩			*알레르기 안내* ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합포함) ⑲잣 * 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품 에 포함되어 있습니다.	
	국내산	배추(불동, 얼갈이)	고춧가루	두부	순두부	연두부		
국내산		국내산	국내산	국내산	국내산			



요일	월	화	수 (다 먹는 날)	목	금 (삼삼한 날)	토	
일자				1 국군의날	2	3 개천절	
오전간식	* 이번 달 푸드브릿지 주제는 「단호박」입니다.			방울토마토⑫&우유②			
점심	* 원산지 표시대상 식품 「농수산물의 원산지 표시에 관한 법률 제 5조」 - 쌀(밥, 죽, 누룽지)/ 배추김치의 배추와 고춧가루/ 콩(두부류, 콩비지, 콩국수) - 쇠고기/ 돼지고기/ 닭고기/ 오리고기 및 그 가공품 - 명태/ 오징어/ 고등어/ 주꾸미/ 다랑어(참치)/ 낙지/ 꽃게/ 갈치/ 참조기/ 넙치/ 조피볼락/ 참돔/ 미꾸라지/ 뽕장어/ 가리비/ 우렁챙이/ 전복/ 방어 및 부세/ 아귀 및 그 가공품 - 어묵 및 맛살: 연육만 포함된 제품의 경우 원산지 기입 대상이 아님 - 어묵: 명태, 오징어 포함된 제품일 경우 각각의 원산지 기입(3순위까지)			수수밥 애호박새우젓국⑤⑨ 쇠고기사태점⑤⑥⑫ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨			흑미밥 저염유부맑은국⑤ 간장제육볶음⑤⑥⑩ ★양배추찜&저염쌈장⑤⑥ 깍두기⑨
				베이컨크림스파게티②⑥⑩			밤식빵①②⑥&우유②
오후간식				625.2 26.0			628.1 29.1
열량 단백질							
일자	5 개천절 대체휴무일	6 푸드브릿지1주차	7 국없는날	8 미래밥상	9 한글날	10	
오전간식		단호박죽②	씨리얼&우유②	사과&우유②		우유②	
점심		차조밥 아욱된장국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 느타리버섯볶음⑤⑥ 깍두기⑨	자장밥⑤⑥⑩ 군만두⑤⑥⑩ 배 배추김치⑨	기장밥 들깨미역국⑤⑥ 임연수양념점⑤⑥ 숙주당근볶음⑤⑥ 깍두기⑨		달걀채소볶음밥①⑤ 두부된장국⑤⑥ 방울토마토⑫ 배추김치⑨	
오후간식		찐고구마&우유②	모닝빵샌드위치①②⑤⑥&보리차	안매운김치볶음밥⑤⑨		미숫가루⑤&우유②	
열량 단백질		614.6 18.5	628.0 18.9	634.9 24.3		585.9 22.3	
일자	12 채식DAY 푸드브릿지2주차	13	14	15	16 저염밥상	17	
오전간식	단감&치즈②	연근채소죽	미숫가루⑤&우유②	파프리카스틱 &떠먹는요구르트②	견과류죽④⑭	우유②	
점심	참살현미밥 달걀국① 두부강정④⑤⑥⑫ ★오이나물 깍두기⑨	수수밥 다시마두부부채국⑤ 쇠고기채소조림⑤⑥⑫ ★청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨	달걀숙주볶음밥⑤⑥⑫ 애호박된장국⑤⑥ ★브로콜리흑임자소스 무침①⑤⑥ 방울토마토⑫ 깍두기⑨	흑미밥 건새우근대맑은국⑤⑥⑨ 훈제오리양파볶음⑤⑥ ★부추사과무침 배추김치⑨	차조밥 저염버섯들깨탕⑤⑥ 돼지고기양배추볶음⑤⑥⑩ 고구마당근조림⑤⑥ 깍두기⑨	돼지고기채소덮밥⑤⑥⑩ 양배추된장국⑤⑥ 배 배추김치⑨	
오후간식	단호박햇케이크①②⑤⑥&우유②	찐감자&우유②	물만두&양념장⑤⑥⑩⑫ &옥수수차	어묵탕⑤⑥	소보로빵①②&우유②	씨리얼&우유②	
열량 단백질	673.6 24.8	617.7 26.2	616.4 30.6	606.8 30.6	673.7 26.1	568.7 22.0	
일자	19 미래밥상 푸드브릿지3주차	20	21	22	23	24	
오전간식	배&우유②	브로콜리죽	씨리얼&우유②	사과&치즈②	버섯영양죽	우유②	
점심	기장밥 콩나물국⑤ 오징어단호박볶음⑤⑥⑦ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨	참살현미밥 시금치된장국⑤⑥ 돼지고기채소구이⑤⑩ ★오리엔탈상추무침⑤⑥ 깍두기⑨	쇠고기무밥⑥ &양념장⑤⑥ 유부양파된장국⑤⑥ 김자반볶음 단감 배추김치⑨	수수밥 달걀맑은국⑫ 스크램블에그①②⑤ ★열갈이나물 깍두기⑨	흑미밥 저염미역국⑤⑥ 함박스테이크①⑤⑥⑩⑫ ★파프리카오이샐러드② 배추김치⑨	달걀채소볶음밥⑤⑫ 열갈이된장국⑤⑥ 키위 깍두기⑨	
오후간식	잔치국수⑤⑥	찐고구마&우유②	감자당근전①⑤⑥ &동글레차	잔멸치볶음밥⑤	카스텔라①②⑥ &우유②	아몬드슬라이스 &우유②	
열량 단백질	624.7 26.9	621.2 22.8	602.0 19.1	641.9 26.5	670.1 23.7	629.4 26.0	
일자	26	27 푸드브릿지4주차 채식DAY	28	29 국없는날 저염밥상	30	31	
오전간식	바나나&치즈②	누룽지죽	오이스틱 &떠먹는요구르트②	미숫가루⑤&우유②	새우살채소죽⑨	우유②	
점심	차조밥 청경채된장국⑤⑥ 쇠고기부추볶음⑤⑥⑫ ★들깨무나물⑤ 배추김치⑨	기장밥 두부맑은국⑤⑥ 달걀장조림①⑤⑥ ★시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	참살현미밥 근대된장국⑤⑥ 두부가스 &소스①⑤⑥⑫ ★브로콜리숙회⑤⑥ 배추김치⑨	불고기양송이덮밥⑤⑥⑩ ★콩나물무침⑤⑥ 굴 깍두기⑨	수수밥 저염감자맑은국⑤⑥ 달걀데리야끼구이⑤⑥⑫ ★애호박나물⑤ 배추김치⑨	마파두부덮밥⑤⑥ 애호박숙주맑은국⑤⑥ 단감 깍두기⑨	
오후간식	카레우동⑤⑥	단호박찜&우유②	★참치마요주먹밥①⑤	고구마우유조림② &보리차	단팥빵①②⑤⑥ &우유②	씨리얼&우유②	
열량 단백질	651.9 23.4	603.4 19.7	668.7 28.6	605.4 21.7	678.5 26.3	578.0 20.8	

원 산 지 표 시	쇠고기 국내산	돼지고기	닭고기	육가공품 사용시 (2~3순위까지 표기)			수산물(국가명)	수산물가공품
				베이컨	훈제오리	함박스테이크	오징어	참치캔
	한우	국내산	국내산	돼지고기:국내산 대두:외국산	오리고기:국내산	돼지고기:국내산 닭고기:국내산	오징어:국내산	가다랑어:원양산
	쌀(밥,죽,누룽지) (백미, 현미, 흑미)	배추김치		콩			*알레르기 안내* ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합포함) ⑲잣 * 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품 에 포함되어 있습니다.	
	국내산	배추(불동, 열갈이)	고춧가루	두부	순두부	연두부		
국내산		국내산	국내산	국내산	국내산			



요일	월	화	수	목	금	토					
일자				1 국군의날	2	3 개천절					
저녁	* 원산지 표시대상 식품 「농수산물의 원산지 표시에 관한 법률 제 5조」 - 쌀(밥, 죽, 누룽지)/ 배추김치의 배추와 고춧가루/ 콩(두부류, 콩비지, 콩국수) - 쇠고기/ 돼지고기/ 닭고기/ 오리고기 및 그 가공품 - 명태/ 오징어/ 고등어/ 주꾸미/ 다랑어(참치)/ 낙지/ 꽃게/ 갈치/ 참조기/ 넙치/ 조피볼락/ 참돔/ 미꾸라지/ 뽕장어/ 가리비/ 우렁쉥이/ 전복/ 방어 및 부세/ 아귀 및 그 가공품 - 어묵 및 맛살: 연육만 포함된 제품의 경우 원산지 기입 대상이 아님 - 어묵: 명태, 오징어 포함된 제품일 경우 각각의 원산지 기입(3순위까지)			차조밥 감자된장국⑤⑥ 영양달걀찜① 맛살양배추볶음 ①⑤⑥⑧ 깍두기⑨		기장밥 가지된장국⑤⑥ 쇠고기숙주찜 ⑤⑥⑩ ★애호박나물⑤ 배추김치⑨					
				233.9	10.0	239.5	13.0				
열량											
단백질											
일자	5 개천절 대체휴무일	6	7	8	9 한글날	10					
저녁		수수밥 들깨버섯탕⑤ 임연수국이⑤⑥ ★단호박샐러드② 배추김치⑨	백미밥 감자맑은국⑤⑥ 토마토달걀볶음 ①⑤⑩ 잔멸치조림⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 숙주양파맑은국 ⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ ★고구마우유범벅 ② 배추김치⑨		돈육카레라이스 ⑤⑥⑩ 콩나물국⑤ 사과 깍두기⑨					
		243.0	10.3	234.7		10.1	255.7	8.7	220.3	7.3	
열량											
단백질											
일자	12	13	14	15	16	17					
저녁	수수밥 청경채된장국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑩ ★무생채 배추김치⑨	흑미밥 물만둣국 ①⑤⑥⑩⑩ 스크램블에그 ①②⑤ 연근조림⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 돈가스 ⑧소스①⑤⑥⑩⑩ 건새우애호박볶음 ⑤⑥⑨ 배추김치⑨	차조밥 쇠고기부추된장국 ⑤⑥⑩ 두부카레조림⑤⑥ 김구이 깍두기⑨	찹쌀현미밥 순두부맑은국⑤ 어묵파프리카볶음 ⑤⑥ ★브로콜리숙회 ⑤⑥ 배추김치⑨	훈제오리채소볶음 밥⑤ 버섯맑은국 단감 깍두기⑨					
		235.6	10.8	265.5	9.4	253.2	11.8	239.8	8.9	232.4	9.9
열량											
단백질											
일자	19	20	21	22	23	24					
저녁	흑미밥 애호박된장국⑤⑥ 돈육보쌈⑤⑥⑩ ★콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 오징어양파맑은국 ⑤⑥⑩ 달걀장조림①⑤⑥ ★브로콜리깨무침 ①⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 다시마무채맑은국 닭볶음탕⑤⑥⑩ ★시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	찹쌀현미밥 버섯된장국⑤⑥ 두부스테이크 ①⑤⑥ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨	기장밥 근대된장국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑩ ★오이생채 깍두기⑨	두부채소덮밥⑤⑥ 달걀파국① 굴 배추김치⑨					
		235.2	9.4	244.7	11.2	245.4	9.6	255.5	11.1	235.2	9.4
열량											
단백질											
일자	26	27	28	29	30	31					
저녁	수수밥 들깨감자국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ ★청경채나물 깍두기⑨	찹쌀현미밥 시금치된장국⑤⑥ 동그랑땡①⑤⑥⑩ 양송이버섯볶음 ⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 애호박새우젓국 ⑤⑨ 간장제육볶음 ⑤⑥⑩ ★근대나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 콩나물국⑤ 닭살채소볶음 ⑤⑥⑩ ★오이나물 배추김치⑨	차조밥 유부맑은국⑤⑥ 달걀채소말이①⑤ 브로콜리볶음⑤⑥ 깍두기⑨	달걀채소볶음밥 ①⑤⑥ 두부된장국⑤⑥ 사과 배추김치⑨					
		238.6	7.8	243.8	11.3	222.1	11.6	226.0	10.7	218.0	9.5
열량											
단백질											
원산지 표시	쇠고기 국내산	돼지고기	닭고기	육가공품 사용시 (2~3순위까지 표기)			수산물				
				돈가스	훈제오리	동그랑땡	두부스테이크	오징어			
	한우	국내산	국내산	돼지고기:국내산	오리고기:국내산	닭고기:국내산 돼지고기:국내산 대두:외국산	두부:외국산 돼지고기:국내산 닭고기:국내산	국내산			
	쌀 (밥,죽,누룽지) (백미, 현미, 흑미)	배추김치	콩	*알레르기 안내*							
				①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합포함) ⑲잣							
				* 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.							
	국내산	배추 (봄동, 월갈이)	고춧 가루	두부	순두부	연두부					
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산					



요일	월	화	수	목	금	토					
일자				1 국군의날	2	3 개천절					
저녁	* 원산지 표시대상 식품 「농수산물의 원산지 표시에 관한 법률 제 5조」 - 쌀(밥, 죽, 누룽지)/ 배추김치의 배추와 고춧가루/ 콩(두부류, 콩비지, 콩국수) - 쇠고기/ 돼지고기/ 닭고기/ 오리고기 및 그 가공품 - 명태/ 오징어/ 고등어/ 쭈꾸미/ 다랑어(참치)/ 낙지/ 꽃게/ 갈치/ 참조기/ 넙치/ 조피볼락/ 참돔/ 미꾸라지/ 뱀장어/ 가리비/ 우렁챙이/ 전복/ 방어 및 부세/ 아귀 및 그 가공품 - 어육 및 맛살: 연육만 포함된 제품의 경우 원산지 기입 대상이 아님 - 어육: 명태, 오징어에 포함된 제품일 경우 각각의 원산지 기입(3순위까지)			차조밥 감자된장국⑤⑥ 영양달걀찜① 맛살양배추볶음 ①⑤⑥⑧ 깍두기⑨		기장밥 가지된장국⑤⑥ 쇠고기숙주찜 ⑤⑥⑩ ★애호박나물⑤ 배추김치⑨					
				360.0	15.5	368.6	20.1				
열량	단백질										
일자	5 개천절 대체휴무일	6	7	8	9 한글날	10					
저녁		수수밥 들깨버섯탕⑤ 임연수구이⑤⑥ ★단호박샐러드② 배추김치⑨	백미밥 감자맑은국⑤⑥ 토마토달걀볶음 ①⑤⑩ 잔멸치조림⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 숙주양파맑은국 ⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ ★고구마우유범벅 ② 배추김치⑨		돈육카레라이스 ⑤⑥⑩ 콩나물국⑤ 사과 깍두기⑨					
		374.0	16.0	361.1		15.6	393.4	13.5	353.4	11.8	
열량	단백질										
일자	12	13	14	15	16	17					
저녁	수수밥 청경채된장국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑩ ★무생채 배추김치⑨	흑미밥 물만둣국 ①⑤⑥⑩⑩ 스크램블에그 ①②⑤ 연근조림⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 돈가스 &소스①⑤⑥⑩⑩ 건새우애호박볶음 ⑤⑥⑨ 배추김치⑨	차조밥 쇠고기부추된장국 ⑤⑥⑩ 두부카레조림⑤⑥ 김구이 깍두기⑨	참쌀현미밥 순두부맑은국⑤ 어묵파프리카볶음 ⑤⑥ ★브로콜리숙회 ⑤⑥ 배추김치⑨	훈제오리채소볶음 밥⑤ 버섯맑은국 단감 깍두기⑨					
		362.5	16.8	408.5	14.5	389.7	18.2	368.9	13.7	366.9	15.8
열량	단백질										
일자	19	20	21	22	23	24					
저녁	흑미밥 애호박된장국⑤⑥ 돈육보쌈⑤⑥⑩ ★콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 오징어양파맑은국 ⑤⑥⑩ 달걀장조림①⑤⑥ ★브로콜리깨무침 ①⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 다시마무채맑은국 닭볶음탕⑤⑥⑩ ★시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	참쌀현미밥 버섯된장국⑤⑥ 두부스테이크 ①⑤⑥ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨	기장밥 근대된장국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑩ ★오이생채 ⑤⑥ 깍두기⑨	두부채소덮밥⑤⑥ 달걀파국① 굴 배추김치⑨					
		361.9	14.5	376.5	17.3	377.6	14.8	393.2	17.2	361.9	14.5
열량	단백질										
일자	26	27	28	29	30	31					
저녁	수수밥 들깨감자국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ ★청경채나물 깍두기⑨	참쌀현미밥 시금치된장국⑤⑥ 동그랑땡①⑤⑥⑩ 양송이버섯볶음 ⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 애호박새우젓국 ⑤⑨ 간장제육볶음 ⑤⑥⑩ ★근대나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 콩나물국⑤ 닭살채소볶음 ⑤⑥⑩ ★오이나물 배추김치⑨	차조밥 유부맑은국⑤⑥ 달걀채소말이①⑤ 브로콜리볶음⑤⑥ 깍두기⑨	달걀채소볶음밥 ①⑤⑥ 두부된장국⑤⑥ 사과 배추김치⑨					
		367.1	12.1	375.1	17.4	341.6	17.9	347.8	16.4	335.4	14.6
열량	단백질										
원산지 표시	쇠고기 국내산	돼지고기	닭고기	육가공품 사용시 (2~3순위까지 표기)			수산물				
				돈가스	훈제오리	동그랑땡	두부스테이크	오징어			
	한우	국내산	국내산	돼지고기:국내산	오리고기:국내산	닭고기:국내산	두부:외국산	국내산			
	쌀 (밥,죽,누룽지) (백미, 현미, 흑미)	배추김치	콩	*알레르기 안내*							
	국내산	배추 (통통, 얼갈이)	고춧 가루	두부	순두부	연두부	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합포함) ⑲잣 * 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.				
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산						