

1주차		2주차		3주차		4주차		5주차	
오전간식	점심	오전간식	점심	오전간식	점심	오전간식	점심	오전간식	점심
열량/단백질 (kcal/g)	열량/단백질 (kcal/g)	열량/단백질 (kcal/g)	열량/단백질 (kcal/g)	열량/단백질 (kcal/g)	열량/단백질 (kcal/g)	열량/단백질 (kcal/g)	열량/단백질 (kcal/g)	열량/단백질 (kcal/g)	열량/단백질 (kcal/g)
1(목)	2(금)	3(토)	4(일)	5(월)	6(화)	7(수)	8(목)	9(금)	10(토)
달걀당근죽15	배, 치즈2	개천절	개천절	대체휴일	저당씨리얼+우유2	채썬오이, 떠먹는요거트2	양파치즈죽2	한글날	요거트2
잡곡밥 미역국5,6 소고기버섯조림5,6,16 열무나물5,6 깍두기9	백미밥 콩비지찌개5,9 간장제육볶음5,6,10 들깨무나물5,6 배추김치9	개천절	개천절	대체휴일	잡곡밥 부추두부된장국5,6 달걀버터구이2,15 연근조림5,6 깍두기9	돈육짜장밥 2,5,6,10,15,16 어묵국 근대나물5,6 배추김치9	잡곡밥 시래기된장국5,6 소고기파프리카볶음5,6,16 과일샐러드 깍두기9	한글날	소고기소보로덮밥5,6,16 감자말은국5,6 시래기나물5,6 깍두기9
찐고구마, 우유2	소보루빵1,2,4,6, 우유2	개천절	개천절	대체휴일	아끼파스타1,5,6,12,18	잼샌드위치1,2,5,6 +보리차	찐감자, 우유2	한글날	(우유2)미숫가루5
449.1/17.9	467/19.7	개천절	개천절	대체휴일	481.6/17.1	414.5/16.3	472.1/19	한글날	422.1/13.2
11(목)	12(금)	13(토)	14(일)	15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금)	20(토)
달걀당근죽15	배, 치즈2	개천절	개천절	대체휴일	저당씨리얼+우유2	채썬오이, 떠먹는요거트2	양파치즈죽2	한글날	요거트2
잡곡밥 미역국5,6 소고기버섯조림5,6,16 열무나물5,6 깍두기9	백미밥 콩비지찌개5,9 간장제육볶음5,6,10 들깨무나물5,6 배추김치9	개천절	개천절	대체휴일	잡곡밥 부추두부된장국5,6 달걀버터구이2,15 연근조림5,6 깍두기9	돈육짜장밥 2,5,6,10,15,16 어묵국 근대나물5,6 배추김치9	잡곡밥 시래기된장국5,6 소고기파프리카볶음5,6,16 과일샐러드 깍두기9	한글날	소고기소보로덮밥5,6,16 감자말은국5,6 시래기나물5,6 깍두기9
찐고구마, 우유2	소보루빵1,2,4,6, 우유2	개천절	개천절	대체휴일	아끼파스타1,5,6,12,18	잼샌드위치1,2,5,6 +보리차	찐감자, 우유2	한글날	(우유2)미숫가루5
449.1/17.9	467/19.7	개천절	개천절	대체휴일	481.6/17.1	414.5/16.3	472.1/19	한글날	422.1/13.2
21(목)	22(금)	23(토)	24(일)	25(월)	26(화)	27(수)	28(목)	29(금)	30(토)
달걀당근죽15	배, 치즈2	개천절	개천절	대체휴일	저당씨리얼+우유2	채썬오이, 떠먹는요거트2	양파치즈죽2	한글날	요거트2
잡곡밥 미역국5,6 소고기버섯조림5,6,16 열무나물5,6 깍두기9	백미밥 콩비지찌개5,9 간장제육볶음5,6,10 들깨무나물5,6 배추김치9	개천절	개천절	대체휴일	잡곡밥 부추두부된장국5,6 달걀버터구이2,15 연근조림5,6 깍두기9	돈육짜장밥 2,5,6,10,15,16 어묵국 근대나물5,6 배추김치9	잡곡밥 시래기된장국5,6 소고기파프리카볶음5,6,16 과일샐러드 깍두기9	한글날	소고기소보로덮밥5,6,16 감자말은국5,6 시래기나물5,6 깍두기9
찐고구마, 우유2	소보루빵1,2,4,6, 우유2	개천절	개천절	대체휴일	아끼파스타1,5,6,12,18	잼샌드위치1,2,5,6 +보리차	찐감자, 우유2	한글날	(우유2)미숫가루5
449.1/17.9	467/19.7	개천절	개천절	대체휴일	481.6/17.1	414.5/16.3	472.1/19	한글날	422.1/13.2
31(목)	32(금)	33(토)	34(일)	35(월)	36(화)	37(수)	38(목)	39(금)	40(토)
달걀당근죽15	배, 치즈2	개천절	개천절	대체휴일	저당씨리얼+우유2	채썬오이, 떠먹는요거트2	양파치즈죽2	한글날	요거트2
잡곡밥 미역국5,6 소고기버섯조림5,6,16 열무나물5,6 깍두기9	백미밥 콩비지찌개5,9 간장제육볶음5,6,10 들깨무나물5,6 배추김치9	개천절	개천절	대체휴일	잡곡밥 부추두부된장국5,6 달걀버터구이2,15 연근조림5,6 깍두기9	돈육짜장밥 2,5,6,10,15,16 어묵국 근대나물5,6 배추김치9	잡곡밥 시래기된장국5,6 소고기파프리카볶음5,6,16 과일샐러드 깍두기9	한글날	소고기소보로덮밥5,6,16 감자말은국5,6 시래기나물5,6 깍두기9
찐고구마, 우유2	소보루빵1,2,4,6, 우유2	개천절	개천절	대체휴일	아끼파스타1,5,6,12,18	잼샌드위치1,2,5,6 +보리차	찐감자, 우유2	한글날	(우유2)미숫가루5
449.1/17.9	467/19.7	개천절	개천절	대체휴일	481.6/17.1	414.5/16.3	472.1/19	한글날	422.1/13.2