

구분	월	화	수	목	금
오전간식				1	2
				소고기채소죽⑤⑩	소방대피훈련
				현미누룽지죽	
점심	▲단채급식 특성상 개별 맞춤 급식을 하기 어렵습니다. 영유아가 특정식품에 대해 알레르기가 있는 경우, 식단체획표를 미리 보시고 교사에게 정보를 제공해주신 뒤 자녀에게 알려주어 해당식품 섭취 시 주의할 수 있도록각자정에서 지도 부탁드립니다. ※ 상기 메뉴는 식사재수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 우리 원에서는 저염식, 저당식을 원칙으로 하고 있습니다. ※ 염도는 0.3-0.4%로 제공됩니다. ※ 백김치는 1세 대체식입니다. ※ 당밀 55g, 단백질 15-20g, 지질 12g, 칼슘 500-600mg ※ 표시된 열량과 단백질량은 오전간식과 중식이 계산하였습니다.			녹두밥 맑은콩나물국⑤ 돈육백김치두루치기⑤⑥⑨⑩ 온두부찜⑤/양념장⑤⑥ 얼무김치⑥⑨/백김치⑨/단감	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 고구마닭갈비⑤⑥⑩ 새우살부나물⑤⑥⑨ 배추김치⑨/백김치⑨/배
1-2세				413/12	320/15
3-5세				590/18	458/22
오후간식 1				마들렌①②⑤⑥/원유유②	씨리얼토피바나나조청병⑥/원유유②
영양/단백질				199/9	204/8
오후간식 2				감자수제비국⑤⑥/깍두기⑨	연근튀김⑤⑥ / 원유유②
영양/단백질				188/6	178/9
오전간식	5:대체공휴일	6	7	8	9:한글날
				아동학대 예방교육 단호박죽/동치미⑨	
점심	대체 공휴일 	김가루참쌀죽 토마토참쌀밥⑫ 순두부김치국⑤⑥⑨ 토마토계란볶음①⑤ 크렌베리멸치조림⑤⑥ 얼무김치⑥⑨/백김치⑨/바나나	부추두부죽⑤ 기장밥 청국장찌개⑤⑥ 삼치살구이⑤⑥ 가지양파볶음⑤⑥/구운김 백김치⑨/파인애플	현미참쌀밥 들깨버섯국⑤ 몽골리안푼크⑤⑥⑩⑫ 청포묵김무침⑤ 배추김치⑨/백김치⑨/샤인머스켓	
1-2세		287/6	324/9	310/9	
3-5세		410/9	464/13	443/14	
오후간식 1		증편/원유유②	블루베리/플레인요거트②	씨리얼토피바나나조청병⑥⑫/ 원유유②	
영양/단백질		129/6	200/4	133/6	
오후간식 2		졸면①⑤⑥/보리차	소고기얼갈이국밥⑤⑥/얼무김치⑥⑨	찰도그를⑤⑥⑩/원유유②	
영양/단백질		185/3	211/6	249/10	
오전간식	12	13	14	15	16
		부모점심나들이			
점심	대개설채소죽⑤⑧ 현미밥 얼갈이콩비지국⑤⑥ 소고기감자조림⑤⑥⑩ 대파양배추나물⑤ 배추김치⑨/백김치⑨/배	누룽지죽 소고기카레라이스덮밥②⑤⑥⑩ 팽이버섯미소국⑤⑥ 닭봉유자청조림⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥/구운김 깍두기⑨/백김치⑨/바나나	밤타락죽② 녹두밥 도토리묵온국⑤⑥ 코다리살조림⑤⑥ 비타민나물⑤⑥ 깍두기⑨/백김치⑨/대추토마토⑫	전복죽⑤ 차조밥 두부탕국⑤ 복경식뽕바로우⑤⑥⑩ 만다린(귤)샐러드①②⑤ 배추김치⑨/백김치⑨/사과	참깨콩나물죽⑤ 수수밥 배추된장국⑤⑥ 훈제오리찜⑤⑥⑩/머스터드소스①⑤⑥ 명이나물초침⑤⑥ 동치미⑨/단감
1-2세	275/9	368/8	294/14	442/15	343/13
3-5세	394/14	527/12	421/21	632/22	490/19
오후간식 1	단호박찜/원유유②	블루베리/플레인요거트②	유줄리⑥/바나나/ 원유유 ②	바람떡/원유유②	찰보리떡①⑥/두유⑤
영양/단백질	219/11	200/4	173/7	219/3	210/10
오후간식 2	황태국밥⑤⑩/배추김치⑨	두부면팻타이⑤⑥⑨	멸치김가루섞음밥⑤⑥/원유유②	우유가래우동②⑤⑥⑩⑩	시금치프리카타타①⑤⑥
영양/단백질	121/4	211/6	200/3	105/3	202/6
오전간식	19	⑥	21:중식채식DAY	22	23
				10월 생일 축하 / 인형극 관람	스마트폰 과의존 예방 교육
점심	연두부채소죽⑤ 차조밥 버섯미소국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑩ 아삭달콤단감치커리무침⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨/포도	새우살채소죽⑤⑨ 강황참쌀밥 유부주머니전골⑤ 임연수구이⑤ 콩나물무침⑤/구운김 깍두기⑨/백김치⑨/사과	김가루콩나물⑤ 렌틸콩짜장덮밥②⑤⑥⑩⑩ 다시마무채국⑤ 두부강정⑤⑥⑩ 오이양파무침⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨/파인애플	대구살채소죽⑤⑥ 흑미밥 맑은미역국⑤ 쌈싸먹는제육불고기⑤⑥⑩ 양배추쌈/저염쌈장⑤ 백김치⑨/굴 깍두기⑨/백김치⑨/배	저염치즈감자타락죽②⑤ 보리밥 아욱된장국⑤⑥ 치킨가이라케①⑤⑥⑩&소스⑤⑥ 애호박당근볶음⑤⑥ 깍두기⑨/백김치⑨/배
1-2세	261/8	390/19	452/15	343/11	357/16
3-5세	373/12	558/28	647/22	491/17	510/23
오후간식 1	오곡씨리얼⑥/원유유②	바나나/플레인요거트②	씨앗호떡④⑤⑥⑩/ 무설탕두유⑤	롤빵①②⑤⑥/원유유②	편고구마/원유유②
영양/단백질	228/7	234/12	214/9	222/8	207/9
오후간식 2	참치채소볶음밥⑤⑥/옥수수차	까르보나라스파게티②⑤⑥⑩⑩/ 동글레차	콩나물영양밥⑤⑥/얼무김치⑥⑨	베트남쌀국수⑤⑥⑩	시금치수제비국①⑤⑥
영양/단백질	120/4	218/7	180/3	174/4	136/4
오전간식	26	27	28	29	30
점심	계란채소죽① 기장밥 복어채콩나물국⑤⑨ 함박스테이크조림①⑤⑥⑩⑩ 푸실리채소샐러드①⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨/토마토⑫	영양닭국⑩/동치미⑨ 대두콩밥 ⑤ 들깨미역국⑤ 고등어카레구이②⑤⑥⑦⑩⑩⑩⑩ 취나물볶음⑤ 깍두기 ⑨/백김치⑨/바나나	감자채백김치죽⑨ 양파등뼈돈까스덮밥①⑤⑥⑩ (가츠동) 두부미소국⑤⑥ 로메인유자청샐러드⑤⑥ 단호박찜⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨/블루베리	전복채소죽⑤⑩ 수수밥 어묵채소국⑤⑥ 돈육채피망볶음⑤⑥⑩ 날치알계란찜①⑤ 백김치⑨/파인애플	흑미고구마죽 발아현미밥 도라지닭곰탕⑤⑩ 두부간장조림⑤⑥ 브로콜리사과무침⑤ 배추김치⑨/백김치⑨/단감
1-2세	392/17	289/8	374/11	403/15	342/9
3-5세	560/25	414/12	535/17	576/22	489/14
오후간식 1	영양약밥⑤⑥/무설탕두유⑤	단감/플레인요거트②	우유구결호프①②⑤⑥⑩/원유유②	찐김자/원유유②	딸기잼샌드위치①②⑤⑥/두유⑤
영양/단백질	181/7	100/4	199/5	225/8	249/10
오후간식 2	오징어부추전①⑤⑥⑩/보리차	연두부국밥⑤⑥	쌀소면국수①⑤	사골국밥⑩/배추김치⑨	토마토계란볶음밥①⑤⑩
영양/단백질	133/5	153/6	188/5	199/7	220/9
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 및 유제품 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀가루 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돈육 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ㉑ 잣				
협산지 표시	소고기:국내산-한우, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산, 쌀(참쌀, 밥, 누룽지, 죽, 흑미, 현미)-국내산, 배추김치:배추-국내산,고춧가루-국내산, 얼갈이겉절이:얼갈이배추-국내산, 고춧가루-국내산, 통통겉절이:얼갈이배추-국내산, 고춧가루-국내산, 두부,콩비지,콩국수,연두부:콩-국내산, 참조기:국내산, 낙지:중국산, 명태,통태:러시아산, 고등어:노르웨이산, 갈치:국내산, 오징어:국내산, 꽃게:국내산, 진미채:오징어-페루산, 오징어살채:오징어-페루산, 추꾸미:베트남산, 아귀살:국내산, 코다리:명태-러시아산, 전복:국내산, 방아:국내산, 양불락:미국산, 톤까스:돼지고기-국내산, 해물통그랑명:오징어-페루산, 생선까스:명태-러시아산, 햄/소세지/미트볼/너비아니/섭산적:돼지고기-국내산, 치킨까스:닭고기-국내산, 참치(캔):다랑어-월양산, 베이컨:돼지고기-국내산, 함박스테이크:닭고기-국내산, 돼지고기-국내산, 어묵:연육(갈치-월양산), 설렁탕:소고기(육우), 우사골-국내산 한우,닭강정(닭:국내산), 찰스테이크-국내산(육우),바베큐푼:돈육(국내산), 크림새우:새우살(베트남)				

구분	월	화	수	목	금
오전간식				1	2
					소방대피훈련
점심	▲단체급식 특성상 개별 맞춤 급식을 하기 어렵습니다. 영유아가 특정식품에 대해 알레르기가 있는 경우, 식단계획표를 미리 보시고 교사에게 정보를 제공해주신 뒤 자녀에게 알려주어 해당식품 섭취 시 주의할 수 있도록가정에서 지도 부탁드립니다.			소고기채소국⑤⑥ 녹두밥 맑은콩나물국⑤ 돈육백김치두루치기⑤⑥⑨⑩ 온두부찜⑤/양념장⑤⑥ 열무김치⑥⑨(백김치⑨)/단감	현미누룽지죽 흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 고구마닭갈비⑤⑥⑤ 새우살나물⑤⑥⑨ 배추김치⑨(백김치⑨)/배
1-2세	※ 상기 메뉴는 식자재수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 우리 원에서는 저염식, 저당식을 원칙으로 하고 있습니다. ※ 염도는 0.3-0.4%로 제공됩니다. ※ 백김치는 1세 대체식입니다.			413/12	320/15
오후간식 1	※ 당질 55g, 단백질 15-20g, 지질 12g, 칼슘 500-600mg ※ 표시된 열량과 단백질량은 오전간식과 중식이 계산하였습니다.			마들렌 ①②⑤⑥/현우유②	씨리얼토피방바나나초청범벅⑥/현우유②
영양/단백질				199/9	204/8
오후간식 2				감자수제비국⑤⑥/각두기⑨	연근튀김⑤⑥ / 현우유②
영양/단백질				188/6	178/9
	5:대체공휴일	6	7	8	9:한글날
오전간식				아동학대 예방교육 단호박죽/동치미⑨	
점심	대체 공휴일 Today is a holiday. 	김가루잡살죽 토마토참살밥⑫ 순두부김치국⑤⑥⑨ 토마토게란볶음①⑤ 크렌베리멀치조림⑤⑥ 열무김치⑥⑨(백김치⑨)/바나나	부추두부죽⑤ 기장밥 청국장찌개⑤⑥ 삼치살구이⑤⑥ 가지양파볶음⑤⑥/구운김 백김치⑨/파인애플	현미잡쌀밥 들깨버섯국⑤ 몽골리안족국⑤⑥⑩⑫ 청도목구무침⑤ 배추김치⑨(백김치⑨)/사인머스켓	
1-2세		287/6	324/9	310/9	
오후간식 1		중편/현우유②	블루베리/플레인요거트②	씨리얼토피방토마토초청범벅⑥⑫/ 현우유②	
영양/단백질		129/6	200/4	133/6	
오후간식 2		졸면①⑤⑥/보리차	소고기얼갈이국밥⑤⑥/열무김치⑥⑨	찰도그를⑤⑥⑩⑫/현우유②	
영양/단백질		185/3	211/6	249/10	
	12	13	14	15	16
오전간식		부모점심나들이			
	대개살채소죽⑤⑧	누룽지죽	방타락죽②	전복죽⑤	참깨콩나물죽⑤
점심	현미밥 얼갈이콩비지국⑤⑥ 소고기감자조림⑤⑥⑨ 대파양배추나물⑤ 배추김치⑨(백김치⑨)/배	소고기카레라이스덮밥②⑤⑥⑨ 팽이버섯시소국⑤⑥ 달보유자청조림⑤⑥⑤ 참나물무침⑤⑥/구운김 각두기⑨(백김치⑨)/바나나	녹두밥 도토리묵온국⑤⑥ 코다리살조림⑤⑥ 비타민나물⑤⑥ 각두기⑨(백김치⑨)/대추토마토⑫	차조밥 두부탕국⑤ 북경식튀밥로우⑤⑥⑩ 만다린(귤)샐러드①②⑤ 배추김치⑨(백김치⑨)/사과	수수밥 배추된장국⑤⑥ 훈제오리찜⑤⑥⑩/머스터드소스①⑤⑥ 명이나물초절임⑤⑥ 동치미⑨/단감
1-2세	275/9	368/8	294/14	442/15	343/13
오후간식 1	단호박찜/현우유②	블루베리/플레인요거트②	뮤즐리⑥/바나나/ 현우유 ②	바람떡/현우유②	찰보리떡①⑥/두유⑤
영양/단백질	219/11	200/4	173/7	219/3	210/10
오후간식 2	황태우국밥⑤⑨/배추김치⑨	두부면파타이⑤⑥⑨	멸치김가루섞음밥⑤⑥/현우유②	우유카레우동②⑤⑥⑨⑩	시금치프리타타①⑤⑥
영양/단백질	121/4	211/6	200/3	105/3	202/6
	19	⑥	21:중식채식DAY	22	23
오전간식				10월 생일 축하 / 인형극 관람	스마트폰 과의존 예방 교육
점심	연두부채소국⑤ 차조밥 버섯시소국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑨ 아삭달콤단감치커리무침⑤⑥ 배추김치⑨(백김치⑨)/포도	새우살채소죽⑤⑨ 강황참살밥 유부추머니전골⑤ 임연수구이⑤ 콩나물무침⑤/구운김 각두기⑨(백김치⑨)/사과	김가루콩나물⑤ 렌틸콩짜장덮밥②⑤⑥⑨⑩ 다시마우채국⑤ 두부강정⑤⑥⑫ 오이양파무침⑤⑥ 배추김치⑨(백김치⑨)/파인애플	대구살채소국⑤⑥ 흑미밥 맑은미역국⑤ 쌈파먹는제육불고기⑤⑥⑩ 양배추쌈/저염쌈장⑤ 백김치⑨/굴	저염치즈감자타락죽②⑤ 보리밥 아욱된장국⑤⑥ 치킨기라야케①⑤⑥⑨&소스⑤⑥ 애호박당근볶음⑤⑥ 각두기⑨(백김치⑨)배
1-2세	261/8	390/19	452/15	343/11	357/16
오후간식 1	오곡씨리얼⑥/현우유②	바나나/플레인요거트②	씨앗호떡②④⑤⑥⑧/ 무설탕두유⑤	롤빵①②⑤⑥/현우유②	찐고구마/현우유②
영양/단백질	228/7	234/12	214/9	222/8	207/9
오후간식 2	참치채소볶음밥⑤⑥/옥수수차	까르보나라스파게티②⑤⑥⑩/ 통글레자	콩나물영양밥⑤⑥/열무김치⑥⑨	베트남쌀국수⑤⑥⑨	시금치수제비국①⑤⑥
영양/단백질	120/4	218/7	180/3	174/4	136/4
	26	27	28	29	30
오전간식					
점심	계란채소죽① 기장밥 북어채콩나물국⑤⑨ 함박스테이크조림①⑤⑥⑩⑫ 푸실리채소샐러드①⑤⑥ 배추김치⑨(백김치⑨)/토마토⑫	영양닭죽⑤/동치미⑨ 대두콩밥 ⑤ 들깨미역국⑤ 고등어카레구이②⑤⑥⑦⑩⑫⑨⑩ 취나물볶음⑤ 각두기 ⑨(백김치⑨)/바나나	감자채백김치죽⑨ 양파등백돈까스덮밥①⑤⑥⑩ (가즈동) 두부미소국⑤⑥ 로메인양파치즈샐러드⑤⑥ 단호박범벅①⑤⑥ 배추김치⑨(백김치⑨)/블루베리	전복채소죽⑤⑨ 수수밥 어묵채소국⑤⑥ 돈육채피망볶음⑤⑥⑩ 날치알계란찜①⑤ 백김치⑨/파인애플	흑미고구마죽 발아현미밥 도라지닭곰탕⑤⑤ 두부간장조림⑤⑥ 브로콜리사과무침⑤ 배추김치⑨(백김치⑨)/단감
1-2세	392/17	289/8	374/11	403/15	342/9
오후간식 1	영양약밥⑤⑥/무설탕두유⑤	단감/플레인요거트②	우유구결호프①②⑤⑥⑨/현우유②	찐감자/현우유②	딸기

구분	월	화	수	목	금
오전간식				1	2
				소고기채소죽⑤⑩	소방대피훈련
				현미누룽지죽	현미누룽지죽
점심	▲단계급식 특성상 개별 맞춤 급식을 하기 어렵습니다. 영유아가 특정식품에 대해 알레르기가 있는 경우, 식단체표표를 미리 보시고 교사에게 정보를 제공해주신 뒤 자녀에게 알려주어 해당식품 섭취 시 주의할 수 있도록가정에서 지도 부탁드립니다.			녹두밥 맑은콩나물국⑤ 돈육백김치두루치기⑤⑥⑨⑩ 온두부찜⑤/양념장⑤⑥ 열무김치⑤⑨(백김치⑨)/단감	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 고구마달걀비⑤⑥⑩ 새우살무나물⑤⑥⑨ 배추김치⑨(백김치⑨)/배
1-2세	※ 상기 메뉴는 식자재수급가격에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 우리 원에서는 저염식, 저당식을 원칙으로 하고 있습니다. ※ 염도는 0.3-0.4%로 제공합니다. ※ 백김치는 1세 대체식입니다.			413/12	320/15
오후간식 1	※ 당질 55g, 단백질 15-20g, 지질 12g, 칼슘 500-600mg			마들렌①②⑤⑥/원유유②	씨리얼토핑바나나초청범벅⑥/원유유②
영양/단백질	※ 표시된 열량과 단백질량은 오전간식과 중식이 계산하였습니다.			199/9	204/8
오후간식 2				감자수제비국⑤⑥/깍두기⑨	연근튀김⑤⑥ / 원유유②
영양/단백질				188/6	178/9
5:대체공휴일		6	7	8	9:한글날
오전간식				아동학대 예방교육	
점심				단호박죽/동치미⑨ 현미찰쌀밥 들깨버섯국⑤ 몽골리안족⑤⑥⑩⑫ 청포묵김무침⑤ 배추김치⑨(백김치⑨)/사인머스켓	
1-2세				287/6	
오후간식 1				중편/원유유②	
영양/단백질				129/6	
오후간식 2				풀면①⑤⑥/보리차	
영양/단백질				185/3	
오전간식	12	13	14	15	16
	대개살채소죽⑤⑧	누룽지죽	밤타락죽②	전복죽⑤	참깨콩나물죽⑤
점심	현미밥 열갈이콩비지국⑤⑥ 소고기감자조림⑤⑥⑩ 대파양배추나물⑤ 배추김치⑨(백김치⑨)/배	소고기카레라이스덮밥②⑤⑥⑩ 팽이버섯미소국⑤⑥ 닭봉유자청조림⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥/구운김 깍두기⑨(백김치⑨)/바나나	녹두밥 도토리묵은국⑤⑥ 코다리살조림⑤⑥ 비타민나물⑤⑥ 깍두기⑨(백김치⑨)/대추토마토⑫	차조밥 두부탕국⑤ 북경식꿔바로우⑤⑥⑩ 만다린(귤)샐러드①②⑤ 배추김치⑨(백김치⑨)/사과	수수밥 배추된장국⑤⑥ 혼재오리찜⑤⑥⑩/머스터드소스①⑤⑥ 명이나물초절임⑤⑥ 동치미⑨/단감
1-2세	275/9	368/8	294/14	442/15	343/13
오후간식 1	단호박찜/원유유②	블루베리/플레인요거트②	유즐리⑥/바나나/ 원유유 ②	바람떡/원유유②	찰보리떡①⑥/두유⑤
영양/단백질	219/11	200/4	173/7	219/3	210/10
오후간식 2	황태무국밥⑤⑩/배추김치⑨	두부면파타이⑤⑥⑨	멸치김가루섞음밥⑤⑥/원유유②	우유카레우동②⑤⑥⑩⑩	시금치프리카타이①⑤⑥
영양/단백질	121/4	211/6	200/3	105/3	202/6
오전간식	19	⑥	21:중식채식DAY	22	23
	연두부채소죽⑤	새우살채소죽⑤⑨	김가루콩나물⑤	대구살채소죽⑤⑥	스마트폰 과의존 예방 교육
점심	차조밥 버섯미소국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑩ 아삭달콤단감치커리무침⑤⑥ 배추김치⑨(백김치⑨)/포도	강황합쌀밥 유부주머니전골⑤ 임연수구이⑤ 콩나물무침⑤/구운김 깍두기⑨(백김치⑨)/사과	렌틸콩찌장덮밥②⑤⑥⑩⑩ 다시마무채국⑤ 두부강정⑤⑥⑩ 오이양파무침⑤⑥ 배추김치⑨(백김치⑨)/파인애플	흑미밥 맑은미역국⑤ 쌈싸먹는제육불고기⑤⑥⑩ 양배추쌈/저염쌈장⑤ 백김치⑨/굴 343/11	보리밥 아욱된장국⑤⑥ 치킨가라아게①⑤⑥⑩&소스⑤⑥ 애호박당근볶음⑤⑥ 깍두기⑨(백김치⑨)/배
1-2세	261/8	390/19	452/15	343/11	357/16
오후간식 1	오곡씨리얼⑥/원유유②	바나나/플레인요거트②	씨앗호떡②④⑤⑥⑩/ 무설탕당두유⑤	롤빵①②⑤⑥/원유유②	찐고구마/원유유②
영양/단백질	228/7	234/12	214/9	222/8	207/9
오후간식 2	참치채소볶음밥⑤⑥/옥수수차	까르보나라스파게티②⑤⑥⑩⑥/ 통글래차	콩나물영양밥⑤⑥/열무김치⑥⑨	베트남쌀국수⑤⑥⑩	시금치수제비국①⑤⑥
영양/단백질	120/4	218/7	180/3	174/4	136/4
오전간식	26	27	28	29	30
	계란채소죽①	영양달걀죽⑤/동치미⑨	김자채백김치죽⑨	전복채소죽⑤⑩	흑미고구마죽
점심	기장밥 복여채콩나물국⑤⑨ 함박스테이크조림①⑤⑥⑩⑩ 푸실리채소샐러드①⑤⑥ 배추김치⑨(백김치⑨)/토마토⑫	대두콩밥 ⑤ 들깨미역국⑤ 고등어카레구이②⑤⑥⑦⑩⑩⑩⑩ 취나물볶음⑤ 깍두기 ⑨(백김치⑨)/바나나	양파등뼈돈가스덮밥①⑤⑥⑩ (가조동) 두부미소국⑤⑥ 로메인양자청샐러드⑤⑥ 단호박범벅①⑤⑥ 배추김치⑨(백김치⑨)/블루베리	수수밥 어묵채소국⑤⑥ 돈육채피망볶음⑤⑥⑩ 날치알계란찜①⑤ 백김치⑨/파인애플	발아현미밥 도라지닭곰탕⑤⑩ 두부간장조림⑤⑥ 브로콜리사과무침⑤ 배추김치⑨(백김치⑨)/단감
1-2세	392/17	289/8	374/11	403/15	342/9
오후간식 1	영양약밥⑤⑥/무설탕당두유⑤	단감/플레인요거트②	우유구겔호프①②⑤⑥⑩/원유유②	편감자/원유유②	말기잼샌드위치①②⑤⑥/두유⑤
영양/단백질	181/7	100/4	199/5	225/8	249/10
오후간식 2	오징어부추전①⑤⑥⑩/보리차	연두부국밥⑤⑥	쌀소면국수①⑤	사골국밥⑩/배추김치⑨	토마토계란볶음밥①⑤⑩
영양/단백질	133/5	153/6	188/5	199/7	220/9
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 및 유제품 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀가루 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돈육 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ⑳ 잣				
원산지 표시	소고기:국내산-한우, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산, 쌀(참쌀, 밥,누룽지,죽,흑미,현미)-국내산, 배추김치:배추-국내산, 고춧가루-국내산, 열갈이겉절이:열갈이배추-국내산, 고춧가루-국내산, 불통겉절이:열갈이배추-국내산, 고춧가루-국내산, 두부,콩비지,콩국수,연두부:콩-국내산, 찰조기:국내산, 낙지:중국산, 명태,동태:러시아산, 고등어:노르웨이산, 갈치:국내산, 오징어:국내산, 꽃게:국내산, 전미채:오징어-페루산, 오징어실채:오징어-페루산, 주꾸미:베트남산, 아귀살:국내산, 코다리:명태-러시아산, 전복:국내산, 방어:국내산, 양복락:미국산, 돈가스:돼지고기-국내산, 해물등그랑탕:오징어-페루산, 생선까스:명태-러시아산, 햄/소세지/미트볼/너비아니/섭산직:돼지고기-국내산, 치킨까스:닭고기-국내산, 참치(캔):다랑어-원양산, 베이컨:돼지고기-국내산, 할박스테이크:닭고기-국내산, 돼지고기-국내산, 어묵:연육(갈치-원양산), 셀링탕:소고기(육우), 우사골-국내산 한우,닭강정(닭:국내산), 찰스테이크-국내산(육우),바베큐폭립: 돈육(국내산), 크림새우:새우살(베트남)				

구분	월	화	수	목	금
오전간식				1	2
				소고기채소죽⑤⑩	소방대피훈련
				현미누룽지죽	현미누룽지죽
점심	▲단채급식 특성상 개별 맞춤 급식을 하기 어렵습니다. 영유아가 특정식품에 대해 알레르기가 있는 경우, 식단계획표를 미리 보시고 교사에게 정보를 제공해주신 뒤 자녀에게 알려주어 해당식품 섭취 시 주의할 수 있도록가정에서 지도 부탁드립니다. ※ 상기 메뉴는 식사재수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 우리 원에서는 저염식, 저당식을 원칙으로 하고 있습니다. ※ 염도는 0.3-0.4%로 제공됩니다. ※ 백김치는 1세 대체식입니다. ※ 당질 55g, 단백질 15-20g, 지질 12g, 칼슘 500-600mg ※ 표시된 열량과 단백질량은 오전간식과 중식이 계산하였습니다.			녹두밥 맑은콩나물국⑤ 돈육백김치두루치기⑤⑥⑨⑩ 온두부찜⑤/양념장⑤⑥ 열무김치⑥⑨(백김치⑨)/단감	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 고구마닭갈비⑤⑥⑩ 새우살무스물⑤⑥⑨ 배추김치⑨(백김치⑨)/배
3-5세				590/18	458/22
오후간식 1				마들렌①②⑤⑥/원유유②	씨리얼토핑바나나조청범벅⑥/원유유②
열량/단백질				199/9	204/8
오후간식 2				감자수제비국⑤⑥/깍두기⑨	연근튀김⑤⑥ / 원유유②
열량/단백질				188/6	178/9
오전간식	5:대체공휴일	6	7	8	9:한글날
점심		김가루참쌀죽 토마토참쌀밥⑫ 순두부김치국⑤⑥⑨ 토마토계란볶음①⑤ 크렌베리말치조림⑤⑥ 열무김치⑥⑨(백김치⑨)/바나나	부추두부죽⑤ 기장밥 청국장찌개⑤⑥ 삼치살구이⑤⑥ 가지양파볶음⑤⑥/구운김 백김치⑨/파인애플	아동학대 예방교육 단호박죽/동치미⑨ 현미참쌀밥 들깨버섯국⑤ 몽골리안족⑤⑥⑩⑫ 청포묵구무찜⑤ 배추김치⑨(백김치⑨)/사인머스켓	
3-5세		410/9	464/13	443/14	
오후간식 1		중편/원유유②	블루베리/플레인요거트②	씨리얼토핑토마토조청범벅⑥⑫/원유유②	
열량/단백질		129/6	200/4	133/6	
오후간식 2		풀면①⑤⑥/보리차	소고기열갈이국밥⑤⑨/열무김치⑥⑨	찰도그물⑤⑥⑩/원유유②	
열량/단백질		185/3	211/6	249/10	
오전간식	12	13	14	15	16
점심	현미밥 열갈이콩비지국⑤⑥ 소고기감자조림⑤⑥⑩ 대파양배추물⑤ 배추김치⑨(백김치⑨)/배	누룽지죽 소고기카레라이스덮밥②⑤⑥⑨ 팽이버섯미소국⑤⑥ 달동이양파조림⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥/구운김 깍두기⑨(백김치⑨)/바나나	밤타락죽② 녹두밥 도토리묵은국⑤⑥ 코다리살조림⑤⑥ 비타민나물⑤⑥ 깍두기⑨(백김치⑨)/대추토마토⑫	전복죽⑤ 차조밥 두부탕국⑤ 북경식꿔바로우동⑤⑥⑩ 만다린(글)샐러드①②⑤ 배추김치⑨(백김치⑨)/사과	참깨콩나물죽⑤ 수수밥 배추된장국⑤⑥ 훈제오리찜⑤⑥⑩/머스터드소스①⑤⑥ 명이나물초침⑤⑥ 동치미⑨/단감
3-5세	394/14	527/12	421/21	632/22	490/19
오후간식 1	단호박찜/원유유②	블루베리/플레인요거트②	뮤즐리⑥/바나나/ 원유유 ②	바람떡/원유유②	찰보리떡①⑥/두유⑤
열량/단백질	219/11	200/4	173/7	219/3	210/10
오후간식 2	황태무국밥⑤⑩/배추김치⑨	두부면파타이⑤⑥⑨	멸치김가루섞음밥⑤⑥/원유유②	우유카레우동②⑤⑥⑩⑩	시금치프리타타①⑤⑥
열량/단백질	121/4	211/6	200/3	105/3	202/6
오전간식	19	⑥	21:중식채식DAY	22	23
점심	연두부채소죽⑤ 차조밥 버섯미소국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑩ 아삭달콤단감치커리무침⑤⑥ 배추김치⑨(백김치⑨)/포도	새우살채소죽⑤⑨ 강황참쌀밥 유부주머니전골⑤ 연면수구이⑤ 콩나물무침⑤⑥/구운김 깍두기⑨(백김치⑨)/사과	김가루콩나물⑤ 렌틸콩짜장덮밥②⑤⑥⑩⑩ 다시마무채국⑤ 두부강정⑤⑥⑫ 오이양파무침⑤⑥ 배추김치⑨(백김치⑨)/파인애플	대구살채소죽⑤⑥ 흑미밥 맑은미역국⑤ 찜사먹는제육불고기⑤⑥⑩ 양배추쌈/저염쌈장⑤ 백김치⑨/굴	스마트폰 과의존 예방 교육 저염치즈감자타락죽②⑤ 보리밥 아욱된장국⑤⑥ 치킨가이라케①⑤⑥⑩⑩소스⑤⑥ 애호박당근볶음⑤⑥ 깍두기⑨(백김치⑨)배
3-5세	373/12	558/28	647/22	491/17	510/23
오후간식 1	오곡씨리얼⑥/원유유②	바나나/플레인요거트②	씨앗호떡②④⑤⑥⑩/ 무설탕당두유⑤	롤빵①②⑤⑥/원유유②	찐고구마/원유유②
열량/단백질	228/7	234/12	214/9	222/8	207/9
오후간식 2	참치채소볶음밥⑤⑥/옥수수차	까르보나라스파게티②⑤⑥⑩/돌굴레차	콩나물영양밥⑤⑥/열무김치⑥⑨	베트남쌀국수⑤⑥⑩	시금치수제비국①⑤⑥
열량/단백질	120/4	218/7	180/3	174/4	136/4
오전간식	26	27	28	29	30
점심	계란채소죽① 기장밥 북어채콩나물국⑤⑨ 함박스테이크조림①⑤⑥⑩⑩ 푸시리채소샐러드①⑤⑥ 배추김치⑨(백김치⑨)/토마토⑫	영양닭죽⑤/동치미⑨ 대두콩밥 ⑤ 들깨미역국⑤ 고등어카레구이②⑤⑥⑦⑩⑫⑩⑩ 취나물볶음⑤ 깍두기 ⑨(백김치⑨)/바나나	감자채백김치죽⑨ 양파등뼈돈까스덮밥①⑤⑥⑩(가츠동) 두부미소국⑤⑥ 로메인유자청샐러드⑤⑥ 단호박범벅①⑤⑥ 배추김치⑨(백김치⑨)/블루베리	전복채소죽⑤⑩ 수수밥 어묵채소국⑤⑥ 돈육채피망볶음⑤⑥⑩ 날치알계란찜①⑤ 백김치⑨/파인애플	흑미고구마죽 발아현미밥 도라지닭곰탕⑤⑩ 두부간장조림⑤⑥ 브로콜리사과무침⑤ 배추김치⑨(백김치⑨)/단감
3-5세	560/25	414/12	535/17	576/22	489/14
오후간식 1	영양약밥⑤⑥/무설탕당두유⑤	단감/플레인요거트②	우유구겔호프①②⑤⑥⑩/원유유②	찐감자/원유유②	말기잼샌드위치①②⑤⑥/두유⑤
열량/단백질	181/7	100/4	199/5	225/8	249/10
오후간식 2	오징어부추전①⑤⑥⑩/보리차	연두부국밥⑤⑥	쌀소면국수①⑤	사골국밥⑩/배추김치⑨	토마토계란볶음밥①⑤⑩
열량/단백질	133/5	153/6	188/5	199/7	220/9
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 및 유제품 ③매일 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀가루 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돈육 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ⑲ 잣				
원산지 표시	소고기:국내산·한우, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산, 쌀(참쌀, 밥, 누룽지, 죽, 흑미, 현미)-국내산, 배추김치:배추-국내산, 고춧가루-국내산, 열갈이절임:열갈이배추-국내산, 고춧가루-국내산, 봄동절임:열갈이배추-국내산, 고춧가루-국내산, 두부, 콩비지, 콩국수, 연두부:콩-국내산, 참조리:국내산, 낙지:중국산, 명태, 통태:러시아산, 고등어:노르웨이산, 갈치:국내산, 오징어:국내산, 꽃게:국내산, 진미채:오징어-페루산, 오징어실채:오징어-페루산, 주꾸미:베트남산, 아귀살:국내산, 코다리:명태-러시아산, 전복:국내산, 방어:국내산, 양볼락:미국산, 돈까스:돼지고기-국내산, 해물동그랑명:오징어-페루산, 생선까스:명태-러시아산, 햄/소세지/미트볼/너비아니/섭산적:돼지고기-국내산, 치킨까스:닭고기-국내산, 참치(캔):다랑어-월양산, 베이컨:돼지고기-국내산, 함박스테이크:닭고기-국내산, 돼지고기-국내산, 어묵:연육(갈치·월양산), 설렁탕:소고기(육우), 우사골-국내산 한우, 닭강정(닭:국내산), 찰스테이크-국내산(육우), 바베큐폭립: 돈육(국내산), 크림새우:새우살(베트남)				