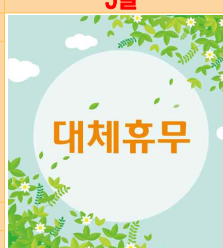


10월 어린이집 · 유치원을 점심 및 간식 식단(3-5세)

구립 독산1동어린이집

금천구 어린이·사회복지급식관리지원센터 영양운영팀

	월 화 수			목 1일	금 2일	토 3일
오전간식				크림스프②⑥	포도	
점심	* 우리 어린이집에서는 연령별 알맞은 조리법과 1일 영양소 섭취기준으로 어린이가 급식으로 적절한 양을 섭취할 수 있도록 매일 표준 식재료량과 함께 영, 유아의 1일 적정 배식량을 제공합니다. * 우유 급식은 유아는 1인당 한 팩(200ml)씩 / 영아는 푸드머스 고칼슘 우유 1인당 한 팩(100ml)씩 제공합니다. (단 우유를 더 원하는 경우 충분히 제공합니다.)			흑미밥 두부맑은국⑤ 너비아구이⑤⑥⑩ 양배추나물⑤⑥ 팥두기⑨	백미밥 열무된장국⑤⑥ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 브로콜리나물 배추김치⑨	
오후간식				김가루주먹밥⑤⑥ /마시는요거트②	마들렌①②⑥/우유②	
에너지/단백질				636kcal/25g	648kcal/28g	
	5일	6일	7일	8일	9일	10일
오전간식		배	당근스틱/떠먹는요거트②	채소죽		두유⑤
점심		백미밥 소고기미역국⑤⑥⑩ 순살찜닭⑤⑥⑩ 브로콜리나물 배추김치⑨	돼지고기카레라이스⑤⑥⑩ 복쌈국⑤⑥ 도토리묵무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식:키위	보리밥 청경채된장국⑤⑥ 소고기당면찜⑤⑥⑩ *숙주들깨나물⑤⑥ 팥두기⑨		참치채소볶음밥⑤⑥ 미소장국⑤⑥ 배추김치⑨ 블루베리
오후간식		케이크①②⑥/우유②	잔치국수⑤⑥	소보로빵①②④⑥/우유②		*석식에 기재 441kcal/20g
에너지/단백질		693kcal/27g	681kcal/38g	761kcal/30g		
	12일	13일	14일	15일	16일	17일
오전간식	배	포도/우유②	방울토마토⑩/치즈②	미숫가루우유②⑤	굴	두유⑤
점심	백미밥 호박된장국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 김치반⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 두부양파국⑤ 임연수양념찜⑤⑥ 버섯무침⑤⑥ 팥두기⑨	소고기무밥+양념장⑤⑥⑩ 달걀찜국① 아욱나물⑤⑥ 배추김치⑨ 후식:과채주스	혼합잡곡밥 시금치맑은국 훈제오리부추찜⑤⑥ 콩나물무침⑤ 팥두기⑨	백미밥 유부된장국⑤⑥ 오징어채소조림⑤⑥⑩ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	돼지고기데리야끼덮밥⑤⑥⑩ 숙갓맑은국 배추김치⑨ 파인애플
오후간식	편감자/우유②	우영주먹밥⑤⑥ /보리차	크림스파게티②⑤⑥	김치전①⑤⑥⑨ /동굴레차	시리얼+우유②	*석식에 기재
에너지/단백질	557kcal/26g	601kcal/27g	640kcal/28g	655kcal/31g	605kcal/27g	397kcal/21g
	19일	20일	21일	22일	23일	24일
오전간식	누룽지죽	바나나/우유②	파프리카스틱/떠먹는요거트②	사과/우유②	포도	우유②
점심	백미밥 순두부백탕⑤ 새우살케첩조림⑤⑥⑨⑩ 열무나물⑤⑥ 배추김치⑨	현미밥 열갈이된장국⑤⑥ 닭볶음탕⑤⑥⑩ 멸치조림⑤⑥ 팥두기⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 돈까스+소스①⑤⑥⑩ 양상추샐러드⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 참나물된장국⑤⑥ 삼치조림⑤⑥ 청경채무침 팥두기⑨	백미밥 숙주맑은국 돼지고기수육⑤⑥⑩ *상추쌈 배추김치⑨	오므라이스①⑤⑩ 홍합탕⑩ 배추김치⑨ 키위
오후간식	삶은달걀①/우유②	우동⑤⑥	편고구마/우유②	후리가게주먹밥⑤ /보리차	잼샌드위치①②⑥ /우유②	*석식에 기재
에너지/단백질	618kcal/33g	633kcal/29g	677kcal/32g	603kcal/26g	576kcal/26g	470kcal/19g
	26일	27일	28일	29일	30일	31일
오전간식	굴	배	오이스틱/떠먹는요거트②	시리얼+우유②	단감	우유②
점심	백미밥 감자된장국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑩ 무나물 배추김치⑨	흑미밥 오징어부추국⑤⑥⑩ 두부부침⑤⑥ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨	닭고기시래기볶음밥⑤⑥⑩ 콩나물국⑤ 어묵조림⑤⑥ 배추김치⑨ 후식:방울토마토⑩	보리밥 우거지된장국⑤⑥ 고등어구이⑤⑥⑦ 호박무침⑤⑥ 팥두기⑨	백미밥 팽이버섯맑은국 돼지고기양념찜⑤⑥⑩ *시금치된장무침⑤⑥ 배추김치⑨	두부소보로덮밥⑤⑥ 고구마순된장국⑤⑥ 팥두기⑨ 오렌지
오후간식	물만두⑤⑥⑩/우유②	편단호박/우유②	칼국수⑤⑥	유부초밥⑤⑥/결명자차	카스테라①②⑥/우유②	*석식에 기재
에너지/단백질	621kcal/28g	550kcal/23g	552kcal/31g	737kcal/30g	646kcal/28g	418kcal/17g

원산지 표시	쌀 			콩 		배추김치 		축산물				수산물		
	밥	죽	누룽지	두부	순두부	배추	고춧가루	쇠고기 	돼지고기 	닭고기 	오리고기 	고등어	오징어	
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산 한우	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	원양산
	식육 및 수산물 가공품			너비아니(돼지고기: 국내산)/ 참치(다랑어: 원양산)/ 훈제오리(오리고기: 국내산)/ 돈까스(돼지고기: 국내산)										

- 알레르기 유발식품이 포함된 메뉴 뒤에 번호 표시: 대표 식품에는 '①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류(이를 첨가하여 최종 제품에 SO2(이산화황)로 10mg/kg 이상 함유한 경우에 한함) ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣' 등이 있으나, 개인마다 알레르기를 유발시킬 수 있는 식품은 다를 수 있으니 개별적으로 각별한 주의가 필요합니다.
- 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
- 조미료(설탕, 식용유, 간장, 된장, 마요네즈 등)는 조리 시 추가 또는 변경될 수 있어 알레르기 표시가 반영되지 않을 수 있으니 주의하여 주세요.

※가공품 및 조미료의 경우 제품에 따라 알레르기 유발물질이 다를 수 있으니 제품 후면에 기재된 알레르기 유발물질 정보를 확인해 주세요.

10월 어린이집 · 유치원을 점심 및 간식 식단(1-2세)

구립 독산1동어린이집

금천구 어린이·사회복지급식관리지원센터 영양운영팀

	월	화	수	목 1일	금 2일	토 3일
오전간식				크림스프②⑥	포도	
점심	* 우리 어린이집에서는 연령별 알맞은 조리법과 1일 영양소 섭취기준으로 어린이가 급식으로 적절한 양을 섭취할 수 있도록 매일 표준 식재료량과 함께 영, 유아의 1일 적정 배식량을 제공합니다. * 우유 급식은 유아는 1인당 한 팩(200ml)씩 / 영아는 푸드머스 고칼슘 우유 1인당 한 팩(100ml)씩 제공합니다. (단 우유를 더 원하는 경우 충분히 제공합니다.)			흑미밥 두부맑은국⑤ 너비아니구이⑤⑥⑩ 양배추나물⑤⑥ 팥두기⑨	백미밥 열무된장국⑤⑥ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 브로콜리나물 배추김치⑨	
오후간식				김가루주먹밥⑤⑥ /마시는요거트②	마들렌①②⑥ /우유②	
에너지/단백질				436kcal/17g	467kcal/20g	
오전간식	5일	6일	7일	8일	9일	10일
점심		배	당근스틱/떠먹는요거트②	채소죽		두유⑤
오후간식		백미밥 소고기미역국⑤⑥⑩ 순살찜닭⑤⑥⑩ 브로콜리나물 배추김치⑨	돼지고기카레라이스⑤⑥⑩ 복쌈국⑤⑥ 도토리묵무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식:키위	보리밥 청경채된장국⑤⑥ 소고기당면찜⑤⑥⑩ *숙주나물 팥두기⑨		참치새소북음뭍⑤⑥ 미소장국⑤⑥ 배추김치⑨ 블루베리
에너지/단백질		케이크①②⑥/우유② 496kcal/20g	잔치국수⑤⑥ 474kcal/27g	소보로빵①②④⑥/우유② 537kcal/22g		*석식에 기재 330kcal/15g
오전간식	12일	13일	14일	15일	16일	17일
점심	배	포도/우유②	방울토마토⑩/치즈②	미숫가루우유②⑤	굴	두유⑤
오후간식	백미밥 호박된장국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 김치반⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 두부양파국⑤ 임연소양념찜⑤⑥ 버섯무침⑤⑥ 팥두기⑨	소고기무밥+양념장⑤⑥⑩ 달걀찜국① 아욱나물⑤⑥ 배추김치⑨ 후식:과채주스	혼합잡곡밥 시금치맑은국 훈제오리부추찜⑤⑥ 콩나물무침⑤ 팥두기⑨	백미밥 유부된장국⑤⑥ 오징어채소조림⑤⑥⑩ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	돼지고기데리야끼덮밥⑤⑥⑩ 썩갠맑은국 배추김치⑨ 파인애플
에너지/단백질	편감자/우유② 408kcal/19g	우유주먹밥⑤⑥/보리차 436kcal/20g	크림스파게티②⑤⑥ 437kcal/20g	김치전①⑤⑥⑨ /동굴레차 483kcal/23g	시리얼+우유② 450kcal/20g	*석식에 기재 302kcal/16g
오전간식	19일	20일	21일	22일	23일	24일
점심	누룽지죽 백미밥 순두부백탕⑤ 새우살케첩조림⑤⑥⑨⑩ 열무나물⑤⑥ 배추김치⑨	바나나/우유② 현미밥 열갈이된장국⑤⑥ 닭볶음탕⑤⑥⑩ 멸치조림⑤⑥ 팥두기⑨	파프리카스틱/떠먹는요거트② 백미밥 미역국⑤⑥ 돈까스+소스①⑤⑥⑩ 양상추샐러드⑤⑥ 배추김치⑨	사과/우유② 기장밥 참나물된장국⑤⑥ 삼치조림⑤⑥ 청경채무침 팥두기⑨	포도 백미밥 숙주맑은국 돼지고기수육⑤⑥⑩ *상추채무침 배추김치⑨	우유② 오므라이스①⑤⑩ 홍합탕⑩ 배추김치⑨ 키위
오후간식	삶은달걀①/우유②	우동⑤⑥	편고구마/우유②	후리가게주먹밥⑤ /보리차	잼샌드위치①②⑥ /우유②	*석식에 기재
에너지/단백질	447kcal/24g	457kcal/21g	516kcal/25g	438kcal/19g	425kcal/19g	352kcal/15g
오전간식	26일	27일	28일	29일	30일	31일
점심	굴	배	오이스틱/떠먹는요거트② 닭고기시래기볶음밥⑤⑥⑩	시리얼+우유②	단감	우유②
오후간식	백미밥 감자된장국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑩ 무나물 배추김치⑨	흑미밥 오징어부추국⑤⑥⑩ 두부부침⑤⑥ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨	콩나물국⑤ 어묵조림⑤⑥ 배추김치⑨ 후식:방울토마토⑩	보리밥 우거지된장국⑤⑥ 고등어구이⑤⑥⑦ 호박무침⑤⑥ 팥두기⑨	백미밥 팽이버섯맑은국 돼지고기양념찜⑤⑥⑩ *시금치무침 배추김치⑨	두부소보로덮밥⑤⑥ 고구마순된장국⑤⑥ 팥두기⑨ 오렌지
에너지/단백질	물만두⑤⑥⑩/우유② 449kcal/20g	편단호박/우유② 403kcal/17g	칼국수⑤⑥ 390kcal/22g	유부초밥⑤⑥/결명자차 536kcal/22g	카스테라①②⑥ /우유② 462kcal/20g	*석식에 기재 317kcal/13g

원산지 표시	쌀 		콩 		배추김치 		축산물				수산물			
	밥	죽	누룽지	두부	순두부	배추	고춧가루	쇠고기 	돼지고기 	닭고기 	오리고기 	고등어	오징어	
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산 한우	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	원양산
	식육 및 수산물 가공품		너비아니(돼지고기: 국내산)/ 참치(다랑어: 원양산)/ 훈제오리(오리고기: 국내산)/ 돈까스(돼지고기: 국내산)											

- 알레르기 유발식품이 포함된 메뉴 뒤에 번호 표시: 대표 식품에는 '①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류(이를 첨가하여 최종 제품에 SO2(이산화황)로 10mg/kg 이상 함유한 경우에 한함) ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲자' 등이 있으나, 개인마다 알레르기를 유발시킬 수 있는 식품은 다를 수 있으니 개별적으로 각별한 주의가 필요합니다.
- 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
- 조미료(설탕, 식용유, 간장, 된장, 마요네즈 등)는 조리 시 추가 또는 변경될 수 있어 알레르기 표시가 반영되지 않을 수 있으니 주의하여 주세요.

※가공품 및 조미료의 경우 제품에 따라 알레르기 유발물질이 다를 수 있으니 제품 후면에 기재된 알레르기 유발물질 정보를 확인해 주세요.

10월 어린이집 · 유치원을 위한 저녁 식단(3-5세)

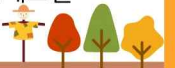
구립 독산1동어린이집

금천구 어린이·사회복지급식관리지원센터 영양운영팀

	월	화	수	목 1일	금 2일	토 3일
저녁	* 우리 어린이집에서는 연령별 알맞은 조리법과 1일 영양소 섭취기준으로 어린이가 급식으로 적절한 양을 섭취할 수 있도록 매일 표준 식재료량과 함께 영, 유아의 1일 적정 배식량을 제공합니다.			흑미밥 부추된장국 ⑤⑥ 닭고기테리야끼소스조림 ⑤⑥⑬ 무나물 배추김치 ⑨	백미밥 양배추맑은국 너비아니채소볶음 ⑤⑥⑩ 두부찜+양념장 ⑤⑥ 팥두기 ⑨	
에너지/단백질	* 우유 급식은 유아는 1인당 한 팩(200ml)씩 / 영아는 푸드머스 고칼슘 우유 1인당 한 팩(100ml)씩 제공합니다. (단 우유를 더 원하는 경우 충분히 제공합니다.)			334kcal/20g	419kcal/13g	
	5일	6일	7일	8일	9일	10일
저녁		수수밥 *김치국 ⑤⑥⑨ 돼지고기구이 ⑤⑩ 열무나물 ⑤⑥ 팥두기 ⑨	백미밥 근대된장국 ⑤⑥ 닭고기구마찜 ⑤⑥⑬ 미역나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	보리밥 도토리묵은국 ⑤⑥ 돼지고기당근볶음 ⑤⑥⑩ 복어채조림 ⑤⑥ 배추김치 ⑨		<오후간식> 팥배기떡 ①②⑥ /우유 ②
에너지/단백질		326kcal/19g	392kcal/17g	395kcal/24g		292kcal/9g
	12일	13일	14일	15일	16일	17일
저녁	백미밥 숙주맑은국 소고기장조림 ⑤⑥⑬ 청경채나물 ⑤⑥ 팥두기 ⑨	차조밥 김국 ⑤⑥ 돼지고기감자볶음 ⑤⑥⑩ 호박나물 배추김치 ⑨	백미밥 버섯된장국 ⑤⑥ 임연수국 ⑤⑥ 우엉조림 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	혼합잡곡밥 소고기묵국 ⑬ 스크램블에그 ①②⑤ 방울토마토샐러드 ⑫ 배추김치 ⑨	백미밥 콩나물국 ⑤ 혼제오리시금치볶음 ⑤ 부추무침 ⑤⑥ 팥두기 ⑨	<오후간식> 크림빵 ①②⑥ /우유 ②
에너지/단백질	336kcal/19g	346kcal/18g	369kcal/18g	389kcal/15g	334kcal/18g	240kcal/9g
	19일	20일	21일	22일	23일	24일
저녁	백미밥 열무된장국 ⑤⑥ 오징어오이볶음 ⑤⑥⑬ 유부조림 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	현미밥 달걀찜 ① 새우살굴소스볶음 ⑤⑨⑬ 순두부볶음자소스샐러드 ①⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 고구마된장국 ⑤⑥ 닭고기파프리카찜 ⑤⑥⑬ 얼갈이나물 ⑤⑥ 팥두기 ⑨	돈까스덮밥 ①⑤⑥⑩ 우동장국 ⑤⑥ 미역초무침 배추김치 ⑨	백미밥 청경채된장국 ⑤⑥ 삼치구이 ⑤⑥ 참나물무침 ⑤⑥ 팥두기 ⑨	<오후간식> 옥수수스프 ②⑥ /모닝빵 ①②⑥
에너지/단백질	368kcal/18g	382kcal/23g	341kcal/18g	347kcal/15g	334kcal/18g	176kcal/4g
	26일	27일	28일	29일	30일	31일
저녁	백미밥 무채국 ⑤⑥ 돼지고기장독떡이 ⑤⑥⑩ 숙주무침 배추김치 ⑨	흑미밥 만둣국 ⑤⑥⑩ 소고기양념찜 ⑤⑥⑬ 감자채볶음 ⑤⑥ 팥두기 ⑨	백미밥 부추된장국 ⑤⑥ *오징어두루치기 ⑤⑥⑬ 연근유자청무침 배추김치 ⑨	보리밥 시래기맑은국 닭고기콩나물찜 ⑤⑥⑬ 오이나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 유부된장국 ⑤⑥ 고등어조림 ⑤⑥⑦ 호박찜 ⑤⑥ 팥두기 ⑨	<오후간식> 멸치주먹밥 ⑤⑥ /보리차
에너지/단백질	351kcal/18g	432kcal/21g	374kcal/17g	343kcal/19g	390kcal/20g	146kcal/6g

원산지 표시	쌀 			콩 		배추김치 		축산물				수산물	
	밥	죽	누룽지	두부	순두부	배추	고춧가루	쇠고기 	돼지고기 	닭고기 	오리고기 	고등어	오징어
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산 한우	국내산	국내산	국내산	국내산	원양산
식육 및 수산물 가공품		너비아니(돼지고기: 국내산)/ 치킨너겟(닭고기: 국내산)/ 혼제오리(오리고기: 국내산)/ 돈까스(돼지고기: 국내산)											

- 금천구 어린이·사회복지급식관리지원센터에서 제공하는 3-5세용 저녁식단은 3-5세의 하루 에너지 필요추정량 1,400kcal, 단백질 권장섭취량 25g을 기준으로 작성되었습니다.
- 알레르기 유발식품이 포함된 메뉴 뒤에 번호 표시: 대표 식품에는 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산류(이를 첨가하여 최종 제품에 SO₂(이산화황)로 10mg/kg 이상 함유한 경우에 한함) ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 등이 있으나, 개인마다 알레르기를 유발시킬 수 있는 식품은 다를 수 있으니 개별적으로 각별한 주의가 필요합니다.
- *야생산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
- *조미료(설탕, 식용유, 간장, 된장, 마요네즈 등)는 조리 시 추가 또는 변경될 수 있어 알레르기 표시가 반영되지 않을 수 있으니 주의하여 주세요.
- 금천구 어린이·사회복지급식관리지원센터에서는 기본 식재료만 제공해 드립니다. 어린이집 사정을 고려하여 기본 식재료 외에 기타 식재료를 첨가하여 조리하실 수 있습니다.



※ 가공품 및 조미료의 경우 제품에 따라 알레르기 유발물질이 다를 수 있으니 제품 후면에 기재된 알레르기 유발물질 정보를 확인해 주세요.

10월 어린이집 · 유치원을 위한 저녁 식단(1-2세)

구립 독산1동어린이집

금천구 어린이·사회복지급식관리지원센터 영양운영팀

	월	화	수	목	금	토
				1일	2일	3일
저녁	* 우리 어린이집에서는 연령별 알맞은 조리법과 1일 영양소 섭취기준으로 어린이가 급식으로 적절한 양을 섭취할 수 있도록 매일 표준 식재료량과 함께 영, 유아의 1일 적정 배식량을 제공합니다.			흑미밥 부추된장국⑤⑥ 닭고기테리야끼소스조림 ⑤⑥⑬ 무나물 배추김치⑨	백미밥 양배추맑은국 너비아니채소볶음 ⑤⑥⑩ 두부찜+양념장⑤⑥ 팥두기⑨	
에너지/단백질	* 우유 급식은 유아는 1인당 한 팩(200ml)씩 / 영아는 푸드머스 고칼슘 우유 1인당 한 팩(100ml)씩 제공합니다. (단 우유를 더 원하는 경우 충분히 제공합니다.)			217kcal/13g	272kcal/9g	
	5일	6일	7일	8일	9일	10일
저녁		수수밥 *안매운김치국⑤⑥⑨ 돼지고기구이⑤⑩ 열무나물⑤⑥ 팥두기⑨	백미밥 근대된장국⑤⑥ 닭고기구마찜⑤⑥⑬ 미역나물⑤⑥ 배추김치⑨	보리밥 도토리묵은국⑤⑥ 돼지고기당근볶음 ⑤⑥⑩ 북어채조림⑤⑥ 배추김치⑨		<오후간식> 팥배기떡①②⑥ /우유②
에너지/단백질		209kcal/12g	255kcal/11g	257kcal/16g		235kcal/8g
	12일	13일	14일	15일	16일	17일
저녁	백미밥 숙주맑은국 소고기장조림⑤⑥⑬ 청경채나물⑤⑥ 팥두기⑨	차조밥 김국⑤⑥ 돼지고기감자볶음 ⑤⑥⑩ 호박나물 배추김치⑨	백미밥 버섯된장국⑤⑥ 임연수구이⑤⑥ 우엉조림⑤⑥ 배추김치⑨	혼합잡곡밥 소고기묵국⑬ 스크램블에그①②⑤ 방울토마토샐러드⑫ 배추김치⑨	백미밥 콩나물국⑤ 혼제오리시금치볶음⑤ 부추무침⑤⑥ 팥두기⑨	<오후간식> 크림빵①②⑥ /우유②
에너지/단백질	219kcal/12g	225kcal/12g	240kcal/12g	253kcal/10g	224kcal/12g	202kcal/8g
	19일	20일	21일	22일	23일	24일
저녁	백미밥 열무된장국⑤⑥ 오징어오이볶음⑤⑥⑬ 유부조림⑤⑥ 배추김치⑨	현미밥 달걀찜① 새우살굴소스볶음⑤⑨⑬ 순두부죽임자소스샐러드 ①⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 고구마된장국⑤⑥ 닭고기파프리카찜⑤⑥⑬ 얼갈이나물⑤⑥ 팥두기⑨	돈까스덮밥①⑤⑥⑩ 우동장국⑤⑥ 미역초무침 배추김치⑨	백미밥 청경채된장국⑤⑥ 삼치구이⑤⑥ 참나물무침⑤⑥ 팥두기⑨	<오후간식> 옥수수스프②⑥ /모닝빵①②⑥
에너지/단백질	239kcal/12g	248kcal/15g	222kcal/12g	225kcal/10g	217kcal/11g	114kcal/3g
	26일	27일	28일	29일	30일	31일
저녁	백미밥 무채국⑤⑥ 돼지고기장독떡⑤⑥⑩ 숙주무침 배추김치⑨	흑미밥 만둣국⑤⑥⑩ 소고기양념찜⑤⑥⑬ 감자채볶음⑤⑥ 팥두기⑨	백미밥 부추된장국⑤⑥ *안매운오징어두루치기 ⑤⑥⑬ 연근유자청무침 배추김치⑨	보리밥 시래기맑은국 닭고기콩나물찜⑤⑥⑬ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 유부된장국⑤⑥ 고등어조림⑤⑥⑦ 호박찜⑤⑥ 팥두기⑨	<오후간식> 멸치주먹밥⑤⑥ /보리차
에너지/단백질	228kcal/12g	281kcal/14g	254kcal/11g	223kcal/12g	253kcal/13g	95kcal/4g

원산지 표시	쌀 			콩 		배추김치 		축산물				수산물	
	밥	죽	누룽지	두부	순두부	배추	고춧가루	쇠고기 	돼지고기 	닭고기 	오리고기 	고등어	오징어
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산 한우	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
식육 및 수산물 가공품		너비아니(돼지고기: 국내산)/ 치킨너겟(닭고기: 국내산)/ 혼제오리(오리고기: 국내산)/ 돈까스(돼지고기: 국내산)											

- 금천구 어린이·사회복지급식관리지원센터에서 제공하는 1-2세용 저녁식단은 1-2세의 하루 에너지 필요추정량 900kcal, 단백질 권장섭취량 20g을 기준으로 작성되었습니다.
- 알레르기 유발식품이 포함된 메뉴 뒤에 번호 표시: 대표 식품에는 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산류(이를 첨가하여 최종 제품에 SO2(이산화황)로 10mg/kg 이상 함유한 경우에 한함) ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲자트 등이 있으나, 개인마다 알레르기를 유발시킬 수 있는 식품은 다를 수 있으니 개별적으로 각별한 주의가 필요합니다.
- *야생산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
- *조미료(설탕, 식용유, 간장, 된장, 마요네즈 등)는 조리 시 추가 또는 변경될 수 있어 알레르기 표시가 반영되지 않을 수 있으니 주의하여 주세요.
- 금천구 어린이·사회복지급식관리지원센터에서는 기본 식재료만 제공해 드립니다. 어린이집 사정을 고려하여 기본 식재료 외에 기타 식재료를 첨가하여 조리하실 수 있습니다.

※ 가공품 및 조미료의 경우 제품에 따라 알레르기 유발물질이 다를 수 있으니 제품 후면에 기재된 알레르기 유발물질 정보를 확인해 주세요.