

	월	화	수	목	금
	♥생일식단♥	★신메뉴 안내★	●10월 푸드브릿지●	1	2 [일당!오십!의날]
오전간식	(생일식단 적용 날짜 간식)	6일 도토리가루전 조리방법은 표준레시피를 참고하세요!	step 1 : 닭살아육죽 step 2 : 쇠고기아육볶음밥 step 3 : 아욱나물	♫바나나/우유②	●닭살아육죽⑤⑥⑬●
점심	쌀밥 황태미역국⑤④ 소불고기⑤⑥⑬ ▶양상추사과샐러드⑤④ 영유아배추김치⑨			기장밥 열무된장국⑤④ ♫미트볼구이①⑤④⑩ ▶매실청오이무침 영유아배추김치⑨	쌀밥 애호박맑은국⑤④ 임연수살무초림⑤④ 김자반⑤④ 영유아배추김치⑨
오후간식	케이크①②⑤⑥/우유②			잼샌드위치①②⑤⑥/옥수수차	♫진감자/우유②
영양·단백질	438/17			395/18	425/20
	5 [체공휴일]	6	[저염] 7 국없데이	8 [서울미래밥상]	9 [한글날]
오전간식		파프리카 스틱 /떠먹는요구르트②	미역죽⑤④	사과/우유②	
점심		수수밥 시금치된장국⑤④ 쇠고기부추볶음⑤④⑬ 새송이버섯나물⑤④ 영유아배추김치⑨	닭살하이라이스②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ ♫무칫국⑤④ 가지나물⑤④ ♫▶양배추콘샐러드①⑤ 영유아각두기⑨	차조밥 순두부백탕⑤ 가자미살찜 근대된장무침⑤④ 영유아배추김치⑨	
오후간식		★도토리가루전①⑤④★ /결명차차	찐 고구마/우유②	채소주먹밥⑤/오미자차	
영양·단백질		380/18	443/14	460/21	
	12	13	14	15	16
오전간식	배	토마토 스틱⑫ /치즈②	당근죽	씨 없는 포도/우유②	누룽지죽
점심	쌀밥 참나물된장국⑤④ ♫안매운제육볶음⑤⑥⑩ ♫▶상추채무침⑤④ 영유아배추김치⑨	기장밥 감자맑은국⑤④ 고등어구이⑤④⑦ 무나물⑤④ 영유아배추김치⑨	●쇠고기아육볶음밥⑤④⑬● 실파장국⑤④ 연근조림⑤④ 영유아배추김치⑨ [마시는요구르트②] 삶은달걀①/우유②	흑미밥 청경채맑은국 닭살채소조림⑤④⑬ 고구마순나물⑤④ 영유아배추김치⑨	쌀밥 건새우된장국⑤④⑨ 돈육콩나물찜⑤④⑩ 브로콜리숙회⑤④ 영유아각두기⑨
오후간식	우유식빵①②⑤⑥/우유②	▶두부샐러드*흑임자소스①⑤④		썩갓우동⑤④	♫단호박맛탕⑤/우유②
영양·단백질	429/18	355/17	505/20	397/16	453/17
	19	20	[저염] 21 국없데이	22 [서울미래밥상]	23
오전간식	키위	오이 스틱 /떠먹는요구르트②	흑미찰쌀죽	단감/우유②	양배추죽⑤④
점심	쌀밥 미역국⑤④ 쇠고기장조림⑤⑥⑬ ▶유부무침⑤④ 영유아배추김치⑨	차조밥 얼갈이된장국⑤④ 순살뽕볶음탕⑤④⑮ 애호박나물⑤④ 영유아각두기⑨	(혼제)오리채소비빔밥⑤④ ♫부추맑은국⑤④ ♫버섯잡채⑤④ ▶과일샐러드② 영유아배추김치⑨	수수밥 대구살찌개⑤④ 두부스테이크⑤⑥⑩ 시금치나물⑤④ 영유아배추김치⑨	쌀밥 근대맑은국⑤④ 돈육파채볶음⑤④⑩ ♫청포묵김무침 영유아배추김치⑨
오후간식	♫후래쉬번①②⑤⑥/우유②	치즈스틱①②⑤⑥/통굴레차	찐감자/우유②	우영주먹밥⑤④/보리차	♫삶은 달걀①/우유②
영양·단백질	457/19	419/21	443/15	484/20	457/21
	26	27	28	29(생일잔치)	30
오전간식	귤	당근 스틱 /떠먹는요구르트②	부추죽	♫바나나/우유②	가지양파죽
점심	쌀밥 ♫안매운김치국⑨ 치즈찜닭②⑤⑥⑮ 청경채나물⑤④ 영유아각두기⑨	흑미밥 쇠고기묵국⑬ ♫(불)어묵조림⑤④ ♫자른고사리나물⑤④ 영유아배추김치⑨	돈육숙주덮밥⑤⑥⑩ 들깨양파국⑤④ ▶파프리카오이무침 영유아배추김치⑨ [마시는요구르트②]	쌀밥 황태미역국⑤④ 소불고기⑤⑥⑬ ▶양상추사과샐러드⑤④ 영유아배추김치⑨	쌀밥 ♫배추당면국 [♫생선가스*타르타르소스①②⑤④] 취나물무침⑤④ 영유아각두기⑨
오후간식	모닝빵①②⑤⑥/우유②	감자버터구이②/옥수수차	단호박찜/두유⑤	케이크①②⑤⑥/마시는 요구르트②	♫고구마샐러드①⑤/우유②
영양·단백질	408/18	417/16	450/16	438/17	500/17
	쌀(참쌀,흑미 등)	김치	콩	쇠고기	
	밥/죽	누룽지	배추	고춧가루	두부
원산지 표시	산	산	국내산	국내산	국내산
	식육가공품	미트볼구이(돼지고기:국내산)		순두부	국내산
	수산물이공품	(불)어묵조림(국내산), 생선가스*타르타르소스(명태:국내산)		□한우□육우□젖소	산
				돼지고기	산
				닭고기	국내산
				오리고기 (혼제)	국내산
				수산물	고등어
					국내산

(*연육: 복합원재료로 삭제 가능)

①난류 ②우유 ③매밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야행산류 ⑭호두 ⑮달고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류 ⑲갯

안락르기 오방식품