

요일	월	화	수	목	금
날짜				1:생일식단	2
오전간식				바나나/치즈:②	메론/치즈:②
점심				백미밥 들깨미역국:⑤⑥ 빼없는돼지갈비찜:⑤⑥⑩ 숙주나물:⑤⑥ 배추김치:⑨	백미밥 순두부국:⑤⑥ 소고기당면볶음:⑤⑥⑩ 무나물:⑤⑥ 배추김치:⑨
오후간식				생일케이크/우유:①②⑤⑥/②	치즈빵/우유:①②⑤⑥/②
열량(Kcal)/단백질(g)				685.6/25.6	630/24.8
날짜	5:[대체공휴일]	6	7:[일요일식단]	8	9:[한글날]
오전간식		누룽지죽	파인애플/치즈:②	게살달걀죽:①⑤⑥⑧	
점심		보리밥 실파장국:⑤⑥ 오리채소볶음:⑤⑥ 김자반:⑤⑥ 배추김치:⑨	돼지고기양배추볶음밥:⑤⑥⑩ 유부맑은국:⑤⑥ 소세지계첩볶음:⑤⑥⑩⑫ 깍두기:⑨	기장밥 어묵국:⑤⑥ 삼치데리야끼조림:⑤⑥ 얼갈이나물:⑤⑥ 배추김치:⑨	
오후간식		모닝빵+딸기잼/우유:①②⑤⑥/②	옥수수전:①⑤⑥	편감자/우유:②	
열량(Kcal)/단백질(g)		647.7/21.2	694.9/27.7	645.5/30.5	
날짜	12	13	14:[일요일식단]	15	16
오전간식	사과/치즈:②	브로콜리죽:⑤⑥	샤인머스켓/치즈:②	흰살생선죽:⑤⑥	바나나/치즈:②
점심	흑미밥 버섯된장찌개:⑤⑥ 콩나물돈육불고기:⑤⑥⑩ 가지나물:⑤⑥ 깍두기:⑨	보리밥 호박양파국 간장 닭갈비:⑤⑥⑩ 당근숙주나물:⑤ 배추김치:⑨	돼지고기짜장밥:⑤⑩ 달걀국:① 물만두:⑤⑥⑩ 깍두기:⑨	기장밥 곤약탕국:⑤ 돈육장조림:⑤⑥⑩ 무나물나물:⑤⑥ 깍두기:⑨	백미밥 미역국:⑤⑥ 메추리알장조림:①⑤⑥ 안매운참치김치볶음:⑤⑨ 깍두기:⑨
오후간식	우영주먹밥:⑤⑥	쉬폰빵/우유:①②⑥/②	간장어묵볶음:⑤⑥	삶은달걀/액상요구르트:①/②	소보로빵/우유:①②④⑥/②
열량(Kcal)/단백질(g)	653.4/19.6	624.4/22.2	606.2/28	678.4/35.5	649.8/27.1
날짜	19	20	21:[일요일식단]	22	23
오전간식	배/치즈:②	흑임자죽	감귤치즈:②	김가루채소죽	바나나/치즈:②
점심	흑미밥 황태묵국:⑤⑥ 돈육바삭불고기:⑤⑥⑩⑫ 청포묵김무침:⑤⑥ 배추김치:⑨	보리밥 청경채맑은국 새우살채소볶음:⑤⑨ 김구이 깍두기:⑨	소고기무밥/양념장:⑤⑥⑫ 두부탕국:⑤⑥⑨⑫ 진미채조림:⑤⑥⑩ 배추김치:⑨	기장밥 얼갈이된장국:⑤⑥ 닭가슴살야채볶음:⑤⑥⑩ 애호박나물:⑤⑥ 배추김치:⑨	백미밥 맑은콩나물국:⑤ 카레고등어구이:⑤⑥⑦ 시금치나물:⑤⑥ 깍두기:⑨
오후간식	로제소스파게티:②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮	햄치즈샌드위치/우유:①②⑤⑥⑩⑫⑬/②	어묵핫바/과채주스:⑤⑥	찐고구마/우유:②	카스테라빵/우유:①②⑥/②
열량(Kcal)/단백질(g)	649.2/31.1	628.8/24.6	627.8/36.3	671.4/24.5	693.9/25
날짜	26	27	28:[일요일식단]	29	30
오전간식	단감/치즈:②	영양달걀죽	샤인머스켓/치즈:②	소고기버섯죽:⑤⑥⑩	감귤/치즈:②
점심	흑미밥 안매운 육개장:⑤⑥⑫ 참치두부조림:⑤⑥ 양배추나물:⑤⑥ 배추김치:⑨	보리밥 맑은근대국:⑤⑥⑨ 돈목살버섯구이:⑩ 오이파프리카무침:⑤⑥ 배추김치:⑨	새우채소볶음밥:⑤⑥⑨ 팽이버섯장국:⑤⑥ 과일요거트범벅:② 깍두기:⑨	기장밥 잘게 자른 오징어무국:⑤⑥⑩ 채소달걀찜:① 어묵채소볶음:⑤⑥ 배추김치:⑨	백미밥 맑은콩나물국:⑤ 카레고등어구이:⑤⑥⑦ 시금치나물:⑤⑥ 깍두기:⑨
오후간식	유부우동:⑤⑥	단팥빵/우유:①②⑥/②	미니핫도그/우유:①②⑥⑩/②	꿀단호박찜/우유:②	크림빵/우유:①②⑥/②
열량(Kcal)/단백질(g)	653/29.9	623/26	641.1/25	618.5/25.5	686.3/26.5

※알레르기 유발식품(총 19종): ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳참

* 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

원산지 표시	쌀				쌀가공품		배추김치		쇠고기(국내산)		쇠고기(수입)		돼지고기		닭고기		오리고기	
	쌀	찹쌀	현미	흑미	누룽지	배추	고춧가루	한우	육우									
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	o		산			국내산		국내산		국내산	
	두부류				수산물				어육가공품(표시사항에 원산지가 표기된 제품)									
	두부	순두부	콩비지		(낙지, 고등어, 갈치, 명태(건조제외), 오징어, 꽃게, 참조기, 주꾸미, 아귀, 전복, 방어 등)				참치	소시지	오리훈제	진미채	햄	합박스테이크	달걀정			
	콩	콩	콩		고등어	오징어			다랑어	돼지고기	오리고기	오징어	돼지고기	돼지고기	닭고기			

★ 식단 및 원산지는 식품 수급 상황에 따라 달라질 수 있으며, 변경되는 즉시 재안내 하겠습니다.

요일	월	화	수	목	금													
날짜				1:생일식단	2													
오전간식				바나나/치즈:②	메론/치즈:②													
점심				백미밥 들깨미역국:⑤⑥ 빼없는돼지갈비찜: ⑤⑥⑩ 숙주나물:⑤⑥ 배추김치:⑨	백미밥 순두부국:⑤⑥ 소고기당면볶음: ⑤⑥⑩ 무나물:⑤⑥ 배추김치:⑨													
오후간식				생일케이크/우유: ①②⑤⑥/②	치즈빵/우유: ①②⑤⑥/②													
열량(Kcal)/단백질(g)	685.6/25.6			630/24.8														
날짜	5:[대체공휴일]	6	7:[일요일식단]	8	9:[한글날]													
오전간식		누룽지죽	파인애플/치즈:②	게살달걀죽:①⑤⑥⑧														
점심		보리밥 실파장국:⑤⑥ 오리채소볶음:⑤⑥ 김자반:⑤⑥ 배추김치:⑨	돼지고기양배추볶음밥: ⑤⑥⑩ 유부맑은국:⑤⑥ 소세지계첩볶음: ⑤⑥⑫⑬ 깍두기:⑨	기장밥 어묵국:⑤⑥ 삼치데리야끼조림: ⑤⑥ 얼갈이나물:⑤⑥ 배추김치:⑨														
오후간식		모닝빵+딸기잼/우유: ①②⑤⑥/②	옥수수전:①⑤⑥	찐감자/ 우유:②														
열량(Kcal)/단백질(g)		647.7/21.2	694.9/27.7	645.5/30.5														
날짜	12	13	14:[일요일식단]	15	16													
오전간식	사과/치즈:②	브로콜리죽:⑤⑥	샤인머스캣/치즈:②	흰살생선죽:⑤⑥	바나나/치즈:②													
점심	흑미밥 버섯된장찌개:⑤⑥ 콩나물돈육불고기: ⑤⑥⑩ 가지나물:⑤⑥ 깍두기:⑨	보리밥 호박양파국 닭갈비:⑤⑥⑮ 당근숙주나물:⑤ 배추김치:⑨	돼지고기짜장밥:⑤⑩ 달걀국:① 물만두:⑤⑥⑩ 깍두기:⑨	기장밥 곤약탕국:⑤ 돈육장조림:⑤⑥⑩ 무나물나물:⑤⑥ 깍두기:⑨	백미밥 미역국:⑤⑥ 메추리알장조림:①⑤⑥ 안매운참치김치볶음: ⑤⑨ 깍두기:⑨													
오후간식	우영주먹밥:⑤⑥	쉬폰빵/우유: ①②⑥/②	간장어묵볶음:⑤⑥	삶은달걀/액상 요구르트:①/②	소보로빵/우유: ①②④⑥/②													
열량(Kcal)/단백질(g)	653.4/19.6	624.4/22.2	627.8/36.3	678.4/35.5	649.8/27.1													
날짜	19	20	21:[일요일식단]	22	23													
오전간식	배/치즈:②	흑임자죽	감귤치즈:②	김가루채소죽	바나나/치즈:②													
점심	흑미밥 황태묵국:⑤⑥ 돈육바삭불고기: ⑤⑥⑩⑬ 청포묵김부침:⑤⑥ 배추김치:⑨	보리밥 청경채맑은국 새우살채소볶음:⑤⑨ 김구이 깍두기:⑨	소고기무밥/양념장: ⑤⑥⑬ 두부탕국:⑤⑥⑨⑬ 진미채조림:⑤⑥⑬ 배추김치:⑨	기장밥 얼갈이된장국:⑤⑥ 닭가슴살야채볶음: ⑤⑥⑮ 애호박나물:⑤⑥ 배추김치:⑨	백미밥 맑은콩나물국:⑤ 카레고등어구이: ⑤⑥⑦ 시금치나물:⑤⑥ 깍두기:⑨													
오후간식	로제소스스파게티: ②⑤⑥⑫⑮⑬⑬	햄치즈샌드위치/우유: :①②⑤⑥⑥⑫⑮⑬/②	어묵핫바/과채주스: ⑤⑥	찐고구마/우유:②	카스테라빵/우유: ①②⑥/②													
열량(Kcal)/단백질(g)	649.2/31.1	628.8/24.6	606.2/28	671.4/24.5	693.9/25													
날짜	26	27	28:[일요일식단]	29	30													
오전간식	단감/치즈:②	영양달걀죽	샤인머스캣/치즈:②	소고기버섯죽:⑤⑥⑬	감귤/치즈:②													
점심	흑미밥 육개장:⑤⑥⑬ 참치두부조림:⑤⑥ 양배추나물:⑤⑥ 배추김치:⑨	보리밥 맑은근대국:⑤⑥⑨ 돈목살버섯구이:⑩ 오이파프리카무침: ⑤⑥ 배추김치:⑨	새우채소볶음밥:⑤⑥⑨ 팽이버섯장국:⑤⑥ 과일요거트범벅:② 깍두기:⑨	기장밥 오징어무국:⑤⑥⑬ 채소달걀찜:① 어묵채소볶음:⑤⑥ 배추김치:⑨	백미밥 감자맑은국 소고기숙주볶음: ⑤⑥⑬ 연근흑임자소스무침: ①⑤ 배추김치:⑨													
오후간식	유부우동:⑤⑥	단팥빵/우유: ①②⑥/②	미니핫도그/우유: :①②⑥⑬/②	꿀단호박찜/우유:②	크림빵/우유: ①②⑥/②													
열량(Kcal)/단백질(g)	653/29.9	623/26	641.1/25	618.5/25.5	686.3/26.5													
※알레르기 유발식품(총 19종): ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ⑳잣																		
* 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.																		
원산지 표시	쌀				쌀가공품	배추김치	쇠고기(국내산)	쇠고기 (수입)	돼지고기	닭고기	오리고기							
	찰	잡	현미	흑미	누룽지	배추	고춧가루	한우	육우									
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	o	산	국내산	국내산	국내산						
	두부류				수산물				어육가공품(표시사항에 원산지가 표기된 제품)									
	두부	순두부	콩비지		(낙지, 고등어, 갈치, 명태(건조제외), 오징어, 꽃게, 참조기, 주꾸미, 아귀, 전복, 방어 등)				참치	소시지	오리훈제	진미채	햄	햄박스테이크	닭강정			
	콩	콩	콩		고등어	오징어			다랑어	돼지고기	오리고기	오징어	돼지고기	돼지고기	닭고기			
	국내산	국내산	국내산		국내산	원양산			태평양산	국내산	국내산	페루산	국내산	국내산	국내산			