

날짜	* 생일day 생일잔치가 있는 날에 바꿔 사용하는 날			- 10월 제철 음식 무, 고구마, 늪은호박, 버섯류, 청경채, 고등어, 전복, 콩치, 삼치, 갈치, 홍합, 게사과, 감귤, 배, 사인머스켓, 석류, 단감 등			1일(목)	2일(금)			
오전간식	* 소중day 제공이 중단되었습니다.			* 무기질과 비타민 등의 영양소 파괴를 최소화한 형태의 간식 음식명 앞에 “  ” 기호가 표시되어 있습니다.			쇠고기죽⑤⑥⑬	달걀죽①			
점심	* 맛나day 영양소가 풍부한 제철 식재료를 활용해 새로운 메뉴를 개발하여 제공하는 날 아면 달은  을 이용한 메뉴가 제공됩니다.			* 본 식단은 식품 수급 현황에 따라 변동될 수 있으나 임의 변경된 식단에 대해서는 센터 식단으로 인정되지 않습니다.			차조밥 채소된장국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑮ 애호박나물⑤⑥ 잘게썰막두기⑨	백미밥 돌깨무채국⑤⑥ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 브로콜리새우볶음⑤⑥⑨ 잘게썰배추김치⑨			
오후간식	* 쫄쫄day 성장기에 필요한 영양소를 중심으로 식단 구성하여 제공하는 날						미니우동⑤⑥	 편단호박 우유②			
에너지/단백질 (kcal/g)	아면 달 영양소는  입니다.						655.9/26.7	695.4/33.4			
날짜	5일(월) 대체휴일	6일(화) 쫄쫄day - 철분	7일(수)	8일(목)	9일(금) 한글날						
오전간식		잔멸치죽	참깨채소죽	닭죽⑮							
점심		소고기무밥+양념장⑤⑥⑬ 시금치된장국⑤⑥ 자른메추리알장조림①⑤⑥ 잘게썰배추김치⑨ 감자반(추가제공)	기장밥 오징어콩나물국⑤⑥⑰ 돼지불고기⑤⑥⑩ 청포묵김무침⑤⑥ 잘게썰배추김치⑨	백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑬ 두부조림⑤⑥ 감자채볶음⑤⑥ 잘게썰막두기⑨							
오후간식		 편감자 우유②	 과일(배) 우유②	 과일(잘게썰씨없는포도) 떠먹는요거트②							
에너지/단백질 (kcal/g)		674.5/29.8	666.8/29.5	681/26.7							
날짜	12일(월)	13일(화) 맛나day - 연근	14일(수) 생일day	15일(목)	16일(금)						
오전간식	새우채소죽⑤⑥⑨	전복죽⑬	부추달걀죽①⑤⑥	버섯채소죽	치즈양파죽②						
점심	백미밥 콩가루배추국⑤⑥ 간장닭볶음탕⑤⑥⑮ 숙주나물⑤⑥ 잘게썰막두기⑨	돼지고기카레라이스⑤⑥⑩ 애호박맑은국 연근백김치전①⑤ 잘게썰막두기⑨ 감자반(추가제공)	참쌀팔밥 미역국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑬ 피망잡채⑤⑥ 잘게썰막두기⑨	백미밥 유부장국⑤⑥ 삼치연장조림⑤⑥ 달걀찜① 잘게썰배추김치⑨	차조밥 감자양파국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑮ 견과류잔멸치볶음⑤⑥⑭ 잘게썰배추김치⑨						
오후간식	 과일(사과) 우유②	삶은달걀① 식혜	케이크①②⑤⑥ 우유②	김가루주먹밥⑤⑥ 보리차	 과일(바나나) 두유⑤						
에너지/단백질 (kcal/g)	655.7/37.9	660.8/29.4	780.2/23.4	671.5/25.5	665.3/23.2						
날짜	19일(월)	20일(화)	21일(수)	22일(목)	23일(금)						
오전간식	누룽지죽	두부채소죽⑤⑥	김가루참쌀죽	고구마죽	늪은호박죽						
점심	백미밥 떡만두국⑤⑥⑩ 채소달걀말이①⑤ 연근조림⑤⑥ 잘게썰배추김치⑨	쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑬ 팽이미소국⑤⑥ 새우살계첩볶음⑤⑨⑫ 잘게썰막두기⑨ 감자반(추가제공)	기장밥 어묵국⑤⑥ 닭살간장조림⑤⑥⑮ 시금치나물⑤⑥ 잘게썰배추김치⑨	김정콩밥⑤ 온도토리묵국⑤⑥⑨ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 미역줄기볶음⑤⑥ 잘게썰막두기⑨	백미밥 애호박수제비⑥ 고등어무조림⑤⑥⑦ 온두부+양념장⑤⑥ 잘게썰배추김치⑨						
오후간식	 과일(잘게썰씨없는포도) 우유②	 편감자 발효유② ex)블라리스키즈	 과일(골든키위) 떠먹는요거트②	쌀국수⑬	빵(밤식빵)①②⑤⑥ 우유②						
에너지/단백질 (kcal/g)	710.2/21.8	690.9/27.6	640.6/32.1	715.6/26.2	773.7/30.4						
날짜	26일(월)	27일(화)	28일(수)	29일(목)	30일(금)						
오전간식	참치채소죽	검은콩죽⑤	부추된장죽⑤⑥	채소죽⑤⑥	게살죽①⑤⑥⑧						
점심	백미밥 시래기국⑤⑥ 간장제육볶음⑤⑥⑩ 잔멸치우영조림⑤⑥ 잘게썰막두기⑨	짜장덮밥⑤⑥⑩ 실파달걀국① 애호박어묵볶음⑤⑥ 잘게썰배추김치⑨ 감자반(추가제공)	홍미밥 쇠고기묵국⑬ 가자미살카레구이⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 잘게썰배추김치⑨	백미밥 닭곰탕⑮ 들기름두부부침+양념장⑤⑥ 감자반⑤⑥ 잘게썰배추김치⑨	수수밥 조갯살미역국⑤⑥⑮ 간장오리불고기⑤⑥ 무나물⑤⑥ 잘게썰배추김치⑨						
오후간식	 과일(귤) 우유②	물만두⑤⑥⑩ 유자차	 과일(사과) 두유⑤	토마토스크램블에그①②⑤⑫ 과채주스 ex)오미요미	 편고구마 우유②						
에너지/단백질 (kcal/g)	661.4/33.6	680/25.2	640.9/29.2	656.6/26.8	716/24						
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류(최종제품에 SO ₂ 함량 10ml/kg 이상) ⑭오트 ⑮달고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 (총22종) * 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다										
원산지표시	쌀(현미,찰쌀,흑미)	쇠고기	돼지	오리	배추김치	콩	고등어				
	밥,죽,누룽지	국내산	고기	고기	배추	고춧가루	두부	순두부	연두부	전복	고등어
	국내산	한우 육우 젖소	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	가공품(수산물/식육) (외국산은 국가명 기재)			참치캔	떡갈비		생선가스				
				다랑어 원양산	돼지고기 국내산	쇠고기 국내산	민대구 국내산				

날짜	*생일day 생일잔치가 있는 날에 바꿔 사용하는 날			- 10월 제철 음식 무, 고구마, 늪은호박, 버섯류, 청경채, 고등어, 전복, 콩치, 삼치, 갈치, 홍합, 게사과, 감귤, 배, 샤인머스켓, 석류, 단감 등			1일(목) 쇠고기죽⑤⑥⑬			2일(금) 달걀죽①					
오전간식	*소풍day 제공이 중단되었습니다.						차조밥 채소된장국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑬ 애호박나물⑤⑥ 잘게썬막두기⑨			백미밥 들깨무채국⑤⑥ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 브로콜리새우볶음⑤⑥⑨ 잘게썬백김치					
점심	*맛나day 영양소가 풍부한 제철 식재료를 활용해 새로운 메뉴를 개발하여 제공하는 날 아편 달은 [연근]을 이용한 메뉴가 제공됩니다.			*무기질과 비타민 등의 영양소 파괴를 최소화한 형태의 간식 음식명 앞에 “  ” 기호가 표시되어 있습니다.											
오후간식	*썩썩day 성장기에 필요한 영양소를 중심으로 식단 구성하여 제공하는 날			*본 식단은 식품 수급 현황에 따라 변동될 수 있으나 임의 변경된 식단에 대해서는 센터 식단으로 인정되지 않습니다.			미니우동⑤⑥			 오แกน단호박우유②					
에너지/단백질(kcal/g)	이번 달 영양소는 [청분]입니다.						426.3/17.4			449.2/21.5					
날짜	5일(월) 대체휴일			6일(화) 썩썩day - 청분			7일(수)			8일(목)			9일(금) 한글날		
오전간식				잔말치죽			참깨채소죽			닭죽⑬					
점심				소고기무밥+양념장⑤⑥⑬ 시금치된장국⑤⑥ 자른매추리알장조림①⑤⑥ 잘게썬백김치 김자반(추가제공)			기장밥 콩나물국⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ 청포묵김부침⑤⑥ 잘게썬백김치			백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑬ 두부조림⑤⑥ 감자채볶음⑤⑥ 잘게썬막두기⑨					
오후간식				 오แกน자우유②			 과일(배)우유②			 과일(잘게썬씨없는포도)떠먹는요거트②					
에너지/단백질(kcal/g)				440.4/19.4			431.9/18.6			442.6/17.4					
날짜	12일(월)			13일(화) 맛나day - 연근			14일(수) 생일day			15일(목)			16일(금)		
오전간식	새우채소죽⑤⑥⑨			전복죽⑬			부추달걀죽①⑤⑥			버섯채소죽			치즈양파죽②		
점심	백미밥 콩가루배추국⑤⑥ 간장닭볶음탕⑤⑥⑬ 숙주나물⑤⑥ 잘게썬막두기⑨			돼지고기카레라이스⑤⑥⑩ 애호박맑은국 연근백김치전①⑤ 잘게썬막두기⑨ 김자반(추가제공)			참쌀팔밥 미역국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑬ 피망잡채⑤⑥ 잘게썬막두기⑨			백미밥 유부장국⑤⑥ 삼치옛장조림⑤⑥ 달걀찜① 잘게썬백김치			차조밥 감자양파국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑬ 잔말치볶음⑤⑥ 잘게썬백김치		
오후간식	 과일(사과)우유②			삶은달걀① 식혜			케이크①②⑤⑥ 우유②			김가루주먹밥⑤⑥ 보리차			 과일(바나나)두유⑤		
에너지/단백질(kcal/g)	428.5/24.9			435.6/19.4			527.3/15.2			433.6/16.4			411.1/15		
날짜	19일(월)			20일(화)			21일(수)			22일(목)			23일(금)		
오전간식	누룽지죽			두부채소죽⑤⑥			김가루참살죽			고구마죽			늪은호박죽		
점심	백미밥 만둣국⑤⑥⑩ 채소달걀말이①⑤ 연근조림⑤⑥ 잘게썬백김치			쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑬ 팽이미소국⑤⑥ 새우살계첩볶음⑤⑨⑫ 잘게썬막두기⑨ 김자반(추가제공)			기장밥 어묵국⑤⑥ 달걀간장조림⑤⑥⑬ 시금치나물⑤⑥ 잘게썬백김치			백미밥 온도토리묵국⑤⑥⑨ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 미역줄기볶음⑤⑥ 잘게썬막두기⑨			백미밥 애호박수제비⑥ 고등어무조림⑤⑥⑦ 온두부+양념장⑤⑥ 잘게썬백김치		
오후간식	 과일(잘게썬씨없는포도)우유②			 오แกน자발효유② ex)블가리스키즈			 과일(골든키위)떠먹는요거트②			쌀국수⑬			빵(밤식빵)①②⑤⑥ 우유②		
에너지/단백질(kcal/g)	442.4/14.4			454.6/18.1			416.8/21			470.3/16.6			480/19.6		
날짜	26일(월)			27일(화)			28일(수)			29일(목)			30일(금)		
오전간식	참치채소죽			검은콩죽⑤			부추된장죽⑤⑥			채소죽⑤⑥			게살죽①⑤⑥⑧		
점심	백미밥 시래기국⑤⑥ 간장제육볶음⑤⑥⑩ 잔말치우영조림⑤⑥ 잘게썬막두기⑨			짜장덮밥⑤⑥⑩ 실파달걀국① 애호박어묵볶음⑤⑥ 잘게썬백김치 김자반(추가제공)			백미밥 쇠고기묵국⑬ 가자미살카레구이⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 잘게썬백김치			백미밥 닭곰탕⑬ 들기름두부부침+양념장⑤⑥ 김자반⑤⑥ 잘게썬백김치			수수밥 조갯살미역국⑤⑥⑬ 간장오리불고기⑤⑥ 무나물⑤⑥ 잘게썬백김치		
오후간식	 과일(귤)우유②			물만두⑤⑥⑩ 유자차			 과일(사과)두유⑤			토마토스크램블에그①②⑤⑫ 과채주스 ex)요미요미			 오แกน고구마우유②		
에너지/단백질(kcal/g)	429.9/21.9			444.2/16.3			415.4/19			424/17.3			462.5/15.5		
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류(최종제품에 SO ₂ 함량 10mg/kg 이상) ⑭호두 ⑮달걀 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 (총22종) * 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다														
원산지표시	쌀(현미,찰쌀,흑미) 밥,죽,누룽지			쇠고기 국내산			돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치		콩		전복	고등어
	국내산			한우 육우 젓소			국내산	국내산	국내산	배추	고춧가루	두부	순두부	연두부	국내산
			가공품(수산물/식육) (외국산은 국가명 기재)			참치캔 다량어 위양사		떡갈비 돼지고기 국내산		생선파스 민대구 국내산					