

요일	월	화	수	목	금	토
날짜	5	6	7	8	9	10
오전간식	[알레르기유발식품 19가지] ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 *⑬야황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 홍합, 전복 포함) ⑲잣			그레놀라+ ♣떠먹는요구르트②	♥사과	개천절
점심				백미밥 아욱맑은국⑤⑥ 간장찜닭⑤⑥⑮ 양배추살과다케참파요네즈 ①⑤⑫ 배추김치⑨	수수밥 쇠고기무국⑤⑥⑯ 들기름두부구이⑤⑥ 숙주김가루무침⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식				온도토리묵국⑤⑥⑨/ ♣어린이치즈②	카스테라①②⑥/♣우유 ②	
열량(kcal)/단백질(g)				653/27	707/21	
날짜	12	13	14	15	16	17
오전간식	♥자른씨없는포도	♣떠먹는요구르트②	♥배	♥사과+♣어린이치즈②	♥바나나	♣두유⑤
점심	차조밥 복엇국⑤⑥ 돈육두루치기⑤⑥⑩ 상추사과무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 조갯살미역국⑤⑥⑯ 메추리알장조림①⑤⑥ 게맛살양파볶음①⑤⑥⑧ 배추김치⑨	백미밥 얼무된장국⑤⑥ 수제함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑯⑮ 마카로니샐러드①⑤ 배추김치⑨	현미잡곡밥 콩비지찌개⑤⑨⑩ 가지마카레구이⑤⑥ 감자조림⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 숙갯맑은국 훈제오리단호박찜⑤⑥ 청포묵김무침⑤⑥ 배추김치⑨	혼합잡곡밥 시래기된장국⑤⑥ 새우크림소스조림②⑨ 깨순나물무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	수제비⑥	그레놀라+♣우유②	토마토스파게티 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑮/ ♣우유②	♥찐고구마/보리차	모닝빵①②⑤⑥/♣우유 ②	미숫가루우유②⑤
열량(kcal)/단백질(g)	637/26	647/29	691/23	648/20	657/21	595/26
날짜	19	20	21	22 <생일식단>	23	24
오전간식	♥사과	♥바나나	♥자른씨없는포도	♥골드키위+♣어린이치즈②	♥배	♣검은콩두유⑤
점심	흑미밥 가지된장국⑤⑥ 우삼겹숙주볶음⑤⑥⑯ 느타리버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	오므라이스①⑤⑫⑯ 팽이버섯된장국⑤⑥ 미니돈까스+소스 ①⑤⑥⑩⑫ 배추김치⑨	돈육짜장덮밥⑤⑥⑩ 무채국⑤⑥ 달걀후라이①⑤ 배추김치⑨	혼합잡곡밥 전복미역국⑤⑥⑯ 쇠고기육전①⑤⑥⑯ 오이양파나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 홍새우살맑은국⑨ 닭볶음탕⑤⑥⑮ 연근흑임자소스무침①⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 바지락맑은탕⑯ 참치채소전①⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	양배추치즈전①②⑤⑥	잔멸치주먹밥⑤	식빵토스트①②⑤⑥/ ♣우유②	케이크①②⑥/사과주스	유부조림주먹밥⑤⑥/ ♣우유②	수제블루베리우유②
열량(kcal)/단백질(g)	621/21	630/20	600/22	685/20	672/29	599/30
날짜	26	27	28	29	30	31
오전간식	♥바나나	그레놀라+ ♣떠먹는요구르트②	♥사과	♥파인애플+♣어린이치즈②	♥자른씨없는포도	♣두유⑤
점심	현미잡곡밥 두부미역국⑤⑥ 채소달걀말이①⑤ 야몬드멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 표고버섯된장국⑤⑥ 돼지고기찜⑤⑥⑩ 얼갈이나물⑤⑥ 배추김치⑨	오리고기부추볶음밥⑤⑥ 감자맑은국⑤⑥ 온두부+양념장⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 들깨채소국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑯ 호박나물⑤ 배추김치⑨	혼합잡곡밥 만둣국①⑤⑥⑩ 굴소스새우살찜⑤⑥⑨⑯ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 미소장국⑤⑥ 생선까스+타르타르소스 ①⑤⑥ 양상추유자청샐러드 배추김치⑨
오후간식	우동⑤⑥	♥찐고구마/♣우유②	그레놀라+♣우유②	양송이소프②⑤⑥⑯⑯	치즈빵①②⑥/♣우유②	미숫가루우유②⑤
열량(kcal)/단백질(g)	681/25	708/29	582/22	616/22	643/22	636/22

- 만 1~2세 혼합형 식단과 다른 메뉴는 노란색으로 표시됩니다./ 제철 식재료가 들어간 메/뉴는 파란색(사과/배/양송이버섯/단호박/고구마/연근)으로 표시됩니다.
- 바다의 날은 바다에서 나는 식재료를 활용한 메뉴가 제공되는 날입니다.

이 달의 식재료 원산지 표시 * 본 식단은 식자재의 공급 현황에 따라 동일한 식품군 및 조리법으로 변동될 수 있습니다.

일괄 원산지 표시	쌀(백미, 현미, 흑미, 찰쌀)			콩(두부류/콩국수/콩비지)			쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기		김치	
	밥	죽	누룽지	두부	연두부	순두부	한우		국내산	국내산	국내산	국내산	배추 국내산	고춧가루 국내산
	국내산			국내산	국내산	국내산	수산물							
	넙치(광어)	조피볼락	참돔	미꾸라지	낙지	뱅장어(민물장어)	명태(동태)	고등어	갈치	오징어	꽃게	참조기	다랑어	아귀
	수산물							식육·어육가공품						
	주꾸미	가리비	우렁쉥이(멍게)		전복	방어	부세	참치캐	어묵	돈까스	게맛살	함박스테이크	훈제오리	생선까스
							원양산	연육-미국산 미국산	돼지고기- 국내산	연육-미국산 미국산	돼지고기- 국내산	오리- 국내산	민대구필렛 -한국산	

요일	월	화	수	목	금	토
날짜	5		6	7	8	9
오전간식			♥배	♥멜론+♣어린이치즈②	♥파인애플+♣어린이치즈②	♣검은콩두유⑤
점심	[알레르기유발식품 19가지] ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 *⑬야황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 홍합, 전복 포함) ⑲잣		기장밥 두부맑은국⑤ 참치채소조림⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 안매운김치국⑨ 간장두부조림⑤⑥⑧ 어묵채소볶음⑤⑥ 배추김치⑨	혼합잡곡밥 콩나물맑은국⑤ 쇠고기우유채조림⑤⑥⑩ 브로콜리나물 배추김치⑨	흑미밥 들깨묵은국⑤⑥ 두부채소전①⑤⑥ 파프리카나물⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	*⑬번 야황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.(별도표기안함)		어묵간장볶이⑤⑥/ ♣우유②	미니약과①②⑤⑥/ ♣우유②	♥편감자/♣우유②	수제토마토생과일주스⑩/ ♣어린이치즈②
열량(kcal)/단백질(g)	430/19		443/16	428/20		453/18
날짜	12		13	14	15	16
오전간식	♥자른씨없는포도		그레놀라+ ♣떠먹는요구르트②	♥배	♥사과+♣어린이치즈②	♥바나나
점심	차조밥 복엇국⑤⑥ 돈육두루치기⑤⑥⑩ 상추사과무침⑤⑥ 배추김치⑨		수수밥 조갯살미역국⑤⑥⑧ 메추리알장조림①⑤⑥ 게맛살양파볶음①⑤⑥⑧ 배추김치⑨	백미밥 열무된장국⑤⑥ 수제함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 마카로니샐러드①⑤ 배추김치⑨	현미잡곡밥 콩비지찌개⑤⑨⑩ 가지미카레구이⑤⑥ 감자조림⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 숙갯맑은국 훈제오리단호박찜⑤⑥ 청포묵김무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	수제비⑥		그레놀라+♣우유②	토마토스파게티 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑮/ ♣우유②	♥핀고구마/보리차	모닝빵①②⑤⑥/♣우유②
열량(kcal)/단백질(g)	446/18		453/20	466/16	471/15	458/15
날짜	19		20	21	22 <생일식단>	23
오전간식	♥사과		♥바나나	♥자른씨없는포도	♥골드키위+♣어린이치즈②	♥배
점심	흑미밥 가지된장국⑤⑥ 우삼겹숙주볶음⑤⑥⑮ 느타리버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨		오므라이스①⑤⑩⑫ 팽이버섯된장국⑤⑥ 미니돈까스+소스 ①⑤⑥⑩⑫ 배추김치⑨	돈육짜장덮밥⑤⑥⑩ 무채국⑤⑥ 달걀후라이①⑤ 배추김치⑨	혼합잡곡밥 전복미역국⑤⑥⑧ 쇠고기육전①⑤⑥⑮ 오이양파나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 홍새우살맑은국⑨ 달볶음탕⑤⑥⑮ 연근흑안파소스무침①⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	양배추치즈전①②⑤⑥		김가루주먹밥⑤⑥	식빵토스트①②⑤⑥/ ♣우유②	케이크①②⑥/사과주스	유부조림주먹밥⑤⑥/ ♣우유②
열량(kcal)/단백질(g)	435/15		455/15	440/16	480/15	460/20
날짜	26		27	28	29	30
오전간식	♥바나나		그레놀라+ ♣떠먹는요구르트②	♥사과	♥파인애플+♣어린이치즈②	♥자른씨없는포도
점심	현미잡곡밥 두부미역국⑤⑥ 채소달걀말이①⑤ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨		흑미밥 표고버섯된장국⑤⑥ 돼지고기찜⑤⑥⑩ 얼갈이나물⑤⑥ 배추김치⑨	오리고기부추볶음밥⑤⑥ 감자맑은국⑤⑥ 온두부+양념장⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 들깨채소국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑮ 호박나물⑤ 배추김치⑨	혼합잡곡밥 물만둣국①⑤⑥⑩⑮⑯ 굴소시유살채소조림⑤⑥⑨⑯ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	우동⑤⑥		♥핀고구마/♣우유②	그레놀라+♣우유②	양송이소프②⑤⑥⑮⑯	치즈빵①②⑥/♣우유②
열량(kcal)/단백질(g)	430/17		471/20	390/15	431/15	450/16

- 만 3-5세 혼합형 식단과 다른 메뉴는 노란색으로 표시됩니다./ 제철 식재료가 들어간 메/뉴는 파란색(사과/배/양송이버섯/단호박/고구마/연근)으로 표시됩니다.
- 바다의 날은 바다에서 나는 식재료를 활용한 메뉴가 제공되는 날입니다.

이 달의 식재료 원산지 표시 * 본 식단은 식자재의 공급 현황에 따라 동일한 식품군 및 조리법으로 변동될 수 있습니다.

일괄 원산지 표시	쌀(백미, 현미, 흑미, 찰쌀)			콩(두부류/콩국수/콩비지)			쇠고기		돼지고기		닭고기	오리고기	김치	
	밥	죽	누룽지	두부	연두부	순두부	한우		국내산		국내산	국내산	배추	고춧가루
	국내산			국내산	국내산	국내산	수산물		국내산				배추	국내산
	넙치(광어)	조피볼락	참돔	미꾸라지	낙지	백장어(민물장어)	명태(동태)	고등어	갈치	오징어	꽃게	참조기	다랑어	아귀
	수산물						식육·어육가공품							
	주꾸미	가리비	우렁참이(명게)	전복	방어	부세	참치캔	어묵	돈까스	게맛살	함박스테이크	훈제오리	생선까스	
							원양산	연육·배달용 미역·도산	돼지고기-	연육·미국산 아베트콘	돼지고기-	오리-	민대구필렛	-한국산
								국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		