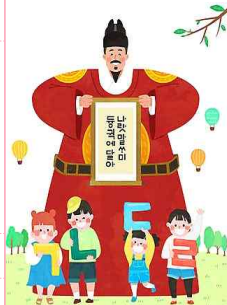


월				화		수		목		금					
날짜		식단 이용 시 안내 사항 · 과일류 및 채소류는 주 3회 이상 간식으로 제공됩니다. · 식단(간식포함) 에너지 기준 : 영아 1~2세는 390-440kcal, 유아 3~5세는 600-680kcal 기준입니다. 간식 에너지는 전체 열량필요량의 약 15-20% 정도로 제공합니다. (2025년 한국인영양소섭취기준, 보건복지부) **알레르기 유발식품 19종 1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.계 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 19.자 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. 총당류 섭취량은 1일 총 에너지섭취량의 20% 이내로 제한하고, 식품의 조리·가공 시 첨가되는 첨가당은 1일 총 에너지섭취량의 10% 이내가 되는 기준에서 작성되어 있습니다.				생일식단		1		2 *푸드브릿지식단*					
오전간식						누룽지죽		카레죽 5,6		시금치죽 5,6					
점심						백미밥 들깨미역국 5,6 쇠불고기 5,6,16 새우호박전 1,5,6,9 배추김치 9		백미밥 유묵국 5,6 돼지고기찹스테이크 5,6,10,12 브로콜리양송이볶음 5 배추김치 9		10월 식재료 : 호박 오리고기애호박볶음밥 5,6 달걀팻국 1,5,6 감자채소조림 5,6 배추김치 9					
오후간식						케이크 1,2,5,6/우유 2		저당시리얼/우유 2		단감/우유 2					
열량(kcal)/단백질(g)						478/18		409/13		407/13					
날짜		5 대체공휴일		6		7		8		9 한글날					
오전간식				북어채무죽		옥수수치즈죽 2		양배추현미죽							
점심				백미밥 어묵국 5,6 쇠고기청경채볶음 5,6,16 당근나물 5,6 배추김치 9		돈육짜장밥 5,6,10 콩가루배춧국 5,6 춘권튀김 5,6,10 깍두기 9		백미밥 흰살생선뚝국 5,6 돼지고기사태찜 5,6,10 우엉들깨소스무침 1,5 배추김치 9							
오후간식				키위/우유 2		배/우유 2		롤빵 1,2,5,6/우유 2							
열량(kcal)/단백질(g)				408/14		416/13		424/17							
날짜		12		13		14		15		16 *푸드브릿지식단*					
오전간식		김치콩나물죽 5,6,9		쇠고기우영죽 16		들깨죽		브로콜리죽 5,6		병아리콩죽 5					
점심		백미밥 감자양팻국 5,6 오리채소볶음 5,6 시금치나물 5,6 배추김치 9		백미밥 두부탕국 5,6 돼지고기두루치기 5,6,10 숙주나물 5,6 배추김치 9		백미밥 미역국 5,6 순살삼치구이 5,6 느타리버섯볶음 5,6 배추김치 9		백미밥 실파미소장국 5,6 쇠고기무조림 5,6,16 맛살파프리카볶음 1,5,6,8 배추김치 9		10월 식재료 : 호박 백미밥 안매운닭개장 5,6,15 단호박당근달걀찜 1 양배추나물 5,6 깍두기 9					
오후간식		야채호빵 6/우유 2		사과/우유 2		배/호상발효유 2		삶은달걀1/우유 2		자른방울토마토 12/우유 2					
열량(kcal)/단백질(g)		410/14		391/13		391/16		411/18		397/17					
날짜		19		20		21		22		23 *푸드브릿지식단*					
오전간식		두부채소죽 5,6		돼지고기게살죽 1,5,6,8,10		호두죽 14		미역죽 5,6		닭죽 15					
점심		잔치국수 1,5,6 백미밥1/2 만두찜 5,6,10 배추김치 9		백미밥 아욱된장국 5,6 닭살간장조림 5,6,15 잔멸치볶음 5,6 깍두기 9		백미밥 부추새우맑은국 9 떡갈비구이 5,6,10,16 청포묵김무침 5,6 배추김치 9		백미밥 순두부백탕 1,5 자른메추리알장조림 1,5,6 감자채볶음 5 배추김치 9		10월 식재료 : 호박 백미밥 들깨뚝국 5,6 쇠고기단호박조림 5,6,16 브로콜리무침 배추김치 9					
오후간식		찐고구마/우유 2		바나나/우유 2		단감/우유 2		어묵탕 5,6/우유 2		샤인머스켓/우유 2					
열량(kcal)/단백질(g)		425/13		401/19		397/18		398/18		393/15					
날짜		26		27		28		29		30 *푸드브릿지식단*					
오전간식		달걀채소죽 1		감자타락죽 2		버섯죽		김가루참쌀죽		참치채소죽					
점심		백미밥 버섯국 5,6 양파소스닭구이 5,6,15 얼갈이된장나물 5,6 배추김치 9		백미밥 안매운김치국 9 고등어살엿장조림 5,6,7 건파래자반 깍두기 9		오므라이스 1,5,12 콩나물국 5 어묵조림 5,6 배추김치 9		백미밥 시금치된장국 5,6 돼지갈비찜 5,6,10 오이나물 5,6 배추김치 9		10월 식재료 : 호박 백미밥 부대찌개 1,2,5,6,9,10,15,16 두부조림 5,6 애호박나물 배추김치 9					
오후간식		소보로빵 1,2,4,5,6/우유 2		사과/우유 2		귤/호상발효유 2		물만두 5,6,10,16,18//우유 2		배/우유 2					
열량(kcal)/단백질(g)		434/18		390/13		407/16		406/17		401/17					
원산지 표시	쌀 (백미, 흑미, 현미, 찰쌀)	쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치		콩		수산물				
		한우	육우				젓소	배추	고춧가루	두부류/콩국수/콩비지	명태	고등어	삼치	새우	
	국내산	국내산					국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	러시아산	국내산	국내산	베트남산
	식육·수산물가공품						떡갈비(돼지고기: 국내산, 쇠고기: 국내산), 햄(돼지고기: 국내산, 닭고기:국내산), 참치(다랑어: 원양산), 만두(국내산), 어묵(베트남) * 완제품 구입 시 해당 원산지 확인 후 추가 기재해주세요.								