

구분	월	화	수	목	금
오전간식	▲단체급식 특성상 개별 맞춤 급식을 하기 어렵습니다. 영유아가 특정식품에 대해 알레르기가 있는 경우, 식단체표표를 미리 살펴보고 교사에게 정보를 제공해주신 뒤 자녀에게 알려주어 해당식품 섭취 시 주의할 수 있도록 가정에서 지도 부탁드립니다. ※ 상기 메뉴는 식자재수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 우리 원에서는 저염식, 저당식을 원칙으로 하고 있습니다. ※ 염도는 0.3-0.4%로 제공됩니다. ※ 백김치는 만1세~2세 대체식입니다. ※ 당질 55g, 단백질 15-20g, 지질 12g, 칼슘 500-600mg ※ 표시된 열량과 단백질량은 오전간식과 중식이 계산하였습니다.			1	2
점심				소고기채소죽⑤⑩	씨리얼토피바나나조청범벅⑥/원우유②
1-2세				죽두밥	홍국쌀밥
3-5세				맑은콩나물국⑤	맑은미역국⑤
오후간식 1				돈육백김치두루치기⑤⑥⑨⑩	고구마달걀비⑤⑥⑩
열량/단백질				온두부찜⑤/양념장⑤⑥	새우살무나물⑤⑥⑨
				각두기⑨/백김치⑨	배추김치⑨/백김치⑨
				사과	케이크①②⑤⑥/방울토마토⑫
				413/12	320/15
				590/18	458/22
				크래미채소섞음밥⑤⑥⑧⑩/원우유②	연근튀김⑤⑥/유기농주스
				199/9	204/8
오전간식	5:대체공휴일	6	7	8	9:한글날
점심	대체 공휴일 Today is a holiday. 	김가루콩나물죽⑤	마들렌①②⑤⑥/원우유②	단호박죽	
1-2세		기장밥	풋팥퐁카레라이스덮밥②⑤⑥⑨⑩	죽두밥	
3-5세		취나물된장국⑤⑥	시금치된장국⑤⑥	들깨버섯국⑤	
오후간식 1		코다리살조림⑤⑥⑫	크렌베리말차볶음⑤⑥	몽골리안퐁크⑤⑥⑩⑫	
열량/단백질		유부숙주나물무침⑤⑥	청경채나물⑤⑥	청포묵김무침⑤	
		배추김치⑥⑨/백김치⑨	각두기⑨/백김치⑨	배추김치⑨/백김치⑨	
		원우유②	사과	원우유②	
		306/7	368/8	310/9	
		438/11	527/12	443/14	
		간장비빔국수①⑤⑥/보리차	햇도그①②⑤⑥⑩/원우유②	소고기미나리섞음밥⑤⑥⑩/보리차	
		220/9	200/4	233/6	
오전간식	12	13	14	15	16
점심	찐고구마/원우유②	대개살채소죽⑨	맛밤/원우유②	참깨콩나물죽⑤	모닝빵①②⑥/크림치즈②/원우유②
1-2세	백미밥	기장밥	죽두밥	차조밥	수수밥
3-5세	미역미소국⑤⑥	청국장찌개⑤⑥	도토리묵은국⑤⑥	감자애호박국	배추된장국⑤⑥
오후간식 1	소고기감자조림⑤⑥⑩	삼치살구이⑤⑥	달보양자청조림⑤⑥⑩	북경식꿔바로우⑤⑥⑩	훈제오리찜⑤⑥⑩
열량/단백질	대파양배추나물⑤	가지양파볶음⑤⑥	비타민나물⑤	만다린(귤)샐러드①②⑤	/머스터드소스①⑤⑥
	배추김치⑨/백김치⑨	백김치⑨	각두기⑨/백김치⑨	배추김치⑨/백김치⑨	명이나물소절임⑤/구운김
	케이크①②⑤⑥/바나나	파인애플	포도	요구르트②	각두기⑨/백김치⑨
					사과
	275/9	324/9	294/14	442/15	343/13
	394/14	464/13	421/21	632/22	490/19
	넙적군만두⑤⑥/유기농주스	도넛아콘피자②⑥	두부텐더⑤양념장⑤⑥	시금치프리타타①⑤⑥	우유카레우동②⑤⑥⑩⑫
		/저당마시는요플레②	/원우유②	/원우유②	
	219/11	190/7	173/7	219/3	210/10
오전간식	19	20	21	22	23
점심	당근크림스프②⑤⑥⑩/조각식빵⑥	새우살채소죽⑤⑨	바나나/ 두유⑤	대구살채소죽⑤⑥	찐김자/원우유②
1-2세	차조밥	강황참쌀밥	짜장덮밥②⑤⑥⑩⑫	기장밥	죽두밥
3-5세	얼갈이콩비지국⑤⑥	유부주머니전골⑤	다시마무채국⑤	맑은얼갈이버섯국⑤	들깨미역국⑤
오후간식 1	소불고기⑤⑥⑩	야채해물완자⑥⑧⑨⑩⑫/소스	두부강정⑤⑥⑫	쌈싸먹는제육불고기⑤⑥⑩	치킨가라아케①⑤⑥⑩
열량/단백질	아삭달콤단감치커리무침⑤⑥	참나물무침⑤	오이양파무침⑤⑥	양배추쌈/저염쌈장⑤	소스 ⑤⑥
	배추김치⑨/백김치⑨	각두기⑨/백김치⑨	배추김치⑨/백김치⑨	각두기⑨/백김치⑨	애호박당근볶음⑤⑥
	골드키위	치즈 ②	굴	사과	배추김치⑨/백김치⑨
					케이크①②⑤⑥/포도
	261/8	390/19	452/15	343/11	357/16
	373/12	558/28	647/22	491/17	510/23
	토마토계란볶음①⑤⑩/원우유②	까르보나라스파게티②⑤⑥⑩/보리차	씨앗호떡②④⑤⑥⑩/아몬드브리즈⑫	베트남쌀국수⑤⑥⑩	씨리얼토피도마토조청범벅⑥⑫
					원우유②
	135/5	234/12	214/9	222/8	127/5
오전간식	26	27	28	29	30
점심	단호박찜/원우유②	영양달죽⑫	크로와상①②⑤⑥/원우유②	전복채소죽⑤⑩	마들렌①②⑤⑥/오렌지
1-2세	기장밥	죽두밥	양파등뼈돈까스덮밥①⑤⑥⑩(가츠동)	수수밥	차조밥
3-5세	북어채콩나물국⑤⑨	아욱된장국⑤⑥	두부미소국⑤⑥	어묵채소국⑤⑥	도라지달걀곰탕⑤⑩
오후간식 1	함박스테이크조림①⑤⑥⑩⑫	고등어카레구이②⑤⑥⑦⑩⑫⑩⑫	로메인유자청샐러드⑤⑥	돈육채피망볶음⑤⑥⑩	두부간장조림⑤⑥
열량/단백질	푸실리채소샐러드①⑤⑥	취나물볶음⑤	단호박범벅①⑤⑥	채소계란찜①⑤	브로콜리사과무침⑤
	배추김치⑨/백김치⑨	각두기 ⑨/백김치⑨	배추김치⑨/백김치⑨	각두기 ⑨/백김치⑨	배추김치⑨/백김치⑨
	사과	바나나	스트링치즈 ②	배	포도
	392/17	289/8	374/11	403/15	342/9
	560/25	414/12	535/17	576/22	489/14
	오징어부추전①⑤⑥⑩/보리차	햄치즈샌드위치①②⑤⑥⑩/원우유②	허니버터감자구이②⑤/옥수수차	볶음우동⑤⑥⑨⑩/원우유②	구운계란①/원우유②
	211/8	232/11	199/5	225/8	149/5
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 및 유제품 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀가루 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돈육 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ㉑ 잣				
원산지 표시	㉒ 원산지 표시 소고기:국내산-한우, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산, 쌀(잡쌀, 밥, 누룽지, 죽, 흑미, 현미)-국내산, 배추김치:배추-국내산, 고춧가루-국내산, 얼갈이절임:얼갈이배추-국내산, 고춧가루-국내산, 불독절임:얼갈이배추-국내산, 고춧가루-국내산, 두부, 콩비지, 콩국수, 연두부:콩-국내산, 참조기:국내산, 낙지:중국산, 명태, 통태:러시아산, 고등어:노르웨이산, 갈치:국내산, 오징어:국내산, 꽃게:국내산, 진미채:오징어-페루산, 오징어실채:오징어-페루산, 주꾸미:베트남산, 아귀살:국내산, 코다리:명태-러시아산, 전복:국내산, 방어:국내산, 양볼락:미국산, 돈까스:돼지고기-국내산, 해물통그랑탕:오징어-페루산, 생선까스:명태-러시아산, 햄/소세지/미트볼/너비바니/섭산적:돼지고기-국내산, 치킨까스:닭고기-국내산, 참치(캔):다랑어-원양산, 베이컨:돼지고기-국내산, 함박스테이크:닭고기-국내산, 돼지고기-국내산, 어묵:연육(갈치-원양산), 설렁탕:소고기(육우), 우사골-국내산 한우, 닭강정(닭:국내산), 찰스테이크-국내산(육우), 바베크족발: 돈육(국내산), 크림새우:새우살(베트남)				