

일자/요일		1 (목)			2 (금)			3 (토)											
오전간식		시금치죽			과일(참외)			 개천절											
점심		현미밥 설렁탕 삼색달걀찜① 오이볶음 배추김치			수수밥 배추된장국 삼치구이 청포묵무침 깍두기														
		찜고구마/우유			잼토스트/고칼슘두유														
		685 27 306			628 26 264														
오후간식		만둣국, 수제빫국 등이 제공될 시에는 밥량을 조절하여 배식합니다.																	
알량/단백질/칼슘																			
일자/요일		5 (월)			6 (화)			7 (수)			8 (목)			9 (금)			10 (토)		
오전간식		대체공휴일			시리얼&우유			양파죽			오이스틱/떠먹는요거트			 한글날			고칼슘두유		
점심					기장밥 무채국 돈묵살꼭창 콘샐러드 깍두기			잡곡밥 아욱된장국 가자미양념조림 감자채볶음 배추김치			달걀대파볶음밥① 맑은장국 떡갈비구이 깍두기						크림스파게티 모닝빵 피클		
					꼬마주먹밥/보리차		찜단호박/우유		물만두찜/메밀차		자른방울토마토								
					739 25 311		583 27 490		555 26 196		789 19 220								
오후간식																			
알량/단백질/칼슘																			
일자/요일		12 (월)			13 (화)			14 (수)			15 (목)			16 (금)			17 (토)		
오전간식		과일(파인애플)			고칼슘두유			참치죽			파프리카스틱/떠먹는요거트			과일(감귤)			치즈		
점심		흑미밥 들깨미역국 쇠고기숙주볶음 새송이버섯나물 배추김치			기장밥 유부맑은국 고등어구이 시금치나물 깍두기			보리밥 두부장국 닭살양배추볶음 청경채무침 배추김치			돈다짐채소비빔밥 마시마장국 브로콜리맛살무침 깍두기			수수밥 우동국 함박스테이크&소스 연근들깨샐러드 배추김치			베이컨김치볶음밥 달걀프라이 단무지		
오후간식		꿀호떡/우유			치즈버터고구마/저당주스			찜감자/우유			토마토파스타			보리강정/우유			과일(단감)		
알량/단백질/칼슘		636 28 319			545 23 277			614 30 351			560 24 222			677 24 214			437 17 169		
일자/요일		19 (월)			20 (화)			21 (수)			22 (목)			23 (금)			24 (토)		
오전간식		메론/우유			시리얼&우유			채소죽			당근스틱/떠먹는요거트			자른사인머스켓/우유			고칼슘두유		
점심		흑미밥 실파된장국 오리로소스구이 김치반 배추김치			기장밥 숙갓어묵국 제육볶음 애호박나물 깍두기			잡곡밥 콩나물국 쇠불고기 우영채조림 배추김치			하이라이스 보리차 새우튀김&타르타르소스 깍두기			수수밥 황태국 두부구이&양념장 오이무침 배추김치			만둣국 적은밥 배추김치		
오후간식		간장비빔국수			메밀전병/메밀차			찜고구마/우유			파배기/메밀차			청경채프리타타			과일(사과)		
알량/단백질/칼슘		530 24 242			665 27 346			707 27 428			794 24 230			538 26 321			418 18 272		
일자/요일		26 (월)			27 (화)			28 (수)			29 (목)			30 (금)			31 (토)		
오전간식		과일(사과)			고칼슘두유			버섯죽			데리야카리/떠먹는요거트			바나나/우유			치즈		
점심		흑미밥 시금치된장국 저당돼지갈비찜 양배추나물 깍두기			기장밥 쇠고기당면국 안매운마파두부 숙주나물무침 배추김치			서리태콩밥 안매운김치국 돈묵살호박볶음 도토리묵무침 깍두기			닭갈비덮밥 표고버섯맑은국 콘치즈구이 배추김치			수수밥 미역국 너비아니조림 새콤무생채 배추김치			프렌치토스트 과일(골드키위) 저당주스		
오후간식		마카로니샐러드/우유			잔멸치주먹밥/등굴레차			구운달걀①/우유			국물물/과채주스			미니우동			과일(배)		
알량/단백질/칼슘		621 24 256			639 29 271			630 31 344			739 25 350			510 21 260			489 17 153		
원산지 표시안내		쌀		콩		배추김치		쇠고기(국내산)		돼지고기		닭고기		오리고기					
		(죽, 누룽지)		(두부, 콩비지)		배추		고춧가루											
		국내산		국내산		국내산		국내산		■한우 □육우 □젓소		국내산		국내산					
				수산물										식육·어육 가공품					
		삼치		가자미		고등어		새우		잔멸치									
		미국산		국내산		국내산/외국산		외국산		국내산									

- 영아 1~2세는 1일 에너지:단백질:칼슘=1000kcal:15g:500mg, 유아 3~5세는 1400kcal:20g:600mg기준입니다. (한국인영양섭취기준 2010년, 한국영양학회).
- 1회의 점심과 2회의 간식공급을 기준으로 급·간식의 총 섭취열량은 1~2세 어린이는 480±48, 3~5세 어린이는 600±60 kcal 수준으로 구성합니다.
- 위 식단중 ①, ②는 수요조사에 의한 알레르기 발생 영유아가 있어 동일식품군내에서 대체식단으로 제공됩니다.
- 위 식단은 어린이집 사정(행사)으로 같은 식품군내에서 변동될 수 있으며 진한 부분은 주 3회 자연식을 의미합니다.

일자/요일		1 (목)			2 (금)			3 (토)											
오전간식		시금치죽			과일(참외)			 개천절											
점심		현미밥 설렁탕 삼색달걀찜① 오이볶음 배추김치			수수밥 배추된장국 삼치구이 청포묵무침 깍두기														
		찐고구마/우유			잼토스트/고칼슘두유														
		685 27 306			628 26 264														
오후간식		만둣국, 수제빫국 등이 제공될 시에는 밥량을 조절하여 배식합니다.																	
알량/단백질/칼슘																			
일자/요일		5 (월)			6 (화)			7 (수)			8 (목)			9 (금)			10 (토)		
오전간식		대체공휴일			시리얼&우유			양파죽			오이스틱/떠먹는요거트			 한글날			고칼슘두유		
점심					기장밥 무채국 돈목살꼭창 콘샐러드 깍두기			잡곡밥 아욱된장국 가자미양념조림 감자채볶음 배추김치			달걀대파볶음밥① 맑은장국 떡갈비구이 깍두기						크림스파게티 모닝빵 피클		
					꼬마주먹밥/보리차		찐단호박/우유		물만두찜/메밀차		자른방울토마토								
					739 25 311		583 27 490		555 26 196		789 19 220								
오후간식																			
알량/단백질/칼슘																			
일자/요일		12 (월)			13 (화)			14 (수)			15 (목)			16 (금)			17 (토)		
오전간식		과일(파인애플)			고칼슘두유			참치죽			파프리카스틱/떠먹는요거트			과일(감귤)			치즈		
점심		흑미밥 들깨미역국 쇠고기숙주볶음 새송이버섯나물 배추김치			기장밥 유부맑은국 고등어구이 시금치나물 깍두기			보리밥 두부장국 닭살양배추볶음 청경채무침 배추김치			돈다짐채소비빔밥 마시마장국 브로콜리맛살무침 깍두기			수수밥 우동국 함박스테이크&소스 연근들깨샐러드 배추김치			베이컨김치볶음밥 달걀프라이 단무지		
오후간식		꿀호떡/우유			치즈버터고구마/저당주스			찐감자/우유			토마토파스타			보리강정/우유			과일(단감)		
알량/단백질/칼슘		636 28 319			545 23 277			614 30 351			560 24 222			677 24 214			437 17 169		
일자/요일		19 (월)			20 (화)			21 (수)			22 (목)			23 (금)			24 (토)		
오전간식		메론/우유			시리얼&우유			채소죽			당근스틱/떠먹는요거트			자른사인머스켓/우유			고칼슘두유		
점심		흑미밥 실파된장국 오리로소스구이 김치반 배추김치			기장밥 숙갓어묵국 제육볶음 애호박나물 깍두기			잡곡밥 콩나물국 쇠불고기 우영채조림 배추김치			하이라이스 보리차 새우튀김&타르타르소스 깍두기			수수밥 황태국 두부구이&양념장 오이무침 배추김치			만둣국 적은밥 배추김치		
오후간식		간장비빔국수			메밀전병/메밀차			찐고구마/우유			파배기/메밀차			청경채프리타타			과일(사과)		
알량/단백질/칼슘		530 24 242			665 27 346			707 27 428			794 24 230			538 26 321			418 18 272		
일자/요일		26 (월)			27 (화)			28 (수)			29 (목)			30 (금)			31 (토)		
오전간식		과일(사과)			고칼슘두유			버섯죽			데리야카키/떠먹는요거트			바나나/우유			치즈		
점심		흑미밥 시금치된장국 저당돼지갈비찜 양배추나물 깍두기			기장밥 쇠고기당면국 안매운마파두부 숙주나물무침 배추김치			서리태콩밥 안매운김치국 돈목살호박볶음 도토리묵무침 깍두기			닭갈비덮밥 표고버섯맑은국 콘치즈구이 배추김치			수수밥 미역국 너비아니조림 새콤무생채 배추김치			프렌치토스트 과일(골드키위) 저당주스		
오후간식		마카로니샐러드/우유			잔멸치주먹밥/등굴레차			구운달걀①/우유			국물물/과채주스			미니우동			과일(배)		
알량/단백질/칼슘		621 24 256			639 29 271			630 31 344			739 25 350			510 21 260			489 17 153		
원산지 표시안내		쌀		콩		배추김치		쇠고기(국내산)		돼지고기		닭고기		오리고기					
		(죽, 누룽지)		(두부, 콩비지)		배추		고춧가루											
		국내산		국내산		국내산		국내산		■한우 □육우 □젓소		국내산		국내산					
		수산물												식육·어육 가공품					
		삼치		가자미		고등어		새우		잔멸치									
		미국산		국내산		국내산/외국산		외국산		국내산									

- 영아 1~2세는 1일 에너지:단백질:칼슘=1000kcal:15g:500mg, 유아 3~5세는 1400kcal:20g:600mg기준입니다. (한국인영양섭취기준 2010년, 한국영양학회).
- 1회의 점심과 2회의 간식공급을 기준으로 급·간식의 총 섭취열량은 1~2세 어린이는 480±48, 3~5세 어린이는 600±60 kcal 수준으로 구성합니다.
- 위 식단중 ①, ②는 수요조사에 의한 알레르기 발생 영유아가 있어 동일식품군내에서 대체식단으로 제공됩니다.
- 위 식단은 어린이집 사정(행사)으로 같은 식품군내에서 변동될 수 있으며 진한 부분은 주 3회 자연식을 의미합니다.