



요일	월	화	수	목	금	비고
구분/일				1	2	
오전간식				단호박죽	제철과일(방울토마토⑫)	
점심				쌀밥 감자된장국⑤⑥ 고등어살조림⑤⑥⑦ (달걀말이①⑤⑥) 파프리카볶음⑤⑥ 백김치⑨	나트륨줄여줌↓ 흑미밥 송능 소고기사태찜⑤⑥⑩ 부추전①⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식				다진유부주먹밥⑤⑥	빵(소보로빵①②④⑤⑥) &우유②	
영양단백질/칼슘				494/20/116	494/20/102	
구분/일	5	6	7	8	9	
오전간식		제철과일(사과)	미역죽	제철과일(골드키위)		
점심	 	 쌀밥 두부버섯전골①⑤ 감자채볶음⑤⑥ 취나물깨무침 깍두기⑨	소고기무밥⑥&양념장⑤⑥ 청경채된장국 (청경채볶음⑤⑥) 아욱나물⑤⑥ 백김치⑨	쌀밥 우거지국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑤ 숙주당근무침⑤⑥ 깍두기⑨		
오후간식		국물씨리얼&우유②	크림스파게티②⑥⑩	옥수수채소전①⑤⑥		
영양단백질/칼슘		494/20/280	493/19/213	496/22/126		
구분/일	12	13	14	15	16	
오전간식	제철과일(배)	두부죽⑤	제철과일(샤인머스켓)	달걀죽①	제철과일(귤)	
점심	 잡곡밥 부추달걀국① 소고기버섯볶음⑤⑥⑩ 근대나물⑤⑥ 백김치⑨	 쌀밥 황태미역국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 시금치무침⑤⑥ 깍두기⑨	닭살짜장덮밥⑤⑥⑩⑩ 들깨미역국⑤⑥ (미역죽기볶음⑤⑥) 파프리카무침⑤ 백김치⑨	쌀밥 새우살된장국⑤⑥⑨ 두부구이⑤&양념장⑤⑥ 치커리사과무침⑤⑥ 백김치⑨	 흑미밥 감자국⑤⑥ 연양식바삭불고기⑤⑥⑩ 건파래볶음⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식	진고구마&우유②	생알케이크①②⑤⑥ &우유②	잔멸치주먹밥⑤	미니우동⑤⑥	빵(카스텔라①②⑤⑥) &우유②	
영양단백질/칼슘	496/19/151	482/18/146	493/20/107	490/24/161	492/22/311	
구분/일	19	20	21	22	23	
오전간식	제철과일(사과)	타락죽②	제철과일(바나나)	완두콩죽	제철과일(배)	
점심	잡곡밥 우거지된장국⑤⑥ 목살간장구이⑤⑥⑩ 브로콜리깨무침①⑤⑥ 백김치⑨	쌀밥 맑은배춧국 소고기고구마찜⑤⑥⑩ 토마토샐러드⑤⑥⑩ 깍두기⑨	새우달걀볶음밥①⑤⑨ 숙주맑은국 (숙주나물) 취나물두부무침⑤⑥ 백김치⑨	쌀밥 시금치된장국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 양배추찜&쌈장⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 아욱국⑤⑥ 로제찜닭②⑤⑩⑤ 연근유자청무침 백김치⑨	
오후간식	감자버터구이②&우유②	잔치국수①⑤⑥	치즈주먹밥②⑤	과일요거트범벅②	프렌치토스트①②⑤⑥ &우유②	
영양단백질/칼슘	500/20/193	499/22/143	499/18/177	496/22/167	491/24/227	
구분/일	26	27	28	29	30	
오전간식	제철과일(단감)	옥수수죽	제철과일(방울토마토⑫)	당근죽	제철과일(사과)	
점심	 잡곡밥 두부전국⑤⑨ 가자미구이⑤ (너비아니구이⑤⑥⑩⑩) 견과류우영조림④⑤⑥⑩ 백김치⑨	쌀밥 맑은실파국 소고기꼭창⑤⑥⑩⑩ 상추오이무침⑤⑥ 깍두기⑨	돈육카레덮밥⑤⑥⑩ 팽이버섯미소장국⑤ ⑥ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	쌀밥 무찜국⑤⑥ 닭볶음탕⑤⑥⑤ 얼갈이나물⑤⑥ 백김치⑨	흑미밥 애호박된장국⑤⑥ 미니돈가스①⑤⑥⑩⑩⑩ 마카로니샐러드①⑤ 깍두기⑨	
오후간식	단호박(꿀)찜&우유②	약밥⑤⑥&과일주스	국물씨리얼&우유②	감자치즈전②⑥	빵(모닝빵①②⑤⑥) &우유②	
영양단백질/칼슘	457/20/124	497/23/97	486/21/184	498/20/138	497/17/125	

원산지 표시

쇠고기 한우/양식 육우 표기	돼지 고기	닭고기	오리 고기	쌀 (밥·죽· 누룽지)	배추김치 (배추, 고춧가루)	콩(두부· 콩국수· 콩비지)	식육가공품 (어묵·햄· 소시지·베이컨 등)	명태 동태	참조기	고등어	갈치	꽃게	오징어	낙지	다랑어 (참치)	가리비	전복		
														국내산	원양산	취급하지 않음			
														추꾸미	부세	우렁챙이	방어		
한우	국내산	국내산	국내산	무농약 친환경	국내산	국내산	국내산/수입산	국내산 러시아산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		취급하지 않음				

- 한국인에게 알레르기를 유발할 수 있는 식품 22종 * 해당 알레르기가 있는 아이는 원으로 연락 부탁드립니다.

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑳잣

※아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

- ☒제철과일: 포도, 사과, 귤, 바나나 등 / ☒제철채소: 무, 고구마, 늙은호박, 등 / ☒제철해산물: 갈치, 고등어, 삼치, 꽁지, 새우, 게, 굴 등 - 단호박식혜: 계양구 어린이·사회복지급식관리지원센터 개발 신메뉴입니다.

* 제철과일은 수급상황에 따라 변경 가능합니다. - ' ' : 주 3회 이상 신선한 과일과 채소 간식제공 / 성장기 갈습 제공을 위해 우유 1일 1회 권장합니다.