

날짜				1일<목>	2일<금>	3일<토>
오전간식	[제철식품] ▷농산물: 고구마, 늙은호박, 무 등 ▷수산물: 굴, 꽃게, 홍합, 고등어, 전복, 공치, 대하, 삼치, 갈치, 광어, 해삼 등 ▷과 일: 석류, 굴, 배, 사과 등 [알레르기 유발 식품 19종] ①난류②우유③매실④땅콩⑤대두⑥밀⑦고등어⑧게 ⑨새우⑩돼지고기⑪복숭아⑫토마토⑬아황산류⑭호두⑮닭고기⑯소고기⑰오징어⑱조개(굴, 전복, 홍합 포함)⑳조개 ※⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.			채소스틱	근대죽⑤⑥	개천절
점심				백미밥 홍합탕⑧ 쇠불고기⑤⑥⑬ 상추겉절이⑤⑥ 잘게썬깍두기⑨	★굿바이Na★ 잡쌀현미밥 다시마무침국⑤⑥ 삼치구이⑤⑥ 애호박볶음⑤⑥ 잘게썬배추김치⑨	
오후간식				수제비⑥	롤빵①②⑤⑥/엑상요 구르트②	
열량				598/27	578/21	
날짜	5일<월>	6일<화>	7일<수>	8일<목>	9일<금>	10일<토>
오전간식	개천절 대체휴무			파인애플	배	두유⑤
점심				흑미밥 설렁탕+소면⑥⑬ 찜닭⑤⑥⑬ 숙주나물김부침⑤⑥ 잘게썬깍두기⑨	★다먹는날★ 소고기김가루볶음밥 ⑤⑥ 미소장국⑤⑥ 날치알달걀찜① 잘게썬배추김치⑨	차조밥 꽃게탕⑤⑥⑧ 돈소육⑤⑥⑩ 양배추찜+쌈장⑤⑥ 잘게썬깍두기⑨
오후간식				치즈빵①②⑤⑥/보리 차	오징어튀김⑤⑥⑦/두 유⑤	식빵+딸기잼①②⑤ ⑥/우유②
열량				579/25	606/25	579/24
날짜	12일<월>	13일<화>	14일<수>	15일<목>	16일<금>	17일<토>
오전간식	굴	채소죽⑤⑥	샤인머스켓	대추방울토마토⑫	떠먹는 요플레	두유⑤
점심	잡쌀현미밥 당면닭곰탕⑮ 쇠고기달걀장조림① ⑤⑥⑬ 미역초무침 잘게썬배추김치⑨	백미밥 참치김치찌개⑤⑥⑨ 연두부+양념장⑤⑥ 버섯채소볶음⑤⑥ 잘게썬깍두기⑨	★다먹는날★ 흑미밥 쇠고기스프②⑤⑥⑬⑮ 돈까스/소스①⑤⑥⑩ ⑫⑬ 양상추샐러드①⑤⑫ 잘게썬배추김치⑨	수수밥 물만두국①⑤⑥⑩ 고등어무조림⑤⑥⑦ 근대나물⑤⑥ 잘게썬깍두기⑨	★굿바이Na★ 백미밥 황태콩나물국⑤ 너비아니구이⑤⑥⑩ ⑬ 브로콜리숙회+들깨 소스①⑤⑥ 잘게썬배추김치⑨	닭가슴살굴소스볶음 밥⑤⑥⑬⑮ 늙은호박된장국⑤⑥ 돼지고기연근조림⑤ ⑥⑩ 잘게썬깍두기⑨
오후간식	로제소스스파게티②⑤ ⑥⑫⑬⑮⑯/통글레차	핫도그①②⑥⑩/우유 ②	찐고구마/두유⑤	마늘빵①②⑤⑥/우유 ②	찐만두①⑩/엑상요구 르트②	-
열량	632/27	672/27	596/20	628/24	602/23	396/21
날짜	19일<월>	20일<화>	21일<수>	22일<목>	23일<금>	24일<토>
오전간식	대추방울토마토⑫	김가루찜쌀죽	사과	채소스틱	바나나	두유⑤
점심	백미밥 육개장⑤⑥⑬ 두부달걀부침①⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 잘게썬배추김치⑨	차조밥 쇠고기묵국⑬ 삼치양념조림⑤⑥ 고춧잎된장무침⑤⑥ 잘게썬깍두기⑨	☺생일식단☺ 백미밥 북어미역국⑤⑥ 미트볼토마토소스조 림②⑤⑥⑩⑫⑬⑮ 고구마샐러드①⑤ 잘게썬깍두기⑨	흑미밥 부대찌개(사리)②⑤ ⑥⑨⑩ 카레닭가슴살볶음⑤ ⑥⑬ 당근숙주나물⑤ 잘게썬깍두기⑨	★굿바이Na★ 수수밥 순두부백탕①⑤ 쇠고기잡채⑤⑥⑬ 멸치파프리카볶음⑤ ⑥⑩ 잘게썬배추김치⑨	대파달걀볶음밥①⑤ ⑥ 홍합살미역국⑤⑥⑩ 돼지고기채소조림⑤ ⑥⑩ 잘게썬깍두기⑨
오후간식	머핀①②⑤⑥/두유⑤	과일샐러드②⑫/우유 ②	치즈케이크①②⑤⑥/ 우유②	참깨주먹밥⑤/엑상요 구르트②	카스테라①②⑥/우유 ②	-
열량	610/22	581/26	722/21	623/21	654/27	408/19
날짜	26일<월>	27일<화>	28일<수>	29일<목>	30일<금>	31일<토>
오전간식	샤인머스켓	연두부죽⑤	배	굴	소고기죽	두유⑤
점심	잡쌀현미밥 꽃게된장국⑤⑥⑧ 쇠고기데리야끼볶음 ⑤⑥⑬ 청경채나물⑤⑥ 잘게썬배추김치⑨	수수밥 도토리묵국⑤⑥⑨ 돼지고기마늘구이⑤ ⑩ 무생채 잘게썬깍두기⑨	★다먹는날★ 치킨마요덮밥①⑤⑥ ⑩⑫⑬⑮⑯ 우동국물⑤⑥ 메추리알게장조림① ⑤⑥⑫⑬ 김구이 잘게썬배추김치⑨	백미밥 어묵국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 감자채피망볶음⑤⑥ 잘게썬깍두기⑨	★굿바이Na★ 차조밥 버섯들깨국⑤⑥ 오리채소볶음⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 잘게썬배추김치⑨	쇠고기콩나물밥+양 념장⑤⑥⑬ 송송 갈치구이⑤⑥ 브로콜리초무침⑤⑥ 잘게썬깍두기⑨
오후간식	도너츠①②⑤⑥/우유 ②	삶은달걀①/엑상요구 르트②	베이글+크림치즈① ②⑤⑥/통글레차	부추전①⑤⑥/두유⑤	씨리얼/우유②	-
열량	662/27	576/23	582/24	685/28	635/20	459/20

<원산지 표시>

쌀(밥/죽/누룽지)		콩류			소고기(한우/육우/젖소)		육류			배추김치			
현미/잡쌀/흑미		두부	연두부	순두부	국내산	수입산	돼지고기	닭고기	오리고기	배추	고춧가루		
국내산		국내산	국내산	국내산	국내산	*나라명 표기	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		
수산물							식용·여유가공품						
명태 (동태)	오징어	참치 (다랑어)	꽃게	낙지 /주꾸미	고등어	갈치	참조기/ 부세	전복	만두	떡갈비	생선까스	어묵	함박스테이크
국내산	국내산	국내산	산	국내산	국내산	산		국내산	국내산	국내산, 외국산	산	국내산, 외국산	국내산, 외국산