

일자				1(목)	2(금)	3(토)
오전간식				김가루배추죽⑤⑥	경 샤인머스캣&치즈②	 개 천 절
점심	◎ 발행처 : 고양시어린이사회복지급식관리지원센터 영양팀 ◎ ★메뉴는 영아 섭취 시 주의가 필요한 메뉴로, 잘게 잘라 배식해 주시고, 식사 지도에 더욱 신경 써주시기 바랍니다.			수수밥 근대된장국⑤⑥ 소고기양파볶음⑤⑥⑬ 연근개소스무침①⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 닭곰탕⑮ 잔멸치초림⑤⑥ 열무나물⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식				찐단호박&보리차 <홍유준>	핫도그①②⑤⑥⑩ &사과주스	
열량/단백질(kcal/g)				535/24	541/22	
일자	5(월)	6(화)	7(수)	8(목)	9(금)	10(토)
오전간식	 대 체 휴 일	콩나물죽⑤⑥	경 배&치즈②	브로콜리죽⑤⑥	 한 글 날	채소스틱&치즈②
점심		차조밥 황태두부국⑤⑥ ★메추리알우영조림①⑤⑥ 애호박볶음⑤⑥ 깍두기⑨	콩나물밥&양념장⑤⑥ 부추된장국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑬ 배추김치⑨ 새콤무생채	백미밥 모듬버섯국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑮ 시금치나물⑤⑥ 깍두기(무절임)⑨		돈육짜장밥⑤⑥⑩ 송농 신선과일(배) 배추김치
오후간식		과일요거트범벅② <문태윤, 박주하(여)>	★로제스파게티②⑤⑥⑩⑫	찐고구마&우유②		미숫가루⑤&우유②
열량/단백질(kcal/g)		630/25	593/26	589/25		576/20
일자	12(월)	13(화)	14(수) 국 없는 날	15(목)	16(금)	17(토)
오전간식	사과&치즈②	배추죽⑤⑥	경 샤인머스캣&치즈②	당근죽⑤⑥	경 샤인머스캣&치즈②	시리얼&우유②
점심	백미밥 다시마채국⑤⑥ 소고기배추찜⑤⑥⑬ 유부채소무침⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 청경채달걀국①⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ ★진미채볶음⑤⑥⑦ 배추김치⑨	돈육양배추볶음밥⑤⑥⑩ 송농 꽃맛살샐러드①⑤⑥⑧ 깍두기⑨ 참나물무침⑤⑥	흑미밥 미역국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑮ 숙주무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 소고기우거지국⑤⑥⑬ 볼어묵조림⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	★들기름비빔국수⑤⑥ 잔멸치주먹밥⑤ 신선과일(키위) 배추김치⑨
오후간식	롤케이크①②⑤⑥ &우유②	후리가케섞음밥(주먹밥)⑤⑥	잼샌드위치①②⑤⑥ &우유② <전이담>	버터감자구이&보리차	치즈스틱①②⑤⑥ &사과주스 <류지호>	두유⑤
열량/단백질(kcal/g)	582/25	606/27	585/24	509/22	554/30	604/19
일자	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)
오전간식	바나나&치즈②	오이죽⑤⑥	경 배&치즈②	우영죽⑤⑥	경 배&치즈②	떠먹는 요구르트②
점심	수수밥 애호박천국⑨ 돈육장조림⑤⑥⑩ 새콤오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 ★채소당면국⑤⑥ 닭살당근볶음⑤⑥⑮ 들깨버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨	소불고기덮밥⑤⑥⑬ 무채국⑤⑥ 부추전①⑤⑥ 배추김치⑨ 구이김	백미밥 순두부백탕⑤⑥ 돈가스&소스①⑤⑥⑩⑫⑬ 치커리사과무침⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 콩나물국⑤⑥ 훈제오리채소볶음⑤⑥ 밥새우조림⑤⑥⑨ 배추김치⑨	돈민짜삼색비빔밥①⑤⑥⑩ 송농 신선과일(단감) 깍두기⑨
오후간식	찐빵①②⑤⑥ &우유②	고구마범벅①⑤&보리차	★잔치국수⑤⑥	삶은달걀①&보리차	바나나곡물라떼②⑤ &마들렌	채소스틱&치즈②
열량/단백질(kcal/g)	551/25	603/22	564/21	587/31	516/20	514/21
일자	26(월)	27(화)	28(수) 국 없는 날	29(목)	30(금)	31(토)
오전간식	굴&치즈②	시리얼&우유②	경 샤인머스캣&치즈②	애호박죽⑤⑥	경 샤인머스캣&치즈②	미숫가루⑤&우유②
점심	모산목장(부모참여수업) <메뉴: 카레라이스> 백미밥 안매운육개장⑤⑥⑬ 달걀말이①⑤ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 아욱국⑤⑥ 돈육사태찜⑤⑥⑩ ★미역줄기볶음⑤⑥ 배추김치⑨	돈육카레라이스②⑤⑥⑩ 송농 으갠두부연근무침⑤ 깍두기⑨ 양배추샐러드 &드레싱①⑤⑥	흑미밥 건새우뚝국⑤⑥⑨ 소고기숙주볶음⑤⑥⑬ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 달걀찜국①⑤⑥ 돈육수육⑩&쌈장⑤④⑥ 청포묵김무침⑤⑥ 깍두기⑨	맛살볶음밥①⑤⑥⑧ 다시마양파국 신선과일(귤) 배추김치⑨
오후간식	치즈빵①②⑤⑥ &우유②	모듬어묵탕⑤⑥	물만두⑤⑥⑩	찐감자&우유②	모닝빵①②⑤⑥ &크림스프②⑤⑥	두유⑤
열량/단백질(kcal/g)	569/22	583/29	570/25	568/25	556/23	490/19

쌀	배추김치	콩		육류				수산물	식육 · 수산물 가공품				
밥/죽	배추	두부	순두부	쇠고기		돼지고기	닭고기		진미채		훈제오리		
				국내산(택1)	수입산								
국내산	국내산	국내산	국내산	☒ 한우	산	국내산	국내산		오징어	페루산	오리고기	국내산	
누룽지	고춧가루			☐ 육우		오리고기	부모참여수업 <카레라이스 / 김치>						
국내산	국내산			☐ 젓소		국내산	돼지고기	국내산	배추	국내산	고춧가루	중국산	
가공품		떡갈비					돈가스		소고기완자				
		소고기	국내산	돼지고기	국내산	돼지고기	국내산	소고기	국내산				

※ 메뉴명 옆에 표시된 숫자는 알레르기 유발식품 표시입니다.

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳젓 ㉑아황산류는 많은 가공식품에 포함되어 있으므로 별도 표시를 하지 않았으니 참고해 주시기 바랍니다.

일자				1(목)	2(금)	3(토)
오전간식				김가루배추죽⑤⑥	경 사인머스캣&치즈②	 개 천 절
점심	◎ 발행처 : 고양시어린이사회복지급식관리지원센터 영양팀 ◎ ★메뉴는 영아 섭취 시 주의가 필요한 메뉴로, 잘게 잘라 배식해 주시고, 식사 지도에 더욱 신경 써주시기 바랍니다.			수수밥 근대된장국⑤⑥ 소고기양파볶음⑤⑥⑩ 연근개소스무침①⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 닭곰탕⑤ 잔멸치조림⑤⑥ 얼무나물⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식				찐단호박&보리차 <이 담>	핫도그①②⑤⑥⑩ &사과주스	
열량/단백질(kcal/g)				375/17	378/15	
일자	5(월)	6(화)	7(수)	8(목)	9(금)	10(토)
오전간식	 대 체 휴 일	콩나물죽⑤⑥	경 배&치즈②	브로콜리죽⑤⑥	 한 글 날	채소스틱&치즈②
점심		차조밥 황태두부국⑤⑥ ★메추리알우영조림①⑤⑥ 애호박볶음⑤⑥ 깍두기⑨	콩나물밥&양념장⑤⑥ 부추된장국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑬ 배추김치⑨ 새콤무생채	백미밥 모듬버섯국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑬ 시금치나물⑤⑥ 깍두기(무절임)⑨		돈육짜장밥⑤⑥⑩ 송농 신선과일(배) 배추김치
오후간식		과일요거트범벅②	★로제스파게티②⑤⑥⑩⑬	찐고구마&우유②		미숫가루⑤&우유②
열량/단백질(kcal/g)		441/18	415/18	413/18		394/14
일자	12(월)	13(화)	14(수) 국 없는 날	15(목)	16(금)	17(토)
오전간식	사과&치즈②	배추죽⑤⑥	경 사인머스캣&치즈②	당근죽⑤⑥	경 사인머스캣&치즈②	시리얼&우유②
점심	백미밥 다시마채국⑤⑥ 소고기배추찜⑤⑥⑬ 유부채소무침⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 청경채달걀국①⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ ★진미채볶음⑤⑥⑬ 배추김치⑨	돈육양배추볶음밥⑤⑥⑩ 송농 꽃맛샐러드①⑤⑥⑧ 깍두기⑨ 참나물무침⑤⑥	흑미밥 미역국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑬ 숙주무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 소고기우거지국⑤⑥⑬ 볼어묵조림⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	★들기름비빔국수⑤⑥ 잔멸치주먹밥⑤ 신선과일(키위) 배추김치⑨
오후간식	롤케이크①②⑤⑥ &우유②	후리가케섞음밥(주먹밥)⑤⑥	잼샌드위치①②⑤⑥ &우유②	버터감자구이&보리차	치즈스틱①②⑤⑥ &사과주스	두유⑤
열량/단백질(kcal/g)	407/18	425/19	410/17	356/15	388/21	423/14
일자	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)
오전간식	바나나&치즈②	오이죽⑤⑥	경 배&치즈②	우영죽⑤⑥	경 배&치즈②	떠먹는 요구르트②
점심	수수밥 애호박채국⑨ 돈육장조림⑤⑥⑩ 새콤오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 ★채소당면국⑤⑥ 닭살당근볶음⑤⑥⑬ 들깨버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨	소불고기덮밥⑤⑥⑬ 무채국⑤⑥ 부추전①⑤⑥ 배추김치⑨ 구이김	백미밥 순두부백탕⑤⑥ 돈가스&소스①⑤⑥⑩⑬⑭ 치커리사과무침⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 콩나물국⑤⑥ 훈제오리채소볶음⑤⑥ 밥새우조림⑤⑥⑨ 배추김치⑨	돈민짜삼색비빔밥①⑤⑥⑩ 송농 신선과일(단감) 깍두기⑨
오후간식	찐빵①②⑤⑥ &우유②	고구마범벅①⑤&보리차	★잔치국수⑤⑥	삶은달걀①&보리차	바나나곡물라떼②⑤ &마들렌	채소스틱&치즈②
열량/단백질(kcal/g)	386/18	485/15	395/15	411/21	361/14	360/14
일자	26(월)	27(화)	28(수) 국 없는 날	29(목)	30(금)	31(토)
오전간식	굴&치즈②	시리얼&우유②	경 사인머스캣&치즈②	애호박죽⑤⑥	경 사인머스캣&치즈②	미숫가루⑤&우유②
점심	모산목장(부모참여수업) <메뉴: 카레라이스> 백미밥 안매운육개장⑤⑥⑬ 달걀말이①⑤ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 아욱국⑤⑥ 돈육사태찜⑤⑥⑩ ★미역줄기볶음⑤⑥ 배추김치⑨	돈육카레라이스②⑤⑥⑩ 송농 으깬두부연근무침⑤ 깍두기⑨ 양배추샐러드 &드레싱①⑤⑥	흑미밥 건새우뚝국⑤⑥⑨ 소고기숙주볶음⑤⑥⑬ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 달걀찜국①⑤⑥ 돈육수육⑩&쌈장⑤④⑥ 청포묵김무침⑤⑥ 깍두기⑨	맛살볶음밥①⑤⑥⑧ 다시마양파국 신선과일(귤) 배추김치⑨
오후간식	치즈빵①②⑤⑥ &우유②	모듬어묵탕⑤⑥	물만두⑤⑥⑩	찐감자&우유②	모닝빵①②⑤⑥ &크림스프②⑤⑥	두유⑤
열량/단백질(kcal/g)	398/16	408/20	399/17	398/17	389/16	343/13

쌀	배추김치	콩		육류				수산물	식육 · 수산물 가공품				
밥/죽	배추	두부	순두부	쇠고기		돼지고기	닭고기		진미채		훈제오리		
				국내산(택1)	수입산								
국내산	국내산	국내산	국내산	☒ 한우	산	국내산	국내산		오징어	페루산	오리고기	국내산	
누룽지	고춧가루			☐ 육우		오리고기	부모참여수업 <카레라이스 / 김치>						
국내산	국내산			☐ 젖소		국내산	돼지고기	국내산	배추	국내산	고춧가루	중국산	
가공품		떡갈비					돈가스		소고기완자				
		소고기	국내산	돼지고기	국내산	돼지고기	국내산	소고기	국내산				

※ 메뉴명 옆에 표시된 숫자는 알레르기 유발식품 표시입니다.

①난류 ②우유 ③메밀 ④명곡 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲젓 ⑳아황산류는 많은 가공식품에 포함되어 있으므로 별도 표시를 하지 않았으니 참고해 주시기 바랍니다.