

■ 영양섭취기준

연령 / 구분	만 1~2세	만3~
총 열량(kcal)	900	1,400
단백질(g)	20	25

■ 식단 변경 안내

식단감수	감수신청기간	■ 아동복지법 제41조 제2항 ■ 어린이보호구역 내 어린이 ※ 기간
	감수신청방법	■ 양식02-2100-1111 ■ 전화: 02-2100-1111
	감수가 필요하지 않은 경우	■ 같은 ※ 한 ■ 기존 (인스 ■ 센터 - 가

《 식단이용 안내사항 》

0~5세	• 양주시 어린이급식관리지원센터는 “2025년 어린이급식관리지원센터 식단” • 에너지 구성 비율(오전 간식 8%, 점심 : 만 1~2세의 경우 414kcal 내외, 만 3~5
00	
5	

복지시설: 매월 6일~11일

이집·유치원: 매월 20일~26일

만 초과하여 접수 시 감수 불가

에 맞게 식단감수요청서를 작성하시어 센터 메일로

031-860-5250, 메일: foodyangju@ccfsm.or.kr

식품군·같은 조리방법 내에서 메뉴를 변경하여 사용하

달 식단 기준 10일까지 같은 식품군·같은 조리 방법 나

식단에서 추가 메뉴를 제공 하는 경우

턴트나 가공식품, 고열량·저열량 식품의 추가제공

에서 제공하는 견학식단·생일식단·방학식단을 변경

사용 하는 경우



양주시
어린이·사회복지급식관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

운영 관리지침"에 따라 식단 작성

(28%, 오후 간식 10%)

세의 경우 644kcal 내외로 제공

발송

는 경우 (예: 쇠고기장조림 → 돈육장조림)

자체적으로 변경 가능

제외)

경 없이 통째로(오전간식·점심·오후

		간식
	감수가 필요한 경우	■ 오전간 변경 하
	식자재 수급 사정에 (-)	
대체가능 식품	밥	밥은 잡곡 종
	국	채소국
		고깃국
	주반찬	육류
		어류
		알류 및 콩
	부반찬	오이, 애호박,
	김치	얼갈이 겉절
	과일	참외, 수박, 복
	떡	시루떡, 바람
	빵	소보로, 슈크
	견과류	견과류 알레
	우유	우유 알레르

■ 원산지표시 미표시 및 표시방법 위반

농축산물	①쌀(밥, 죽, 누룽지) ② ⑧콩(가공두부, 유바제
------	---------------------------------

사용하는 경우

식점·오후간식 메뉴를 다른 날짜와 통째로(건강식단

하여 사용하는 경우

따라 같은 식품군내에서 조리법 변경 없이 변동하여 사용

그 외, 임의로 식단을 변경 사용하실 경우 센터로고 사

류로 시설에서 구매 가능 한 어느 잡곡이나 사용해서

호박국, 근대국, 감자부추국, 열무된장국, 미역국,

소고기뭇국, 육개장, 닭개장, 북어채뭇국, 활태채뭇

쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기 등

삼치, 고등어, 가자미, 대구, 임연수 등

류 달걀, 메추리알, 두부

쥬키니, 양파, 근대, 부추, 감자, 양상추, 가지, 피망, 노각

이, 오이소박이, 백김치, 배추김치, 깍두기

복숭아, 자두, 토마토, 포도, 바나나, 사과, 배, 딸기, 굴

떡, 백설기, 증편, 꿀떡 등

림빵, 도넛, 머핀, 롤케이크, 식빵, 단팥빵 등

트기가 있는 영유아는 비슷한 모양의 건과일로 대체

기가 있는 어린이는 두유로 대체

시 과태료 부과

②배추김치(배추, 고춧가루) ③쇠고기 ④돼지고기 ⑤닭고

외), 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩

(생일식단·방학식단·외부음식·도시락 제외)

하실 수 있습니다. (1달 10일 이내)

(용이 불가능함)

도 됩니다.

콩나물국, 김치국 등

국, 어묵국, 오징어묵국 등

, 열무, 양배추, 고구마순 등

등

고기 ⑥오리고기 ⑦양(염소, 산양)고기

	※ 배추김치를 직접 담가
수산물	①넙치 ②조피볼락 ③
식육·어육 가공식품	⑫꽃게 ⑬다랑어 ⑭아 동그랑땡, 베이컨 햄, 치킨텐더, 치킨너겟 등

♥생일식단♥	
과일(사과) or당일오전간식 백미밥 미역국5,6 치킨너겟1,5,6,15 잡채5,6 배추김치9	과일(바나나) or당일오전간식 백미밥 미역국5,6 쇠불고기5,6,16 콩나물무침5,6 배추김치9
생일케이크1,2,5,6 &유제품(우유)2	생일케이크1,2,5,6 &유제품(우유)2
502	464
12	15

※ 콩나물무침은 원 사정에 맞추어 같은 식품

※ 급식소에서 조리한 음식을 외부로 이동하여 배식

완제품(도시락, 빵, 주스 등) 도는 가정도시락 지

※ 생일식단, 견학식단, 방학식단, 신학기식단은 원

※ 제공 드린 센터 식단에 추가되는 가공식품원

가 사용하는 경우 배추, 고춧가루 원산지 각각 표기 [예: 배
참돔 ④미꾸라지 ⑤뱀장어 ⑥낙지 ⑦명태(동태, 코다리
귀 ⑮주꾸미 ⑯가리비 ⑰우렁쉥이(멍게) ⑱방어 ⑲전복
소시지, 함박스테이크, 떡갈비, 너비아니, 완자전, 해물
가스, 생선가스 등

과일(사과) or당일오전간식	과일(바나나) or당일오전간식
백미밥 미역국 5,6 돼지갈비찜 5,6,10 탕평채 5,6 배추김치 9	김밥 1,5,6,10,15 과일(배) 과일주스(사과주스)
생일케이크 1,2,5,6 &유제품(우유) 2	유제품(우유) 2 or당일오후간식
452	396
12	11

군의 다른 나물로 조리방법 변경 없이 대체하여 사용하실
하지 않도록 해주시고, 외부에서 식사가 필요한 경우는 일반음식
참하여 제공할 수 있습니다. (외부음식 제공 동의서를 받아주시기
원 사정에 맞게 선택하여 사용해 주시고 메뉴변경을 원할 경우
산지는 식단표에 추가하여 작성해주시기 바랍니다. [건강식단

배추김치(배추: 국내산, 고춧가루: 국내산)

⑧고등어 ⑨갈치 ⑩참조기 ⑪오징어
⑫부세

완자전, 미트볼, 어묵, 맛살, 핫바, 치킨,

♥ 견학식단 ♥

과일(사과) or 당일 오전간식	과일(바나나) or 당일 오전간식
달걀볶음밥 1, 5, 6 과일(바나나) 과일주스(포도주스)	쇠고기채소주먹밥 5, 6, 16 치킨너겟 1, 5, 6, 15 과일(사과)
유제품(우유) 2 or 당일 오후간식	유제품(우유) 2 or 당일 오후간식
392	412
9	10

수 있습니다. (예시: 시금치무침)

식품점 또는 식품제조가공업에서 구입한
(바랍니다)

우에는 식단감수를 하시기 바랍니다.

및 방학식단 (예시: 햄 돼지고기: 국내산)

발행처: 양주시어린이사회복지급식관리지원센터
발행일: 2026년 9월 15일
작성자: 어린이급식팀



날짜	 양주시 공립어린이집 장	
오전간식		
점심		
오후간식		
열량 (kcal)		
단백질 (g)		
날짜	5(월)-대체휴일-	6(화)
오전간식		두부양파
점심		차조 유부장 달살양배추 청포묵김 각두
오후간식		바나나&



10월 식단표

(오전죽식형 만1~2세)



흥어린이집

		1(목)
		브로콜리 죽 5,6
		수수밥 감자국 5,6 돈육사태조림 5,6,10 청경채나물 5,6 배추김치 9
		사과 &어묵 핫바 1,2,5,6
		416
		20
2(수)	7(수)	8(목)
죽 5,6	시금치 죽 5,6	닭살김 죽 5,6,15
밥 국 5,6 콩음 5,6,15 무침 5,6 기 9	김밥 1,5,6,10,15 배 사과주스 쇠고기매추리알케첩조림 1,5,6,12,16	흑미밥 아욱된장국 5,6 들기름두부구이 5,6 잔멸치조림 5,6 배추김치 9
우유 2	찐 고구마 & 우유 2	배 &햄 치즈 샌드위치 1,2,5,6,10,15,16



	2(금)	3(토)-개천절-
	달걀배추죽 5,6, 15	
0	백미밥 시금치된장국 5,6 훈제오리양파구이 5,6 오이무침 5,6 열무김치 9	
	멜론 &잔멸치주먹밥 5,6	
	436	
	16	
	9(금)-한글날-	10(토)
		사과&우유 2
		잔치국수 5,6 (+추가밥) 배추김치 9

열량 (kcal)		460
단백질 (g)		19
날짜	12(월)	13(화)
오전간식	단호박죽	두부감자
점심	백미밥 무채된장국 5,6 쇠고기브로콜리볶음 5,6,16 상추무침 5,6 배추김치 9	수수콩나물 고등어양념 배추나물 깍두기
오후간식	모닝빵 1,2,5,6 &우유 2	샤인머스켓
열량 (kcal)	420	406
단백질 (g)	14	16
날짜	19(월)	20(화)
오전간식	두부파프리카죽 5,6	쇠고기배추
점심	백미밥 쇠고기미역국 5,6,16 목살소금구이 5,6,10 콩나물무침 5,6 열무김치 9	차조 애호박말 순살찜닭 근대나물 깍두기
오후간식	프렌치토스트 1,2,5,6 &우유 2	배&우유
열량 (kcal)	467	422

	396	398
	11	16
화)	14(수)	15(목)
죽 5,6	노른자무죽 1,5,6	삼색채소죽 5,6
밥 물국 5,6 조림 5,6,7 물 5,6 기 9	백미밥 미소장국 5,6 함박스테이크 & 소스 1,2,5,6,10,12,15,16,18 양상추사과샐러드 & 드레싱 1,2,5,6 열무김치 9 (+요구르트 2)	기장밥 닭곰탕 5,6,15 사각어묵볶음 5,6 애호박나물 5,6 열무김치 9
&우유 2	편단호박 &우유 2	바나나 &*다진유부주먹밥 5,
5	442	425
	17	14
화)	21(수)-국없는날-	22(목)
죽 5,6,16	노른자찹쌀죽 1,5,6	미역죽 5,6
밥 은국 5,6 5,6,15 무침 5,6 기 9	돈육마파두부덮밥 5,6,10 채소튀김 5,6 양배추마요샐러드 1,2,5,6 배추김치 9 (+사과주스)	수수밥 배추된장국 5,6 소시지파프리카볶음 5,6,10,15,16,18 연근조림 5,6 깍두기 9
유 2	시리얼 5,6 &우유 2	굴 &고구마범벅 2
2	517	417

		318
		9
	16(금)	17(토)
	흰살생선콩나물죽5,6	굴&우유2
	백미밥 두부된장국5,6 돈육감자조림5,6,10 시금치나물5,6 배추김치9	오므라이스 1,2,5,6,10,12,15,16,18 부추말은국5,6 배추김치9
6	사과 &*토마토스파게티 2,5,6,12,15,16,18	
	452	320
	20	12
	23(금)	24(토)
	근대죽5,6	배&우유2
	백미밥 쇠고기뭇국5,6,16 달걀말이1,5,6 깻잎순나물5,6 배추김치9	돈육채소볶음밥 5,6,10 (+송송) 배추김치9
	바나나 &후레쉬번1,2,5,6	
	431	309

단백질 (g)	18	20
날짜	26(월)	27(화)
오전간식	쇠고기브로콜리죽5,6,16	애호박
점심	백미밥 달걀볶음국 1,5,6 닭살당근볶음 5,6,15 얼갈이된장무침 5,6 깍두기 9	기장 버섯된장 난자온 (완자굴소스 5,6,10,12,15) 숙주나물 배추김
오후간식	카스테라1,2,5,6 &우유 2	샤인머스켓
열량 (kcal)	465	454
단백질 (g)	22	14

원산지표시	쌀, 잡쌀, 흑미, 현미			콩
	밥	죽	누룽지	두부,비
	국내산	국내산	국내산	외국산
	치킨너겟(생일식단)		햄(샌드위치용)	
	닭고기: 국내산		돼지고기: 국내산 닭고기: 국내산	

알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 ※ 카레,짜장,하이라이스 가루 및 소스류는 사용하 알레르기 번호를 별도로 확인하여 표기 후 제
--------------	--

	13	10
과)	28(수)	29(목)
죽5,6	닭살얼갈이죽5,6,15	노른자숙주죽1,5,6
밥 국5,6 산스 채소조림) 5,16,18 물5,6 치9	다진쇠고기우영볶음밥 5,6,16 우동국물5,6(+우등면) 부추전1,5,6 배추김치9 (+요구르트2)	차조밥 근대된장국5,6 임연수구이5,6 무배생채5,6 배추김치9
&우유2	찐감자 &우유2	바나나 &미니카레우동 2,5,6,12,16,18
4	481	423
	19	14

배추김치				육류	
지	배추	고춧가루	쇠고기	돼지고기	
산	국내산	국내산	국산한우	국내산	
식육·어육가공품					
햄(김밥용)		함박스테이크		소시지	
돼지고기: 국내산 닭고기: 국내산		닭고기: 국내산 돼지고기: 국내산		돼지고기: 국내산	

어 ㉔계 ㉕새우 ㉖돼지고기 ㉗복숭아 ㉘토마토 ㉙아황산류 ㉚호두 ㉛
으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
하는 제품에 따라 우유, 토마토, 닭고기, 소고기 등이 포함되어 있는
공해주시기 바랍니다.

	12	12
	30(금)	31(토)
	당근죽5,6	사과&우유2
	백미밥 쇠고기미역국5,6,16 치킨너겟1,5,6,15 잡채5,6 배추김치9	잡채덮밥5,6,10 실파장국5,6 배추김치9
	생일케이크1,2,5,6 배&&우유2	
	458	296
	16	12

류		수산물		
닭고기	오리고기	명태·동태	오징어	고등어
국내산	국내산	러시아산	국내산	국내산

	완자전(난자완스용)	어묵핫바/어묵
국내산	돼지고기: 국내산 두부: 외국산	연육일경우제외

⑤닭고기 ⑥쇠고기 ⑦오징어 ⑧조개류(굴·홍합·전복 등) ⑨젓
입니다.

으므로, 식단표 확인 후 그외 추가로 사용되는 식재료는

■ 영양섭취기준

연령 / 구분	만 1~2세	만3~
총 열량(kcal)	900	1,400
단백질(g)	20	25

■ 식단 변경 안내

식단감수	감수신청기간	■ 아동복지법 제41조 제2항 ■ 어린이보호법 제12조 제2항 ※ 기간
	감수신청방법	■ 양식04-1 ■ 전화: 02-120-1200
	감수가 필요하지 않은 경우	■ 같은 양식04-1 ※ 한 번만 ■ 기존에 신청한 경우 (인스) ■ 센터에 방문하여

《 식단이용 안내사항 》

0~5세	• 양주시 어린이급식관리지원센터는 “2025년 어린이급식관리지원센터 식단” • 에너지 구성 비율(오전 간식 8%, 점심 : 만 1~2세의 경우 414kcal 내외, 만 3~5
00	
5	

복지시설: 매월 6일~11일

이집·유치원: 매월 20일~26일

만 초과하여 접수 시 감수 불가

에 맞게 식단감수요청서를 작성하시어 센터 메일로

031-860-5250, 메일: foodyangju@ccfsm.or.kr

식품군·같은 조리방법 내에서 메뉴를 변경하여 사용하

달 식단 기준 10일까지 같은 식품군·같은 조리 방법

식단에서 추가 메뉴를 제공 하는 경우

턴트나 가공식품, 고열량·저열량 식품의 추가제공

에서 제공하는 견학식단·생일식단·방학식단을 변경

사용 하는 경우



양주시
어린이·사회복지급식관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

운영 관리지침"에 따라 식단 작성

(28%, 오후 간식 10%)

세의 경우 644kcal 내외로 제공

발송

는 경우 (예: 쇠고기장조림 → 돈육장조림)

자체적으로 변경 가능

제외)

경 없이 통째로(오전간식·점심·오후

		간식
	감수가 필요한 경우	■ 오전간 변경 하
	식자재 수급 사정에 (-)	
대체가능 식품	밥	밥은 잡곡 종
	국	채소국
		고깃국
	주반찬	육류
		어류
		알류 및 콩
	부반찬	오이, 애호박,
	김치	얼갈이 겉절
	과일	참외, 수박, 복
	떡	시루떡, 바람
	빵	소보로, 슈크
	견과류	견과류 알레
	우유	우유 알레르

■ 원산지표시 미표시 및 표시방법 위반

농축산물	①쌀(밥, 죽, 누룽지) ② ⑧콩(가공두부, 유바제
------	---------------------------------

사용하는 경우

식점·오후간식 메뉴를 다른 날짜와 통째로(건강식단

하여 사용하는 경우

따라 같은 식품군내에서 조리법 변경 없이 변동하여 사용

그 외, 임의로 식단을 변경 사용하실 경우 센터로고 사

류로 시설에서 구매 가능 한 어느 잡곡이나 사용해서

호박국, 근대국, 감자부추국, 열무된장국, 미역국,

소고기뭇국, 육개장, 닭개장, 북어채뭇국, 활태채뭇

쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기 등

삼치, 고등어, 가자미, 대구, 임연수 등

류 달걀, 메추리알, 두부

쥬키니, 양파, 근대, 부추, 감자, 양상추, 가지, 피망, 노각

이, 오이소박이, 백김치, 배추김치, 깍두기

복숭아, 자두, 토마토, 포도, 바나나, 사과, 배, 딸기, 굴

떡, 백설기, 증편, 꿀떡 등

림빵, 도넛, 머핀, 롤케이크, 식빵, 단팥빵 등

트기가 있는 영유아는 비슷한 모양의 건과일로 대체

기가 있는 어린이는 두유로 대체

시 과태료 부과

②배추김치(배추, 고춧가루) ③쇠고기 ④돼지고기 ⑤닭고

외), 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩

(생일식단·방학식단·외부음식·도시락 제외)

하실 수 있습니다. (1달 10일 이내)

(용이 불가능함)

도 됩니다.

콩나물국, 김치국 등

국, 어묵국, 오징어묵국 등

, 열무, 양배추, 고구마순 등

등

고기 ⑥오리고기 ⑦양(염소, 산양)고기

	※ 배추김치를 직접 담가
수산물	①넙치 ②조피볼락 ③
식육·어육 가공식품	⑫꽃게 ⑬다랑어 ⑭아 동그랑땡, 베이컨 햄, 치킨텐더, 치킨너겟 등

♥생일식단♥	
과일(사과) or당일오전간식 백미밥 미역국5,6 치킨너겟1,5,6,15 잡채5,6 배추김치9	과일(바나나) or당일오전간식 백미밥 미역국5,6 쇠불고기5,6,16 콩나물무침5,6 배추김치9
생일케이크1,2,5,6 &유제품(우유)2	생일케이크1,2,5,6 &유제품(우유)2
772	714
19	22

※ 콩나물무침은 원 사정에 맞추어 같은 식품

※ 급식소에서 조리한 음식을 외부로 이동하여 배식

완제품(도시락, 빵, 주스 등) 도는 가정도시락 지

※ 생일식단, 견학식단, 방학식단, 신학기식단은 원

※ 제공 드린 센터 식단에 추가되는 가공식품원

가 사용하는 경우 배추, 고춧가루 원산지 각각 표기 [예: 배
참돔 ④미꾸라지 ⑤뱀장어 ⑥낙지 ⑦명태(동태, 코다리
귀 ⑮주꾸미 ⑯가리비 ⑰우렁쉥이(멍게) ⑱방어 ⑲전복
소시지, 함박스테이크, 떡갈비, 너비아니, 완자전, 해물
가스, 생선가스 등

	과일(사과) or당일오전간식	과일(바나나) or당일오전간식	
	백미밥		
	미역국 5,6	김밥1,5,6,10,15	
	돼지갈비찜 5,6,10	과일(배)	
	탕평채 5,6	과일주스(사과주스)	
	배추김치 9		
	생일케이크1,2,5,6	유제품(우유)2	
	&유제품(우유)2	or당일오후간식	
	696	609	
	19	17	

군의 다른 나물로 조리방법 변경 없이 대체하여 사용하실
하지 않도록 해주시고, 외부에서 식사가 필요한 경우는 일반음식
참하여 제공할 수 있습니다. (외부음식 제공 동의서를 받아주시기
원 사정에 맞게 선택하여 사용해 주시고 메뉴변경을 원할 경우
산지는 식단표에 추가하여 작성해주시기 바랍니다. [건강식단

배추김치(배추: 국내산, 고춧가루: 국내산)

⑧고등어 ⑨갈치 ⑩참조기 ⑪오징어
⑫부세

완자전, 미트볼, 어묵, 맛살, 핫바, 치킨,

♥ 견학식단 ♥

과일(사과) or 당일 오전간식	과일(바나나) or 당일 오전간식
달걀볶음밥 1, 5, 6 과일(바나나) 과일주스(포도주스)	쇠고기채소주먹밥 5, 6, 16 치킨너겟 1, 5, 6, 15 과일(사과)
유제품(우유) 2 or 당일 오후간식	유제품(우유) 2 or 당일 오후간식
602	633
13	15

수 있습니다. (예시: 시금치무침)

식품점 또는 식품제조가공업에서 구입한
(바랍니다)

우에는 식단감수를 하시기 바랍니다.

및 방학식단 (예시: 햄 돼지고기: 국내산)

발행처: 양주시어린이사회복지급식관리지원센터
발행일: 2026년 9월 15일
작성자: 어린이급식팀



날짜		
오전간식		
점심	 양주시 공립어린이집	
오후간식		
열량(kcal)		
단백질(g)		
날짜	5(월)-대체휴일-	6(화)
오전간식		두부양파
점심		차조 유부장 닭살양배추 청포묵김 깍두
오후간식		바나나&



10월 식단표

(오전죽식형 만3~5세)



흥어린이집

		1(목)
		브로콜리 죽 5,6
		수수밥 감자국 5,6 돈육사태조림 5,6,10 청경채나물 5,6 배추김치 9
		사과 &어묵 핫바 1,2,5,6
		637
		32
	7(수)	8(목)
죽 5,6	시금치 죽 5,6	달걀김 죽 5,6,15
밥 국 5,6 류음 5,6,15 무침 5,6 기 9	김밥 1,5,6,10,15 배 사과주스 쇠고기메추리알케첩조림 1,5,6,12,16	흑미밥 아욱된장국 5,6 들기름두부구이 5,6 잔멸치조림 5,6 배추김치 9
우유 2	찐 고구마 & 우유 2	배 &햄 치즈샌드위치 1,2,5,6,10,15,16



2(금)	3(토)-개천절-
달걀배추죽5,6,15	
백미밥 시금치된장국5,6 훈제오리양파구이5,6 오이무침5,6 열무김치9	
멜론 &잔멸치주먹밥5,6	
670	
24	
9(금)-한글날-	10(토)
	사과&우유2
	잔치국수5,6 (+추가밥) 배추김치9

열량 (kcal)		708
단백질 (g)		29
날짜	12(월)	13(호)
오전간식	단호박죽	두부감자
점심	백미밥 무채된장국 5,6 쇠고기브로콜리볶음 5,6,16 상추무침 5,6 배추김치 9	수수 맑은콩나물 고등어양념 배추나물 깍두기
오후간식	모닝빵 1,2,5,6 &우유 2	샤인머스켓
열량 (kcal)	646	625
단백질 (g)	22	25
날짜	19(월)	20(호)
오전간식	두부파프리카죽 5,6	쇠고기배추
점심	백미밥 쇠고기미역국 5,6,16 목살소금구이 5,6,10 콩나물무침 5,6 열무김치 9	차조 애호박맑은 순살찜닭 근대나물 깍두기
오후간식	프렌치토스트 1,2,5,6 &우유 2	배&우유
열량 (kcal)	719	649

3	609	613
	17	25
화)	14(수)	15(목)
죽 5,6	노른자무죽 1,5,6	삼색채소죽 5,6
밥 물국 5,6 조림 5,6,7 물 5,6 기 9	백미밥 미소장국 5,6 함박스테이크 & 소스 1,2,5,6,10,12,15,16,18 양상추사과샐러드 & 드레싱 1,2,5,6 열무김치 9 (+요구르트 2)	기장밥 닭곰탕 5,6,15 사각어묵볶음 5,6 애호박나물 5,6 열무김치 9
&우유 2	편단호박 &우유 2	바나나 &*다진유부주먹밥 5,
5	681	651
	26	22
화)	21(수)-국없는날-	22(목)
죽 5,6,16	노른자찹쌀죽 1,5,6	미역죽 5,6
밥 은국 5,6 5,6,15 무침 5,6 기 9	돈육마파두부덮밥 5,6,10 채소튀김 5,6 양배추마요샐러드 1,2,5,6 배추김치 9 (+사과주스)	수수밥 배추된장국 5,6 소시지파프리카볶음 5,6,10,15,16,18 연근조림 5,6 깍두기 9
유 2	시리얼 5,6 &우유 2	굴 &고구마범벅 2
9	795	641

		489
		14
	16(금)	17(토)
	흰살생선콩나물죽5,6	굴&우유2
	백미밥 두부된장국5,6 돈육감자조림5,6,10 시금치나물5,6 배추김치9	오므라이스 1,2,5,6,10,12,15,16,18 부추말은국5,6 배추김치9
6	사과 &*토마토스파게티 2,5,6,12,15,16,18	
	695	493
	30	18
	23(금)	24(토)
	근대죽5,6	배&우유2
	백미밥 쇠고기뭇국5,6,16 달걀말이1,5,6 깻잎순나물5,6 배추김치9	돈육채소볶음밥 5,6,10 (+송송) 배추김치9
	바나나 &후레쉬번1,2,5,6	
	663	476

단백질 (g)	28	31
날짜	26(월)	27(화)
오전간식	쇠고기브로콜리죽5,6,16	애호박
점심	백미밥 달걀볶음국 1,5,6 닭살당근볶음 5,6,15 얼갈이된장무침 5,6 깍두기 9	기장 버섯된장 난자온 (완자굴소스 5,6,10,12,15) 숙주나물 배추김
오후간식	카스테라1,2,5,6 &우유 2	샤인머스캣
열량 (kcal)	715	770
단백질 (g)	34	25

원산지표시	쌀, 잡쌀, 흑미, 현미			콩
	밥	죽	누룽지	두부,비
	국내산	국내산	국내산	외국산
	치킨너겟(생일식단)		햄(샌드위치용)	
	닭고기: 국내산		돼지고기: 국내산 닭고기: 국내산	

알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 ※ 카레,짜장,하이라이스 가루 및 소스류는 사용하 알레르기 번호를 별도로 확인하여 표기 후 제
--------------	--

	20	16
4)	28(수)	29(목)
죽5,6	닭살얼갈이죽5,6,15	노른자숙주죽1,5,6
밥 국5,6 스 채소조림) 5,16,18 물5,6 치9	다진쇠고기우영볶음밥 5,6,16 우동국물5,6(+우동면) 부추전1,5,6 배추김치9 (+요구르트2)	차조밥 근대된장국5,6 임연수구이5,6 무배생채5,6 배추김치9
&우유2	찐감자 &우유2	바나나 &미니카레우동 2,5,6,12,16,18
0	740	651
	29	21

배추김치				육류	
지	배추	고춧가루	쇠고기	돼지고기	
산	국내산	국내산	국산한우	국내산	
식육·어육가공품					
햄(김밥용)		함박스테이크		소시지	
돼지고기: 국내산 닭고기: 국내산		닭고기: 국내산 돼지고기: 국내산		돼지고기: 국내산	

어 ㉔계 ㉕새우 ㉖돼지고기 ㉗복숭아 ㉘토마토 ㉙아황산류 ㉚호두 ㉛
으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
하는 제품에 따라 우유, 토마토, 닭고기, 소고기 등이 포함되어 있는
공해주시기 바랍니다.

	19	18
	30(금)	31(토)
	당근죽5,6	사고&우유2
	백미밥 쇠고기미역국5,6,16 치킨너겟1,5,6,15 잡채5,6 배추김치9	잡채덮밥5,6,10 실파장국5,6 배추김치9
	생일케이크1,2,5,6 배&&우유2	
	772	456
	19	18

류		수산물		
닭고기	오리고기	명태·동태	오징어	고등어
국내산	국내산	러시아산	국내산	국내산

	완자전(난자완스용)	어묵핫바/어묵
국내산	돼지고기: 국내산 두부: 외국산	연육일경우제외

⑤닭고기 ⑥쇠고기 ⑦오징어 ⑧조개류(굴·홍합·전복 등) ⑨젓
니다.

으므로, 식단표 확인 후 그외 추가로 사용되는 식재료는