

날짜/요일	생일	이달의 제철 식재료	식단 더 알아보기	1 / 목	2 / 금	3 / 토
오전간식	굴			참깨죽	토마토 ¹²	
점심	백미밥 소고기미역국 ^{5⑥⑬} 깻잎닭갈비 ^{5⑥⑬} 오이무침 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	[단호박] 베타카로틴과 비타민이 풍부해 면역력을 높이고 눈 건강에 도움을 줍니다!	식단 안내 영상 아트선 교육자료 영유아 적정 배식량	흑미밥 콩나물국 ^{5⑥} 돼지목살구이 ^{5⑩} 브로콜리무침 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	기장밥 청경채된장국 ^{5⑥} 두부양념조림 ^{5⑥} 감자채볶음 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	
오후간식	케이크 ^{1②⑤⑥} /우유 ²			삶은달걀 ¹ /우유 ²	삼색주먹밥 ^{5⑥⑬} /우유 ²	
열량/단백질	455/19			452/19	428/15	개천절
날짜/요일	5 / 월	6 / 화	7 / 수 [국없는DAY]	8 / 목	9 / 금	
오전간식	개천절	채소죽	사과	굴		
점심		수수밥 미역된장국 ^{5⑥} 달걀데리야끼조림 ^{5⑥⑬⑭⑮} 양배추나물 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	소고기소보로덮밥 ^{1⑤⑥⑬} (추가:송농) 잔멸치볶음 ^{5⑥} 무생채 배추김치 ⁹	백미밥 소고기미역국 ^{5⑥⑬} 깻잎닭갈비 ^{5⑥⑬} 오이무침 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	한글날	
오후간식		바나나/우유 ²	카스텔라 ^{1②⑤⑥} /우유 ²	케이크 ^{1②⑤⑥} /우유 ²		
열량/단백질	대체공휴일	412/21	442/17(466/18)	455/19	한글날	
날짜/요일	12 / 월	13 / 화	14 / 수	15 / 목	16 / 금	
오전간식	배	두부죽 ^{5⑥}	미숫가루 ⁵ /우유 ²	양파스프 ^{2⑤⑥⑬⑭}	키위	
점심	흑미밥 소고기묵국 ^{5⑥⑬} 메추리알케첩볶음 ^{1⑤⑥⑬} 숙주나물 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	차조밥 근대된장국 ^{5⑥} 떡갈비조림 ^{2⑤⑥⑩⑫⑬} 파프리카무침 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	새우살볶음밥 ^{5⑥⑨} 버섯맑은국 ^{5⑥} 맛살오이무침 ^{1②⑤⑥⑦⑧⑫⑬} 배추김치 ⁹	기장밥 열무된장국 ^{5⑥} 소불고기 ^{5⑥⑬} 우엉조림 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	백미밥 순두부국 ^{5⑥} 삼치조림 ^{5⑥} 김구이 ⁵ 배추김치 ⁹	
오후간식	모닝빵 ^{1②⑤⑥} /우유 ²	토마토 ¹² /치즈 ²	NEW 가지튀김 ^{5⑥}	찐감자/유자차	꿀호떡 ^{1②④⑤⑥} /우유 ²	
열량/단백질	447/18	410/21	414/16	427/18	420/20	
날짜/요일	19 / 월	20 / 화	21 / 수 [먼DAY]	22 / 목 [아트선+]	23 / 금	
오전간식	바나나	소고기죽 ^{1⑥}	파인애플	양배추죽	오렌지	
점심	수수밥 황태미역국 ^{5⑥} 달걀찜 ¹ 브로콜리숙회 배추김치 ⁹	기장밥 가쓰오장국 ^{5⑥⑨⑫} 돼지고기배추볶음 ^{5⑥⑩} 도토리묵무침 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	짜장면 ^{2⑤⑥⑩⑫⑬} (추가:백미밥1/3) 미소국 ^{5⑥} 탕수육 ^{1②⑤⑥⑩⑫⑬⑭} 배추김치 ⁹	백미밥 어묵국 ^{1②⑤⑥⑧⑨⑫} 간장오징어볶음 ^{5⑥⑦} 콩나물무침 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	차조밥 애호박된장국 ^{5⑥} 훈제오리구이 ^{2⑤⑥⑨⑫⑬} 상추무침 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	
오후간식	롤케이크 ^{1②⑤⑥} /우유 ²	연두부 ^{5⑥} /보리차	잔멸치주먹밥 ^{5⑥}	찐고구마/우유 ²	한도그 ^{1②⑤⑥⑨⑩⑫⑬} /우유 ²	
열량/단백질	430/16	410/22	422/19(465/20)	450/19	428/16	
날짜/요일	26 / 월	27 / 화	28 / 수	29 / 목	30 / 금	
오전간식	사과	당근죽	배	누룽지죽	단감	
점심	백미밥 소고기우거짓국 ^{5⑥⑬} 간장마파두부 ^{5⑥⑨⑩⑫} 김자반 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	흑미밥 새우탕국 ^{5⑥⑨} 달걀숙주볶음 ^{5⑥⑬} 연근조림 ^{5⑥} 김자반 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	곤드레나물밥*양념장 ^{5⑥} 조갯살된장국 ^{5⑥⑬} 달걀말이 ^{1⑤} 양상추샐러드 ^{2⑫} 깍두기 ⁹	수수밥 새송이맑은국 ^{5⑥} 돼지고기수육 ^{5⑥⑩} 시금치무침 ^{5⑥} 깍두기 ⁹	기장밥 유부된장국 ^{5⑥} 고등어구이 ^{5⑥⑦} 무나물 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	
오후간식	밤만주 ^{1②⑤⑥} /우유 ²	단호박꿀찜/우유 ²	들기름매말국수 ^{3⑤⑥}	파프리카스틱/떠먹는요구르트 ²	잼샌드위치 ^{1②⑤⑥} /우유 ²	
열량/단백질	426/16	419/20	412/17	417/23	452/20	
원산지 표시	쌀 (밥, 죽, 누룽지)	콩 두부류	닭고기	돼지고기	소고기(국내산 [한우, 육우, 젖소] 표기 필수)	배추김치
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	오징어	고등어	식육 가공품	떡갈비	탕수육	훈제오리
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
알림	★ 트니크니 13개월-만2세 식단은 만 3-5세를 기준으로 메뉴 구성 후, 13개월-만2세 연령별 특성을 고려하여 만 3-5세의 65% 열량으로 조리방법 및 양을 달리 제공합니다.					
원산지	★ 식육수산물 가공품 원산지는 센터 표준레시피를 기준으로 표시하며, 각 급식소 상황에 맞게 수정 가능합니다.					
알레르기	★ 식단의 알레르기 표기는 표준레시피를 기준으로 하되, 실제 유발식품 포함 여부와 차이가 있을 수 있습니다. 제조사별 원재료 차이에 따라 알레르기 성분표를 확인하고 필요 시 수정 가능합니다.					
배식	★ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 표기 생략이 가능합니다.					
	★ 알레르기 유발물질(매뉴 뒤 번호 표시): ①달걀 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류 ⑳참깨					
	★ 동근 형태의 음식(포도, 방울토마토 등) 및 찰기가 있는 떡류(절편, 골떡 등)는 잘게 잘라서 제공하며 생의 후 키즈노트-운영일지에 안내 기록하되 원본 식단은 그대로 유지해 주시기 바랍니다.					
	★ 영아에게 제공되는 김치는 염지 않은 형태(백김치, 씻은 김치 등)로 선택하여 제공하시기 바랍니다.					

☑ 알레르기 유발 식품첨가에 주의하시기 바라며, 지도 및 상담이 필요하신 가정에서는 어린이집으로 문의 바랍니다.
 ☑ 주급 상황 등에 따라 식단감수 없이 동일 식품군 조리법으로 변경 가능하며, 학부모와 충분히 상의 후 키즈노트-운영일지에 안내 기록하되 원본 식단은 그대로 유지해 주시기 바랍니다.
 ☑ 가정에 식단 제공 전, 원에서 임의로 변경한 경우 영양사가 작성한 식단이 아니므로 센터 로고 및 영양사 이름을 삭제해 주시기 바랍니다.