

날짜/요일		생일		이달의 제철 식재료		식단 더 알아보기		1 / 목		2 / 금		3 / 토					
오전간식		애호박죽						참깨죽		복어죽							
점심		백미밥 소고기미역국⑤⑥⑬ 깻잎닭갈비⑤⑥⑮ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨						흑미밥 콩나물국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨		기장밥 청경채된장국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 감자채볶음⑤ 깍두기⑨							
오후간식		케이크①②⑤⑥/우유②		[단호박] 베타카로틴과 비타민이 풍부해 면역력을 높이고 눈 건강에 도움을 줍니다!		● 식단 안내 영상 ● 아트레션 교육자료 ● 영유아 적정 배식량		삶은달걀①/우유②		토마토⑫/우유②		개천절					
열량/단백질		455/19						452/19		416/17							
날짜/요일		5 / 월		6 / 화		7 / 수[국없는DAY]		8 / 목[음악아트레션+]		9 / 금		10 / 토					
오전간식				채소죽		대구살죽⑤⑥		얼갈이죽⑤⑥				기장죽					
점심				수수밥 미역된장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림 ⑤⑥⑮⑱⑲ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨		소고기소보로덮밥 ①⑤⑥⑪ (추가:송능) 잔멸치볶음⑤⑥ 무생채 배추김치⑨		백미밥 안매운닭강장⑤⑥⑮ 물만두*양념장 ①②⑤⑥⑧⑯⑰⑱⑲ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨				바지락칼국수⑤⑥⑮ 백미밥 1/2 배추김치⑨					
오후간식				바나나/우유②		사과/우유②		고구마범벅①⑤									
열량/단백질		대체공휴일		412/21		412/18(435/18)		410/16		한글날		313/9					
날짜/요일		12 / 월		13 / 화		14 / 수		15 / 목		16 / 금		17 / 토					
오전간식		우거지죽		두부죽⑤⑥		닭가슴살죽⑮		양파스프②⑤⑥⑮⑱		브로콜리죽		단호박죽					
점심		흑미밥 소고기뭇국⑤⑥⑬ 메추리알게첩볶음 ①⑤⑥⑫ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑨		차조밥 근대된장국⑤⑥ 떡갈비조림 ②⑤⑥⑩⑫⑬ 파프리카무침⑤⑥ 깍두기⑨		새우살볶음밥⑤⑥⑨ 버섯맑은국⑤⑥ 맛살오이무침 ①②⑤⑥⑦⑧⑫⑬ 배추김치⑨		기장밥 얼무된장국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑬ 우영조림⑤⑥ 깍두기⑨		백미밥 순두부국⑤⑥ 삼치조림⑤⑥ 김چی⑤ 배추김치⑨		오므라이스①②⑤⑫ 시래깃국⑤⑥ 깍두기⑨					
오후간식		배/우유②		토마토⑫/치즈②		가치튀김⑤⑥		찐감자/우유②		꿀호떡①②④⑤⑥/ 우유②							
열량/단백질		420/17		410/21		413/16		420/17		415/21		321/11					
날짜/요일		19 / 월		20 / 화		21 / 수[면DAY]		22 / 목[음악아트레션+]		23 / 금		24 / 토					
오전간식		무죽		소고기죽⑬		잔멸치죽		양배추죽		양송이죽		타락죽②					
점심		수수밥 황태미역국⑤⑥ 달걀찜① 브로콜리숙회 배추김치⑨		기장밥 가쓰오장국⑤⑥⑨⑱ 돼지고기배추볶음⑤⑥⑮ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기⑨		짜장면②⑤⑥⑩⑮⑱ (추가:백미밥 1/3) 미소국⑤⑥ 탕수육 ①②⑤⑥⑩⑫⑮⑱ 배추김치⑨		백미밥 어묵국①②⑤⑥⑧⑨⑮ 간장오징어볶음⑤⑥⑰ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨		차조밥 애호박된장국⑤⑥ 훈제오리구이 ②⑤⑥⑨⑫⑬ 상추무침⑤⑥ 깍두기⑨		소고기볶음밥⑤⑥⑮ 감자맑은국⑤⑥ 배추김치⑨					
오후간식		바나나/우유②		한도그 ①②⑤⑥⑨⑩⑮⑱		연두부⑤⑥/보리차		찐고구마/우유②		오렌지/우유②							
열량/단백질		410/17		450/20		416/19(458/20)		450/19		451/16		320/11					
날짜/요일		26 / 월		27 / 화		28 / 수		29 / 목		30 / 금		31 / 토					
오전간식		미역죽⑤⑥		당근죽		장국죽⑤⑥⑬		누룽지죽		배추죽		울무죽					
점심		백미밥 소고기우거짓국⑤⑥⑬ 간장마파두부 ⑤⑥⑨⑩⑮ 김자반⑤ 깍두기⑨		흑미밥 새우탕국⑤⑥⑨ 닭살숙주볶음⑤⑥⑮ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨		곤드레나물밥*양념장 ⑤⑥ 조갯살된장국⑤⑥⑮ 달걀말이①⑤ 양상추샐러드②⑫ 깍두기⑨		수수밥 새송이맑은국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑮ 시금치무침⑤⑥ 깍두기⑨		기장밥 유부된장국⑤⑥ 고등어구이⑤⑥⑦ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨		게살덮밥 ①②⑤⑥⑦⑧⑫⑬ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨					
오후간식		사과/우유②		단호박꿀찜/우유②		들기름매밀국수③⑤⑥		파프리카스타크 /떠먹는요구르트②		배/우유②							
열량/단백질		417/17		419/20		428/16		417/23		455/20		312/9					
원산지 표시		쌀 (밥, 죽, 누룽지)		콩 두부류		닭고기		돼지고기		소고기 [국내산 [한우, 육우, 젖소] 표기 필수]		배추김치					
										국거리용		북쪽 및 점류 등		배추		고춧가루	
		국내산		국내산		국내산		국내산		국내산 (한우)		국내산 (한우)		국내산		국내산	
		오징어		고등어		식육 가공품		떡갈비		탕수육		훈제오리					
		원양어산		원양어산		국내산		국내산		국내산		국내산					
★ 트니크니 13개월~만2세 식단은 만 3~5세를 기준으로 매뉴 구성 후, 13개월~만2세 연령별 특성을 고려하여 만 3~5세의 65% 열량으로 조리방법 및 양을 달리 제공합니다.																	
알림		원산지 * 식육·수산물 가공품 원산지는 센터 표준레시피를 기준으로 표시하며, 각 급식소 상황에 맞게 수정 가능합니다.															
		* 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.															
		* 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															
배식		* 동근 형태의 음식(포도, 방울토마토 등) 및 찢기가 있는 떡류(절편, 골떡 등)는 잘게 잘라서 제공해 주시기 바랍니다. ** 여아에게 제공되는 김치는 맨지 양은 형태(배김치, 씌운 김치 등)로 선택하여 제공하시기 바랍니다.															

☑ 알레르기 유발 식품섭취에 주의하시기 바라며, 지도 및 상담이 필요한 가정에서는 어린이집으로 문의 바랍니다.

☑ 수급 생활 등에 따라 식단강조 없이 일반 식품군 조리요령도 변경 가능하며, 학부모와 충분한 상의 후 키즈노트 운영일지에 안내 기록하되 원본 식단은 그대로 유지해 주시기 바랍니다.

☑ 기구 및 식단 제본 등 있어서 임의의 변경사항은 영양가사 작성한 식단이 아니므로 센터 로고 및 영양가사 이름을 삭제해 주시기 바랍니다.

〈글꼴 출처: 경기천년제목체, 나눔고딕체/이미지 출처: 어반브러시, 플래티콘〉