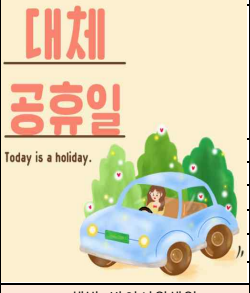




구분	월	화	수	목	금
오전간식				1 소고기채소죽⑤⑩	2(다별반양라열생일) 씨리얼토피נג바나나조청범벅⑥
점심	▲단체급식 특성상 개별 맞춤 급식을 하기 어렵습니다. 영유아가 특정식품에 대해 알레르기가 있는 경우, 식단체획표를 미리 살펴보고 교사에게 정보를 제공해주신 뒤 자녀에게 알려주어 해당식품 섭취 시 주의할 수 있도록 가정에서 지도 부탁드립니다. ※ 상기 메뉴는 식사재수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 우리 원에서는 저염식, 저당식을 원칙으로 하고 있습니다. ※ 염도는 0.3-0.4%로 제공합니다. ※ 백김치는 만1세~2세 대체식입니다. ※ 당질 55g, 단백질 15-20g, 지질 12g, 칼슘 500-600mg ※ 표시된 열량과 단백질량은 오전간식과 중식이 계산하였습니다.			녹두밥 맑은콩나물국⑤ 돈육백김치두루치기⑤⑥⑨⑩ 온두부찜⑤/양념장⑤⑥ 열무김치⑥⑨/백김치⑨	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 고구마닭갈비⑤⑥⑩ 새우살무나물⑤⑥⑨ 배추김치⑨/백김치⑨
1-2세				413/12	320/15
3-5세				590/18	458/22
오후간식 1				크래미채소섞음밥⑤⑥⑧⑨/흰우유②	그린키위/흰우유②
열량/단백질				199/9	204/8
오후간식 2				들기름막국수③⑥	미니츄러스①②⑥/무설탕두유⑤
열량/단백질				184/5	178/9
오전간식	5:대체공휴일	6	7(우별반김소윤생일)	8	9:한글날
점심	 대체 공휴일 Today is a holiday.	현미누룽지죽/동치미 토마토참쌀밥⑫ 취나물된장국⑤⑥ 코다리살강정⑤⑥⑫ 유부죽순나물무침⑤⑥ 열무김치⑥⑨/백김치⑨	찌감자/보리차 풋팟퐁카레라이스덮밥②⑤⑥⑧⑨⑩ 맑은미역국⑤ 크렌베리별치볶음⑤⑥ 청경채나물⑤⑥ 각두기⑨/백김치⑨	단호박죽 검정콩밥⑤ 들깨버섯국⑤ 몽골리안족⑤⑥⑩⑫ 청포묵김무침⑤ 배추김치⑨/백김치⑨	 아 름 다 운 우 리 한 글
1-2세		306/7	368/8	310/9	
3-5세		438/11	527/12	443/14	
오후간식 1		카스테라①②⑤⑥/흰우유②	사인머스켓/썬로로유산균음료②	토마토계란볶음①⑤⑫/흰우유②	
열량/단백질		151/5	200/4	249/10	
오후간식 2		토마토스파게티⑥⑫	소고기얼갈이국밥⑤⑩	찰도그롤⑤⑥⑩	
열량/단백질		201/8	200/4	249/10	
오전간식	12(해별A반이시원생일)	13:서울미래밥상	14	15(생일파티)	16(18일 송로회, 소이환, 이설생일)
점심	대개살채소죽⑤⑩ 현미밥 열갈이콩비지국⑤⑥ 소고기피망볶음⑤⑥⑩ 대파양배추나물⑤ 배추김치⑨/백김치⑨	기장밥 청국장찌개⑤⑥ 삼치살조림⑤⑥ 가지양파볶음⑤⑥/구운김 백김치⑨	녹두밥 도토리묵은국⑤⑥ 닭봉유자청조림⑤⑥⑩ 비타민나물⑤ 각두기⑨/백김치⑨	병아리콩밥⑤ 두부미역국⑤ 돈육영양갈비찜⑤⑥⑩ 삼색잡채⑤⑥ 만다린(귤)샐러드①②⑤	수수밥 배추된장국⑤⑥ 훈제오리찜⑤⑥⑩/머스터드소스①⑤⑥ 명이나물초침⑤⑥ 열무김치⑥⑨/백김치⑨
1-2세	275/9	324/9	294/14	442/15	343/13
3-5세	394/14	464/13	421/21	632/22	490/19
오후간식 1	넙적군만두⑤⑥/흰우유②	밤식빵①②⑤⑥/썬로로유산균음료②	우유카레우동②⑤⑥⑩⑩	사인머스켓/저당마시는요플레②	과배기①②⑤⑥/무설탕두유⑤
열량/단백질	219/11	190/7	219/36	219/3	202/6
오후간식 2	황태무국밥⑤⑩	멸치김가루섞음밥⑤⑥/보리차	콩나물영양밥⑤⑥	영양약밥⑤⑥/샐러드주스	잔치국수⑤⑥
열량/단백질	121/4	200/3	180/3	105/3	185/5
오전간식	19	20	21:종식채식DAY	22	23
점심	당근크림스프②⑤⑥⑩⑩/조각식빵⑥ 차조밥 미역미소국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑩ 아삭달콤단감치커리무침⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨	강화참쌀밥 유부주머니전골⑤ 임연수구이⑤ 참나물무침⑤/구운김 각두기⑨/백김치⑨	렌틸콩짜장덮밥②⑤⑥⑩⑩ 다시마우채국⑤ 두부강정⑤⑥⑫ 오이탕탕이⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨	조각서리태콩밥⑤ 맑은열갈이버섯국⑤ 썬쌈먹는제육불고기⑤⑥⑩ 양배추쌈/저염쌈장⑤ 열무김치⑥⑨/백김치⑨	보리밥 아욱된장국⑤⑥ 치킨가라아케①⑤⑥⑩소스 ⑤⑥ 애호박당근볶음⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨
1-2세	261/8	390/19	452/15	343/11	357/16
3-5세	373/12	558/28	647/22	491/17	510/23
오후간식 1	구운계란①/흰우유②	미니핫도그①②⑤⑥⑩/흰우유②	배/아몬드브리즈⑩	소보루빵①②⑤⑥/흰우유②	배/저당마시는요플레②
열량/단백질	120/4	218/7	214/9	175/4	207/9
오후간식 2	참치채소볶음밥⑤⑥	까르보나라스파게티②⑤⑥⑩	콘&치즈브레드①②⑤⑥⑩⑩	베트남쌀국수⑤⑥⑩	소고기미니리얼섞음밥⑤⑥⑩
열량/단백질	228/7	234/12	173/7	222/8	207/9
오전간식	26	27	28	29	30
점심	영양닭국⑩ 홍국참쌀밥 복어채콩나물국⑤⑨ 함박스테이크조림①⑤⑥⑩⑩ 푸실리채소샐러드①⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨	채소스크램블에그①⑤/흰우유② 대두콩밥 ⑤ 들깨미역국⑤ 네모동태살전①⑤⑥ 취나물볶음⑤ 각두기 ⑨/백김치⑨	우유구결호프①②⑤⑥⑩ 양파등쪽돈가스덮밥①⑤⑥⑩(가츠동) 순두부국⑤ 로메인유자청샐러드⑤⑥ 단호박범벅①⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨	전복채소죽⑤⑩ 수수밥 어묵채소국⑤⑥ 돈육채피망볶음⑤⑥⑩ 날치알계란찜①⑤ 각두기 ⑨/백김치⑨	흑미고구마죽 발아현미밥 도라지닭곰탕⑤⑩ 두부간장조림⑤⑥ 브로콜리사과무침⑤ 배추김치⑨/백김치⑨
1-2세	392/17	289/8	374/11	403/15	342/9
3-5세	560/25	414/12	535/17	576/22	489/14
오후간식 1	햄치즈샌드위치①②⑤⑥⑩/흰우유②	고구마크림치즈파이①②⑤⑥/무설탕두유⑤	사인머스켓/저당마시는요플레②	볶음우동⑤⑥⑨⑩/아몬드브리즈⑩	단팥빵①②⑤⑥⑩/흰우유②
열량/단백질	232/11	133/5	199/5	225/8	220/9
오후간식 2	오징어부추전①⑤⑥⑩	연두부양념장⑤⑥	쌀소면국수①⑤	사골국밥⑩	허니버터감자구이②⑤
열량/단백질	211/8	153/6	188/5	199/7	249/10
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 및 유제품 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀가루 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돈육 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲ 잣				
원산지 표시	■ 원산지 표시 소고기:국내산-한우, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산, 쌀(참쌀, 밥, 누룽지, 죽, 흑미, 현미)-국내산, 배추김치:배추-국내산, 고춧가루-국내산, 열갈이배추-국내산, 두부, 연두부:콩-국내산, 명태, 동태:러시아산, 코다리:명태-러시아산, 전복:국내산, 돈가스:돼지고기-국내산, 햄:돼지고기-국내산, 참치(캔):다랑어-원양산, 함박스테이크:닭고기-국내산, 돼지고기-국내산, 어묵:연육(갈치-원양산)				

