

날짜/요일		이달의 제철 식재료		식단 더 알아보기		1 / 목		2 / 금							
오전간식		 [단호박] 베타카로틴과 비타민이 풍부해 면역력을 높이고 눈 건강에 도움을 줍니다!		 식단 안내 영상 아트선션 교육자료 영유아 적정 배식량		참깨죽		복어죽							
점심						백미밥 콩나물국 돼지목살구이 브로콜리무침 배추김치		백미밥 청경채된장국 두부양념조림 감자채볶음 배추김치							
오후간식						삶은달걀/우유		 토마토/우유							
날짜/요일		5 / 월		6 / 화		7 / 수 【국없는DAY】		8 / 목 【퓨아트선션*】		9 / 금					
오전간식		 개천절 대채공휴일		채소죽		대구살죽		얼갈이죽		 한글날					
점심				백미밥 미역된장국 닭살데리야끼조림 양배추나물 배추김치		소고기소보로덮밥 (추가:송농) 잔멸치볶음 무생채 배추김치		백미밥 안매운닭개장 물만두*양념장 시금치나물 배추김치							
오후간식				 샤인머스켓/우유		 사과/우유		 고구마범벅							
날짜/요일		12 / 월		13 / 화		14 / 수		15 / 목		16 / 금					
오전간식		우거지죽		두부죽		닭가슴살죽		양파죽		브로콜리죽					
점심		백미밥 소고기뭇국 메추리알계첩볶음 숙주나물 배추김치		백미밥 근대된장국 떡갈비조림 파프리카무침 배추김치		새우살볶음밥 버섯맑은국 맛살오이무침 배추김치		백미밥 얼무된장국 소불고기 우영조림 배추김치		백미밥 순두부국 삼치조림 김구이 배추김치					
오후간식		 배/우유		 샤인머스켓/치즈		 가지튀김		 찐감자/우유		꿀호떡/우유					
날짜/요일		19 / 월		20 / 화		21 / 수 【면DAY】		22 / 목 【퓨아트선션*】		23 / 금					
오전간식		무죽		소고기죽		잔멸치죽		양배추죽		양송이죽					
점심		백미밥 황태미역국 달걀찜 브로콜리숙회 배추김치		백미밥 가쓰오장국 돼지고기배추볶음 도토리묵무침 배추김치		짜장면 (추가:백미밥1/3) 미소국 탕수육 배추김치		백미밥 어묵국 간장오징어볶음 콩나물무침 배추김치		백미밥 애호박된장국 훈제오리구이 상추무침 배추김치					
오후간식		핫도그		 배/우유		연두부/보리차		 찐고구마/우유		 오렌지/우유					
날짜/요일		26 / 월		27 / 화		28 / 수		29 / 목		30 / 금					
오전간식		미역죽		당근죽		장국죽		누룽지죽		배추죽					
점심		백미밥 소고기우거지국 간장마파두부 감자반 배추김치		백미밥 새우탕국 닭살숙주볶음 연근조림 배추김치		콩나물밥*양념장 조갯살된장국 달걀말이 양상추샐러드 배추김치		백미밥 새송이맑은국 돼지고기수육 시금치무침 배추김치		백미밥 유부된장국 고등어구이 무나물 배추김치					
오후간식		단호박꿀찜/우유		 샤인머스켓/우유		들기름메밀국수		 파프리카스틱 /떠먹는요구르트		 배/우유					
원산지표시	쌀 (밥, 죽, 누룽지)	콩 두부류		닭고기		돼지고기		소고기(국내산 [한우, 육우, 젓소]표기 필수)		배추김치					
								국거리용		볶음 및 찜류 등		배추	고춧가루		
		국내산		국내산		국내산		국내산		국내산(한우)		국내산(한우)		국내산	국내산
		오징어		고등어		식육 가공품	떡갈비		탕수육		훈제오리				
		국내산		국내산			돼지고기		소고기		돼지고기		오리고기		
						국내산		국내산		국내산		국내산			
★ 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.															
알림	원산지		* 식육·수산물 가공품 원산지는 센터 표준레시피를 기준으로 표시하며, 각 급식소 상황에 맞게 수정 가능합니다.												
	알레르기		* 알레르기 아동이 있는 시설에서는 해당 식품에 대해 식단 상에 알레르기 표기를 권장드립니다. ※ 사용하는 식재료 성분표의 알레르기 유발물질을 확인 후 알레르기를 표기에 주시기 바랍니다. ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 표기 생략 가능합니다. (예시) 달걀알레르기: 달걀흰자① / 달걀장조림① - 해당 메뉴 뒤에 알레르기 유발식품번호를 표기												
			* 알레르기 유발물질(메뉴 뒤 번호 표시): ①달걀 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫두마두 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴·홍합·전복 등) ⑲자른												
			* 동근 형태의 음식(포도, 방울토마토 등) 및 칼기가 있는 떡류(절편, 꿀떡 등)는 잘게 잘라서 제공해 주시기 바랍니다. ** 유아에게 제공되는 김치는 맵지 않은 형태(백김치, 흰은 김치 등)로 선택하여 제공하시길 권장합니다.												
배식															

☑ 알레르기 유발 식품섭취에 주의하시기 바라며, 지도 및 상담이 필요하신 가정에서는 어린이집으로 문의 바랍니다.
 ☑ 수급 상황 등에 따라 식단과수 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.

<글꼴 출처: 경기전체목체, 나눔고딕체/이미지 출처: 어반브러시, 플래티콘>