

날짜/요일				1 / 목	2 / 금	3 / 토			
오전간식				참깨죽	복어죽				
점 심				흑미밥 콩나물국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 청경채된장국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 감자채볶음⑤ 깍두기⑨				
오후간식				삶은달걀①/우유②	토마토⑫/우유②				
열량/단백질				452/19	416/17	개천절			
날짜/요일	5 / 월	6 / 화	7 / 수[국없는DAY]	8 / 목	9 / 금	10 / 토			
오전간식		채소죽	대구살죽⑤⑥	얼갈이죽⑤⑥		기장죽			
점 심		수수밥 미역된장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림 ⑤⑥⑩⑬⑭ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	소고기소보로덮밥 ①⑤⑥⑩ 잔멸치볶음⑤⑥ 무생채 배추김치⑨	백미밥 안매운닭개장⑤⑥⑮ 물만두*양념장 ①②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮⑯ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨		바지락칼국수⑤⑥⑩ 백미밥1/2 배추김치⑨			
오후간식		샤인머스켓/우유②	사과/우유②	고구마범벅①⑤					
열량/단백질	대체공휴일	409/21	412/18	410/16	한글날	313/9			
날짜/요일	12 / 월	13 / 화	14 / 수	15 / 목	16 / 금	17 / 토			
오전간식	우거지죽	두부죽⑤⑥	닭가슴살죽⑮	양파스프②⑤⑥⑮⑯	브로콜리죽	단호박죽			
점 심	흑미밥 소고기뭇국⑤⑥⑩ 메추리알케첩볶음 ①⑤⑥⑫ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 근대된장국⑤⑥ 떡갈비조림 ②⑤⑥⑩⑫⑬ 파프리카무침⑤⑥ 깍두기⑨	새우살볶음밥⑤⑥⑨ 버섯맑은국⑤⑥ 맛살오이무침 ①②⑤⑥⑦⑧⑫⑬ 배추김치⑨	기장밥 열무된장국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑩ 우영조림⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 순두부국⑤⑥ 삼치조림⑤⑥ 김구이⑤ 배추김치⑨	오므라이스①②⑤⑫ 시래깃국⑤⑥ 깍두기⑨			
오후간식	배/우유②	샤인머스켓/치즈②	가지튀김⑤⑥	찐감자/우유②	꿀호떡①②④⑤⑥ /우유②				
열량/단백질	420/17	419/21	413/16	420/17	415/21	321/11			
날짜/요일	19 / 월	20 / 화	21 / 수[면DAY]	22 / 목	23 / 금	24 / 토			
오전간식	무죽	소고기죽⑩	잔멸치죽	양배추죽	양송이죽	타락죽②			
점 심	수수밥 황태미역국⑤⑥ 달걀찜① 브로콜리숙회 배추김치⑨	기장밥 가쓰오장국⑤⑥⑨⑩ 돼지고기배추볶음⑤⑥⑩ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기⑨	짜장면②⑤⑥⑩⑮⑯ 백미밥1/3 미소국⑤⑥ 탕수육 ①②⑤⑥⑩⑫⑬⑯ 배추김치⑨	백미밥 어묵국①②⑤⑥⑧⑨⑯ 간장오징어볶음⑤⑥⑦ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 애호박된장국⑤⑥ 훈제오리구이 ②⑤⑥⑨⑫⑬ 상추무침⑤⑥ 깍두기⑨	소고기볶음밥⑤⑥⑩ 감자맑은국⑤⑥ 배추김치⑨			
오후간식	핫도그 ①②⑤⑥⑨⑩⑮⑯	배/우유②	연두부⑥⑥/보리차	찐고구마/우유②	오렌지/우유②				
열량/단백질	416/17	426/20	458/20	450/19	451/16	320/11			
날짜/요일	26 / 월	27 / 화 생일	28 / 수	29 / 목	30 / 금	31 / 토			
오전간식	미역죽⑤⑥	당근죽	장국죽⑤⑥⑩	누룽지죽	배추죽	율무죽			
점 심	백미밥 소고기우거지국⑤⑥⑩ 간장마파두부 ⑤⑥⑨⑩⑮ 연근조림⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 새우미역국⑤⑥⑨ 치킨너겟 ①②④⑤⑥⑮⑯ 김자반⑤ 배추김치⑨	곤드레나물밥*양념장 ⑤⑥ 조갯살된장국⑤⑥⑮ 달걀말이①⑤ 양상추샐러드②⑫ 깍두기⑨	수수밥 새송이맑은국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 시금치무침⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 유부된장국⑤⑥ 고등어구이⑤⑥⑦ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨	게살덮밥 ①②⑤⑥⑦⑧⑫⑬ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨			
오후간식	들기름메밀국수③⑤⑥	케이크①②⑤⑥/ 요구르트②	샤인머스켓/우유②	파프리카스틱 /떡먹는요구르트②	배/우유②				
열량/단백질	437/17	483/15	426/16	417/23	455/20	312/9			
원산지 표시	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(육우)	국내산	국내산
	오징어		고등어	식육 가공품	떡갈비	탕수육	훈제오리	치킨너겟	
알림	국내산		노르웨이산	국내산	국내산	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.								
	원산지 * 식육·수산물 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. * 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 표기 생략이 가능합니다. * 알레르기 유발물질(메뉴 뒤 번호 표시): ①달걀 ②우유 ③메밀 ④팥콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류 ⑳장								
배식	* 동근 형태의 음식(포도, 방울토마토 등) 및 칼기가 있는 떡류(절편, 꿀떡 등)는 잘게 잘라서 제공해 주시기 바랍니다.								
	* * 열매에 제공되는 김치는 맵지 않은 형태(백김치, 씻은 김치 등)로 선택하여 제공하시길 권장합니다.								

☑ 알레르기 유발 식품섭취에 주의하시기 바라며, 지도 및 상담이 필요하신 가정에서는 어린이집으로 문의 바랍니다.
 ☑ 수급 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.
 <글꼴 출처: 경기천년제목체, 나눔고딕체/이미지 출처: 어반브러시, 플레티콘>