

영양사 : 오남주

날짜/요일	오전간식	점심	오후간식	열량/단백질	날짜/요일	오전간식	점심	오후간식	열량/단백질	날짜/요일	오전간식	점심	오후간식	열량/단백질
5 / 월	배	수수밥 미역된장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림 ⑤⑥⑩⑪⑫ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	모닝빵①②⑤⑥/우유②	652/25	6 / 화	채소죽	수수밥 미역된장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림 ⑤⑥⑩⑪⑫ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	바나나/우유②	613/30	7 / 수[국없는DAY]	사인머스켓	소고기소보로덮밥 ①⑤⑥⑩ 송송 잔멸치볶음⑤⑥ 부추무침⑤⑥ 깍두기⑨	카스텔라①②⑤⑥ /우유②	687/25
8 / 목	참깨죽	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	삶은달걀①/우유②	660/28	9 / 금	사인머스켓	기장밥 청경채된장국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 진미채볶음②⑤⑥⑦ 깍두기⑨	삼색주먹밥⑤⑥⑩ /우유②	651/26	10 / 목	참깨죽	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	삶은달걀①/우유②	660/28
11 / 목	참깨죽	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	삶은달걀①/우유②	660/28	12 / 월	배	수수밥 미역된장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림 ⑤⑥⑩⑪⑫ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	모닝빵①②⑤⑥/우유②	652/25	13 / 화[생일]	채소죽	수수밥 미역된장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림 ⑤⑥⑩⑪⑫ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	바나나/우유②	613/30
14 / 수	사인머스켓	소고기소보로덮밥 ①⑤⑥⑩ 송송 잔멸치볶음⑤⑥ 부추무침⑤⑥ 깍두기⑨	카스텔라①②⑤⑥ /우유②	687/25	15 / 목	참깨죽	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	삶은달걀①/우유②	660/28	16 / 금	사인머스켓	기장밥 청경채된장국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 진미채볶음②⑤⑥⑦ 깍두기⑨	삼색주먹밥⑤⑥⑩ /우유②	651/26
17 / 목	참깨죽	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	삶은달걀①/우유②	660/28	18 / 목	참깨죽	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	삶은달걀①/우유②	660/28	19 / 월	배	수수밥 미역된장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림 ⑤⑥⑩⑪⑫ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	모닝빵①②⑤⑥/우유②	652/25
20 / 화	채소죽	수수밥 미역된장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림 ⑤⑥⑩⑪⑫ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	바나나/우유②	613/30	21 / 수[연DAY]	배	수수밥 미역된장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림 ⑤⑥⑩⑪⑫ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	모닝빵①②⑤⑥/우유②	652/25	22 / 목	참깨죽	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	삶은달걀①/우유②	660/28
23 / 금[견학]	사인머스켓	소고기소보로덮밥 ①⑤⑥⑩ 송송 잔멸치볶음⑤⑥ 부추무침⑤⑥ 깍두기⑨	카스텔라①②⑤⑥ /우유②	687/25	24 / 목	참깨죽	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	삶은달걀①/우유②	660/28	25 / 목	참깨죽	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	삶은달걀①/우유②	660/28
26 / 월	배	수수밥 미역된장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림 ⑤⑥⑩⑪⑫ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	모닝빵①②⑤⑥/우유②	652/25	27 / 화	채소죽	수수밥 미역된장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림 ⑤⑥⑩⑪⑫ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	바나나/우유②	613/30	28 / 수	사인머스켓	소고기소보로덮밥 ①⑤⑥⑩ 송송 잔멸치볶음⑤⑥ 부추무침⑤⑥ 깍두기⑨	카스텔라①②⑤⑥ /우유②	687/25
29 / 목	참깨죽	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	삶은달걀①/우유②	660/28	30 / 금	사인머스켓	기장밥 청경채된장국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 진미채볶음②⑤⑥⑦ 깍두기⑨	삼색주먹밥⑤⑥⑩ /우유②	651/26	31 / 목	참깨죽	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	삶은달걀①/우유②	660/28

☑ 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 충분한 상의 후 키즈노트·운영일지에 안내·기록하되 원본 식단은 그대로 유지해 주시기 바랍니다.