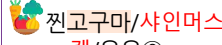
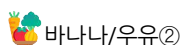
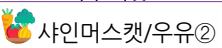
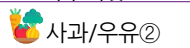
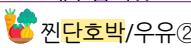
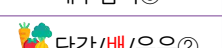
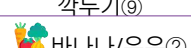
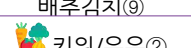
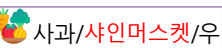
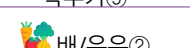
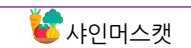


날짜/요일		생일		식단 더 알아보기		1 / 목		2 / 금		3 / 토			
오전간식		 [대체: 달걀채소죽①]		 [단호박] 베타카로틴과 비타민이 풍부해 면역력을 높이고 눈 건강에 도움을 줍니다!		 식단 안내 영상 아트리스 교육자료 영유아 적정 배식량		양파죽		배추죽		 개천절	
점심		백미밥 소고기미역국⑤⑥⑩ 닭살허브구이⑤⑩ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨						백미밥 바지락맑은국⑤⑥⑩ 두부양념조림⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 애호박된장국⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ 근대나물⑤⑥ 깍두기⑨			
오후간식		케이크①②⑤⑥/우유②						 단감/우유②		핑거스틱빵①②⑤⑥/우유②			
열량/단백질		400/21 [444/22]						403/15		442/20			
날짜/요일		5 / 월		6 / 화 		7 / 수		8 / 목		9 / 금		10 / 토	
오전간식		 개천절		닭가슴살죽⑩		미역죽⑤⑥		새우살죽⑨		 한글날		우렁죽	
점심		 개천절		백미밥 배추된장국⑤⑥ 소고기북육⑤⑥⑩ 가지나물⑤⑥ 깍두기⑨		간장수육덮밥⑤⑥⑩ 숙주맑은국⑤⑥ 청포묵무침⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 황태국⑤⑥ 달걀장조림①⑤⑥ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨		 한글날		해물볶음우동⑤⑥⑨⑩ 채소튀김⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식		 대체공휴일		 찐고구마/샤인머스켓/우유②		 바나나/우유②		프렌치토스트①②⑤⑥/우유②					
열량/단백질		442/17		415/12		442/20		319/11					
날짜/요일		12 / 월		13 / 화		14 / 수 		15 / 목 		16 / 금		17 / 토	
오전간식		김가루죽⑤		당근죽		아욱죽⑤⑥		소고기죽⑩		참쌀죽		무죽	
점심		백미밥 된장찌개⑤⑥ 훈제오리구이②⑤⑥⑨⑩⑬ 상추무침⑤⑥ 깍두기⑨		백미밥 콩비지백탕⑤⑩ 고등어구이⑤⑥⑦ [대체: 소고기구이⑤⑥] 연근조림⑤⑥ 깍두기⑨		달걀비빔밥①⑤⑥⑩ (추가: 송송) 불어묵볶음①②⑤⑥⑧⑨⑬ 배추김치⑨ 요구르트②		백미밥 버섯맑은국⑤⑥ 두부장조림⑤⑥⑩ 맛살브로콜리무침①②⑤⑥⑦⑧⑩⑬ 배추김치⑨		백미밥 감자양파국⑤⑥ 돼지고기조림⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨		소고기덮밥⑤⑥⑨⑩⑬ 미소국⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식		 샤인머스켓/우유②		 사과/우유②		삶은달걀①/옥수수차		 찐단호박/우유②		마들렌①②⑤⑥/우유②			
열량/단백질		442/16		445/19 [443/15]		420/19 (444/20)		443/16		446/19		309/11	
날짜/요일		19 / 월		20 / 화 		21 / 수		22 / 목		23 / 금		24 / 토	
오전간식		우거지된장국⑤⑥		참깨죽		가지죽		누룽지죽		북어죽		오트밀죽②	
점심		백미밥 새우살맑은국⑤⑥⑨ 닭살조림⑤⑥⑩ 김구이⑤ 배추김치⑨		백미밥 표고장국⑤⑥ 소고기찜⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨		목살볶음밥⑤⑥⑩ 유부맑은국⑤⑥ 오징어실채조림⑤⑥⑦ 배추김치⑨		백미밥 만둣국①②⑤⑥⑩⑬⑭⑮ 달걀채소찜① 잔멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨		백미밥 들깨미역국⑤⑥ 돼지고기떡찜②⑤⑥⑩⑬⑭⑮ 숙주무침⑤⑥ 배추김치⑨		안매운김치볶음밥⑤⑥ 연두부국⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식		 단감/배/우유②		고구마참쌀전⑤/우유②		치즈주먹밥②⑤⑥		 바나나/우유②		 키위/우유②			
열량/단백질		400/21		444/19		444/17		433/18		400/19		304/9	
날짜/요일		26 / 월		27 / 화		28 / 수		29 / 목		30 / 금		31 / 토	
오전간식		파프리카죽		채소죽		타락죽②		가자미살죽⑤⑥		새송이죽		청경채죽	
점심		백미밥 아욱된장국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑩ 우렁채볶음⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 두부탕국⑤⑥ 삼치데리야끼조림⑤⑥⑩⑬⑭ [대체: 소고기데리야끼조림⑤⑥⑩⑬] 깍두기⑨		소고기카레라이스②⑤⑥⑩⑬⑭ 달걀찜국①⑤⑥ 호박나물⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 맑은육개장⑤⑥⑩ 두부구이①⑤⑥ 감자조림⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 콩나물국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨		닭갈국수⑤⑥⑩ 백미밥 1/2 배추김치⑨	
오후간식		 사과/샤인머스켓/우유②		 배/우유②		어묵탕①②⑤⑥⑧⑨⑩		 샤인머스켓/떠먹는요구르트②		소보로빵①②④⑤⑥/우유②			
열량/단백질		426/19		406/19 [429/18]		403/16		448/17		446/16		302/10	
원산지 표시	쌀 (밥, 죽, 누룽지)	콩 (두부류, 콩비지)		닭고기		돼지고기		소고기(국내산 [한우, 육우, 젓소] 필수)		배추김치			
		국내산		국내산		국내산		국내산(한우)		볶음 및 찜류 등		배추	
		국내산		국내산		국내산		국내산(한우)		국내산(한우)		고춧가루	
		국내산		국내산		국내산		국내산		국내산		국내산	
알림	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. * 야생산란류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 표기 생략이 가능합니다. * 알레르기 유발 방지를 위해 우유는 두유로, 유제품(떠먹는요구르트 등)은 연유로 유제품으로 감수없이 변경하여 제공 가능합니다. * 알레르기 유발물질(메뉴 뒤 번호 표시): ①달걀 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류 ⑲장											
	배식	* 동근 형태의 음식(포도, 방울토마토 등) 및 찢기가 있는 떡류(절편, 꿀떡 등)는 잘게 잘라서 제공해 주시기 바랍니다. * 영아에게 제공되는 김치는 맵지 않은 형태(백김치, 찢은 김치 등)로 선택하여 제공 가능합니다.											

※ 위 식단은 어린이집 사정에 따라 동일식품군의 대체식품으로 대체할 수 있습니다.
※ 식단을 확인하시고 특이체질이나 음식 알레르기가 있는 원아는 미리 원에 알려 주세요.

사랑에 어린이집 ☎212- 0777