

날짜/요일	생일 1-6일적용	이달의 제철 식재료	식단 더 알아보기	1 / 목	2 / 금	3 / 토
오전간식	굴			참깨죽	토마토⑫	
점심	백미밥 소고기미역국⑤⑥⑬ 깻잎달걀비⑤⑥⑬ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	[단호박] 베타카로틴과 비타민이 풍부해 면역력을 높이고 눈 건강에 도움을 줍니다!	식단 안내 영상 아트선 교육자료 영유아 적정 배식량	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 청경채된장국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 감자채볶음⑤ 깍두기⑨	
오후간식	케이크①②⑤⑥/우유②			삶은달걀①/우유②	삼색주먹밥⑤⑥⑬/우유②	
열량/단백질	455/19			452/19	428/15	개천절
날짜/요일	5 / 월	6 / 화- 생일	7 / 수[국없는DAY]	8 / 목[휴아트선+]	9 / 금	10 / 토
오전간식	개천절	채소죽	사과	얼갈이죽⑤⑥		쿠키①②⑤⑥/우유②
점심		수수밥 미역된장국⑤⑥ 달걀데리야끼조림⑤⑥⑬⑭⑮ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	소고기소보로덮밥①⑤⑥⑬ (추가:송농) 잔멸치볶음⑤⑥ 무생채 배추김치⑨	백미밥 안매운닭개장⑤⑥⑬ 물만두*양념장①②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	한글날	바지락칼국수⑤⑥⑬ 백미밥1/2 배추김치⑨
오후간식		바나나/우유②	카스텔라①②⑤⑥/우유②	고구마범벅①⑤		
열량/단백질	대체공휴일	412/21	442/17(466/18)	410/16	한글날	324/10
날짜/요일	12 / 월	13 / 화	14 / 수	15 / 목	16 / 금	17 / 토
오전간식	배	두부죽⑤⑥	미숫가루⑤/우유②	양파스프②⑤⑥⑬⑭	키위	단호박죽
점심	흑미밥 소고기뭇국⑤⑥⑬ 메추리알계첩볶음①⑤⑥⑫ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 근대된장국⑤⑥ 떡갈비조림②⑤⑥⑩⑫⑬ 파프리카무침⑤⑥ 깍두기⑨	새우살볶음밥⑤⑥⑨ 버섯맑은국⑤⑥ 맛살오이무침①②⑤⑥⑦⑧⑫⑬ 배추김치⑨	기장밥 열무된장국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑬ 우렁조림⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 순두부국⑤⑥ 삼치조림⑤⑥ 김구이⑤ 배추김치⑨	오므라이스①②⑤⑫ 시래기국⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	모닝빵①②⑤⑥/우유②	토마토⑫/치즈②	가치튀김⑤⑥	편감자/유자차	꿀호떡①②④⑤⑥/우유②	
열량/단백질	447/18	410/21	414/16	427/18	420/20	321/11
날짜/요일	19 / 월	20 / 화	21 / 수[면DAY]	22 / 목[휴아트선+]	23 / 금	24 / 토
오전간식	바나나	소고기죽⑬	파인애플	양배추죽	오렌지	타락죽②
점심	수수밥 황태미역국⑤⑥ 달걀찜① 브로콜리숙회 배추김치⑨	기장밥 가쓰오장국⑤⑥⑨⑬ 돼지고기배추볶음⑤⑥⑩ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기⑨	짜장면②⑤⑥⑩⑫⑬⑭ (추가:백미밥1/3) 미소국⑤⑥ 탕수육①②⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 배추김치⑨	백미밥 어묵국①②⑤⑥⑧⑨⑬ 간장오징어볶음⑤⑥⑦ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 애호박된장국⑤⑥ 훈제오리구이②⑤⑥⑨⑫⑬ 상추무침⑤⑥ 깍두기⑨	소고기볶음밥⑤⑥⑬ 감자맑은국⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	롤케이크①②⑤⑥/우유②	연두부⑤⑥/보리차	잔멸치주먹밥⑤⑥	편고구마/우유②	한도그①②⑤⑥⑨⑩⑫⑬⑭⑮/우유②	
열량/단백질	430/16	410/22	422/19(465/20)	450/19	428/16	318/10
날짜/요일	26 / 월	27 / 화	28 / 수	29 / 목	30 / 금	31 / 토
오전간식	사과	당근죽	배	누룽지죽	단감	율무죽
점심	백미밥 소고기우거짓국⑤⑥⑬ 간장마파두부⑤⑥⑨⑩⑫ 김자반⑤ 깍두기⑨	흑미밥 새우탕국⑤⑥⑨ 달걀숙주볶음⑤⑥⑬ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨	곤드레나물밥*양념장⑤⑥ 조갯살된장국⑤⑥⑬ 달걀말이①⑤ 양상추샐러드②⑫ 깍두기⑨	수수밥 새송이맑은국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 시금치무침⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 유부된장국⑤⑥ 고등어구이⑤⑥⑦ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨	게살덮밥①②⑤⑥⑦⑧⑫⑬ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	밤만주①②⑤⑥/우유②	단호박꿀찜/우유②	들기름메밀국수③⑤⑥	파프리카스틱/떡볶이는요구르트②	잼샌드위치①②⑤⑥/우유②	
열량/단백질	426/16	419/20	412/17	417/23	452/20	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
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산 (한우)	국내산 (한우)
	오징어	고등어	식육 가공품	떡갈비	탕수육	훈제오리
알림	국내산	국내산	돼지고기	소고기	돼지고기	오리고기
			국내산	국내산	국내산	국내산
	★ 트니크니 13개월-만2세 식단은 만 3-5세를 기준으로 매뉴 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 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류 ⑳깻잎				
	배식	* 동근 형태의 음식(포도, 방울토마토 등) 및 잘기가 있는 떡류(절편, 골떡 등)는 잘게 잘라서 제공해 주시기 바랍니다.				
		* 영아에게 제공되는 김치는 맵지 않은 형태(백김치, 씻은 김치 등)로 선택하여 제공하십시오. 권장합니다.				

- ☑ 알레르기 유발 식품섭취에 주의하시기 바라며, 지도 및 상담이 필요하신 가정에서는 어린이집으로 문의 바랍니다.
- ☑ 급급 상황 등에 따라 식단감수 없이 동일 식품군·조리법으로 변경 가능하며, 키즈노트·운영일지에 안내 기록하고 원본 식단은 그대로 유지해 주시기 바랍니다.
- ☑ 가정에 식단 제공 전, 원에서 인의로 변경한 경우 영양사가 작성한 식단 아니므로 센터 로고 및 영양사 이름을 삭제해 주시기 바랍니다.
- ☑ 13개월이전 영아들에게는 월령에 따라 식재료의 크기, 양을 고려하여 제공하고 있습니다.