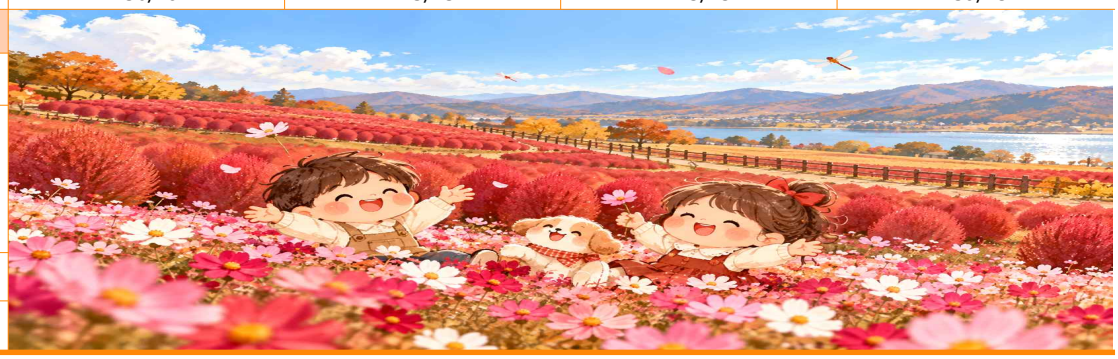
: ·사회복지급식관리지원센터
발행일: 2026년 10월 15일
발행팀: 어린이급식1팀

26 11월 영아반 식단표 (12 이후 ~ 2세)

▸ 및 2회 간식 식단은 만1~2세 하루 영양 섭취량 900kcal의 약 45%(390~440kcal)를 충족시킬 수 있도록 작성되었습니다.
▸ : 031-840-2340 어린이급식1팀

짜	2일(월)	3일(화)	4일(수)	5일(목)	6일(금)
오전간식	사과	크림스프&조각식빵①②⑤⑥⑮⑯	배	바나나	연근죽
점 심	백미밥 애호박된장국⑤⑥ 오리채소볶음⑤⑥ 새송이버섯무침⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 근대맑은국⑤⑥ 쇠고기당면볶음⑤⑥⑯ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	새우살채소볶음밥⑤⑥⑨ 청경채두부국⑤ 동그랑땡①②⑤⑥⑩⑯ 깍두기⑨ 과일푸딩	기장밥 미역국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑮ 무나물 배추김치⑨	백미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	찹쌀유과①②⑤⑥&우유②	미니우동⑤⑥	찐감자&우유②	로제스파게티②⑤⑥⑫⑮⑯⑱	치즈빵①②⑤⑥&우유②
/단백질	420/13	395/17	417/18	395/16	441/17
짜	9일(월)	10일(화)	11일(수)	12일(목)	13일(금)
오전간식	배	샤인머스캣&유아치즈②	씨리얼⑤⑥&우유②	배	당근죽
점 심	백미밥 두부새우젓국⑤⑨ 순살닭갈비⑤⑥⑮ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 달걀국① 삼치카레구이②⑤⑥⑫⑯⑱ 건파래자반 배추김치⑨	백미밥 설렁탕⑯ 어묵조림⑤⑥ 브로콜리숙회&흑임자소스①⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 아욱된장국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 양배추쌈 깍두기 ⑨	백미밥 유부맑은국⑤ 함박스테이크&소스 ①⑤⑥⑩⑫⑯⑱ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	잔멸치주먹밥⑤⑥	미니수제비⑥	찐고구마&보리차	감자채전⑤⑥	모닝빵①②⑤⑥&우유②
열량/단백질	394/16	391/20	442/15	390/17	445/20
날 짜	16일(월)	17일(화)	18일(수)	19일(목)	20일(금)-생일식단⑧
오전간식	바나나&우유②	배	오이&떠먹는요구르트②	귤	새우죽⑨
점 심	백미밥 황태뭇국⑤⑥ 달걀조림①⑤⑥ 김자반⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 콩나물국⑤⑨ 오리불고기⑤⑥ 미역줄기볶음⑤⑥ 배추김치⑨	돈육짜장덮밥②⑤⑥⑩⑮⑯ 탕수만두⑤⑥⑩ 무생채 배추김치⑨	기장밥 버섯된장국⑤⑥ 소고기채소조림⑤⑥⑯ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	Happy Birthday 백미밥 들깨미역국⑤⑥ 생선까스&소스①⑤⑥ 과일샐러드①⑤ 깍두기⑨
오후간식	잔치국수⑤⑥	물만두⑤⑥⑩⑯	찐단호박&둥글레차	미니어묵탕⑤⑥	케이크①②⑤⑥&유기농주스
열량/단백질	442/20	397/14	452/20	392/20	436/13
날 짜	23일(월)	24일(화)	25일(수)	26일(목)	27일(금)
오전간식	토마토⑫	샤인머스캣	견과류④⑭&떠먹는요구르트②	사과	가지죽
점 심	수수밥 소고기미역국⑤⑥⑯ 돼지고기수육⑩ 양배추쌈 깍두기⑨	백미밥 열무된장국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 배추된장국⑤⑥ 임연수엿장조림⑤⑥ 청포묵김무침⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 닭곰탕⑮ 두부구이&양념장⑤⑥ 애호박나물⑤⑨ 배추김치⑨	백미밥 감자맑은국⑤⑥ 해물완자전①②⑤⑥⑨⑰⑱ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	채소주먹밥⑤	프렌치토스트①②⑤⑥&두유⑤	고구마맛탕⑤&매실차	구운달걀①&우유②	커스터드크림빵①②⑥&우유②
열량/단백질	389/14	436/19	413/13	415/25	439/15
날 짜	30일(월)				
오전간식	과일(귤)				
점 심	백미밥 어묵국⑤⑥ 치즈달걀찜①② 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨				
오후간식	씨리얼⑤⑥&우유②				
열량/단백질	395/18				



원산지표시	쌀								콩류				쇠고기	육류		
	죽	흑미	기장	수수	차조	-	-		두부	-	-	-	국내산	돼지고기	닭고기	오리고기
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	-	-		국내산	-	-	-	한우, 육우	국내산	국내산	국내산
	수산물							식육가공품		어육가공품					배추김치	
	새우살	삼치	임연수	-	-	-	-	동그랑땡	-	해물완자	어묵	참치(캔)	게맛살	생선까스	배추	고춧가루
	베트남산	국내산	미국산	-	-	-	-	국내산	-	일 경우 제외	연육 일 경우 제외	원양산	연육 일 경우 제외	국내산	국내산	국내산

알레르기 유발식품: ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣
※아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

보건복지부
어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

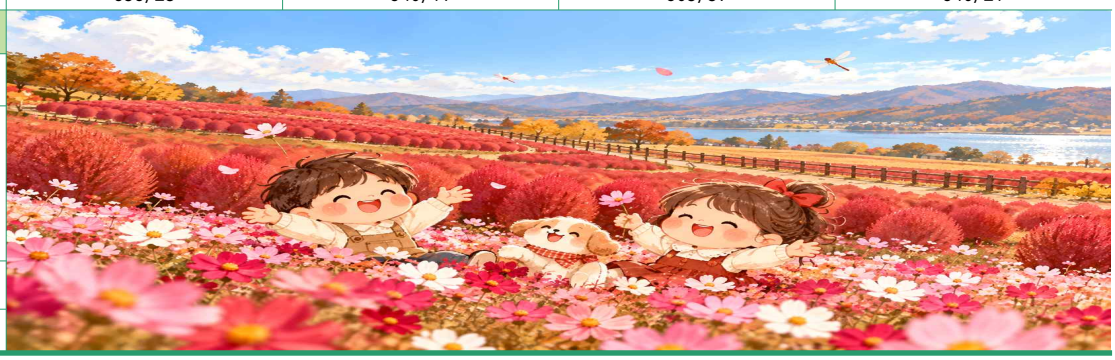
사회복지법인 좋은재단 위탁운영
공립숲속라라어린이집

: ·사회복지급식관리지원센터
발행일: 2026년 10월 15일
발행팀: 어린이급식1팀

26 11월 유아반 식단표 (3 ~5세)

- 및 2회 간식 식단은 만3~5세 하루 영양 섭취량 1400kcal의 약 46%(600~680kcal)를 충족시킬 수 있도록 작성되었습니다.
- : 031-840-2340 어린이급식1팀

짜	2일(월)	3일(화)	4일(수)	5일(목)	6일(금)
오전간식	사과	크림스프&조각식빵①②⑤⑥⑮⑯	배	바나나	연근죽
점 심	백미밥 애호박된장국⑤⑥ 오리채소볶음⑤⑥ 새송이버섯무침⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 근대맑은국⑤⑥ 쇠고기당면볶음⑤⑥⑯ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	새우살채소볶음밥⑤⑥⑨ 청경채두부국⑤ 동그랑땡①②⑤⑥⑩⑯ 깍두기⑨ 과일푸딩	기장밥 미역국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑮ 무나물 배추김치⑨	백미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	찹쌀유과①②⑤⑥&우유②	미니우동⑤⑥	찐감자&우유②	로제스파게티②⑤⑥⑫⑮⑯⑱	치즈빵①②⑤⑥&우유②
/단백질	608/18	604/26	606/26	605/24	644/25
짜	9일(월)	10일(화)	11일(수)	12일(목)	13일(금)
오전간식	배	샤인머스캣&유아치즈②	씨리얼⑤⑥&우유②	배	당근죽
점 심	백미밥 두부새우젓국⑤⑨ 순살닭갈비⑤⑥⑮ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 달걀국① 삼치카레구이②⑤⑥⑫⑯⑱ 건파래자반 배추김치⑨	백미밥 설렁탕⑯ 어묵조림⑤⑥ 브로콜리숙회&흑임자소스①⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 아욱된장국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 양배추쌈 깍두기 ⑨	백미밥 유부맑은국⑤ 함박스테이크&소스 ①⑤⑥⑩⑫⑯⑱ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	잔멸치주먹밥⑤⑥	미니수제비⑥	찐고구마&보리차	감자채전⑤⑥	모닝빵①②⑤⑥&우유②
열량/단백질	602/25	602/30	679/24	601/26	670/30
날 짜	16일(월)	17일(화)	18일(수)	19일(목)	20일(금)-생일식단⑧
오전간식	바나나&우유②	배	오이&떠먹는요구르트②	귤	새우죽⑨
점 심	백미밥 황태뭇국⑤⑥ 달걀조림①⑤⑥ 김자반⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 콩나물국⑤⑨ 오리불고기⑤⑥ 미역줄기볶음⑤⑥ 배추김치⑨	돈육짜장덮밥②⑤⑥⑩⑮⑯ 탕수만두⑤⑥⑩ 무생채 배추김치⑨	기장밥 버섯된장국⑤⑥ 소고기채소조림⑤⑥⑯ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	Happy Birthday 백미밥 들깨미역국⑤⑥ 생선까스&소스①⑤⑥ 과일샐러드①⑤ 깍두기⑨
오후간식	잔치국수⑤⑥	물만두⑤⑥⑩⑯	찐단호박&둥글레차	미니어묵탕⑤⑥	케이크①②⑤⑥&유기농주스
열량/단백질	646/30	610/22	656/28	603/31	573/14
날 짜	23일(월)	24일(화)	25일(수)	26일(목)	27일(금)
오전간식	토마토⑫	샤인머스캣	견과류④⑭&떠먹는요구르트②	사과	가지죽
점 심	수수밥 소고기미역국⑤⑥⑯ 돼지고기수육⑩ 양배추쌈 깍두기⑨	백미밥 열무된장국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 배추된장국⑤⑥ 임연수엿장조림⑤⑥ 청포묵김무침⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 닭곰탕⑮ 두부구이&양념장⑤⑥ 애호박나물⑤⑨ 배추김치⑨	백미밥 감자맑은국⑤⑥ 해물완자전①②⑤⑥⑨⑰⑱ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	채소주먹밥⑤	프렌치토스트①②⑤⑥&두유⑤	고구마맛탕⑤&매실차	구운달걀①&우유②	커스터드크림빵①②⑥&우유②
열량/단백질	534/22	636/28	640/19	603/37	640/21
날 짜	30일(월)				
오전간식	과일(귤)				
점 심	백미밥 어묵국⑤⑥ 치즈달걀찜①② 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨				
오후간식	씨리얼⑤⑥&우유②				
열량/단백질	605/28				



원산지표시	쌀							콩류				쇠고기	육류		
	죽	흑미	기장	수수	차조	-	-	두부	-	-	-	국내산	돼지고기	닭고기	오리고기
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	-	-	국내산	-	-	-	한우, 육우	국내산	국내산	국내산
	수산물							식육가공품	어육가공품				배추김치		
	새우살	삼치	임연수	-	-	-	-	동그랑땡	-	해물완자	어묵	참치(캔)	게맛살	생선까스	배추	고춧가루
	베트남산	국내산	미국산	-	-	-	-	국내산	-	일 경우 제외	연육 일 경우 제외	원양산	연육 일 경우 제외	국내산	국내산	국내산

알레르기 유발식품: ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣
※아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

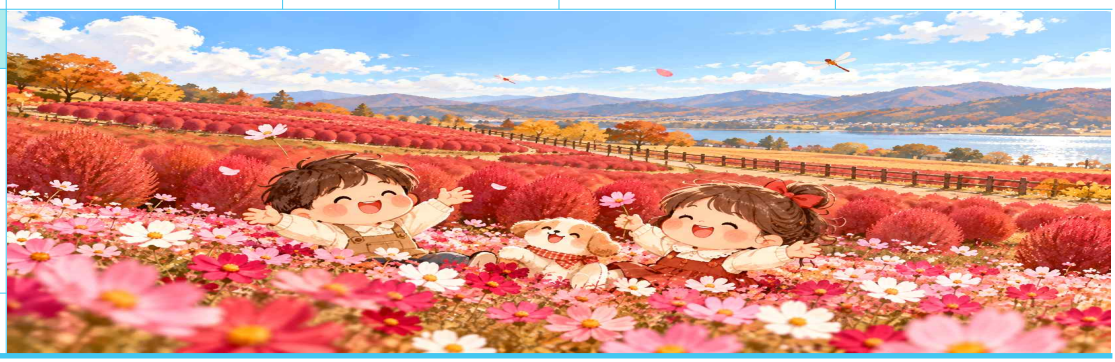
외청부사
어린아·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

사회복지법인 좋은재단 위탁운영
공립숲속라라어린이집

: ·사회복지급식관리지원센터
발행일: 2026년 10월 15일
발행팀: 어린이급식1팀

26 11월 시간연장반 식단표 (1 ~2세)

- 만1~2세 1끼열량 (240~260kcal)을 충족시킬 수 있도록 작성 되었습니다.
- : 031-840-2340 어린이급식1팀

짜	2일(목)	2일(금)	3일(수)	4일(목)	5일(금)
져 녁	백미밥 조갯살미역국⑤⑥⑱ 너비아니구이⑤⑥⑩⑯ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 새송이버섯찌개⑤⑥ 훈제오리단호박조림⑤⑥ 애호박나물⑤⑨ 배추김치⑨	백미밥 물만둣국①⑤⑥⑩⑮⑱ 소고기오이볶음⑤⑥⑯ 근대나물⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 두부된장국⑤⑥ 새우살감자볶음⑤⑥⑨ 가지나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 들깨뭇국⑤⑥ 닭살청경채볶음⑤⑥⑮ 과일샐러드①⑤ 배추김치⑨
/단백질	242/8	247/8	253/14	245/15	250/11
짜	9일(화)	10일(수)	11일(목)	12일(목)	13일(금)
져 녁	백미밥 다시마양팟국⑤⑥ 맛살채소전①⑤⑥⑧ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 시금치된장국⑤⑥ 닭살고구마조림⑤⑥⑮ 참나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 황태뭇국⑤⑥ 순살삼치조림⑤⑥ 숙주유부무침⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 모듬어묵국⑤⑥ 쇠고기브로콜리볶음⑤⑥⑯ 우엉조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 양배추된장국⑤⑥ 돈육감자볶음⑤⑥⑩ 아욱나물⑤⑥ 깍두기⑨
열량/단백질	244/6	247/12	254/17	253/10	246/12
날 짜	16일(월)	17일(화)	18일(수)	19일(목)	20일(금)
져 녁	백미밥 참치미역국⑤⑥ 치즈돈까스 ①②⑤⑥⑩⑫⑯ 마카로니샐러드①⑤ 배추김치⑨	흑미밥 미소장국⑤⑥ 두부완자전①⑤⑥⑩ 버섯볶음⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩가루배춧국⑤⑥ 오리고기부추찜⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 게살달걀국①⑤⑥⑧ 돈육굴소스볶음⑤⑥⑩⑱ 궁채나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 북어뭇국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑯ 어묵볶음⑤⑥ 배추김치⑨
열량/단백질	267/11	245/11	238/11	262/16	253/12
날 짜	23일(월)	24일(화)	25일(수)	26일(목)	27일(금)
져 녁	백미밥 들깨무챗국 채소달걀말이①⑤ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 숙주된장국⑤⑥ 돼지고기폭찹⑤⑥⑩⑫ 열무나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 얼갈이맑은국⑤⑥ 쇠고기달걀장조림①⑤⑥⑯ 양배추당근볶음⑤⑥ 깍두기⑨	추가밥 수제비⑥ 임연수버터구이②⑥ 고구마샐러드①⑤ 깍두기⑨	백미밥 애호박된장국⑤⑥ 두부강정⑤⑥⑫ 상추사과무침⑤⑥ 배추김치⑨
열량/단백질	239/10	239/11	252/9	261/8	265/7
날 짜	30일(월)				
져 녁	백미밥 근대된장국⑤⑥ 돈육양파구이⑩ 무쌈 배추김치⑨				
열량/단백질	241/13				

원산지표시															
	쌀							콩류				쇠고기	육류		
		흑미	기장	수수	차조	-	-	-	두부	-	-	-	국내산	돼지고기	닭고기	오리고기
		국내산	국내산	국내산	국내산	-	-	-	국내산	-	-	-	한우, 육우	국내산	국내산	국내산
	수산물							식육가공품			어육가공품				배추김치	
	임연수	새우살	바지락	삼치	-	-	-	너비아니	완자	치즈돈까스	어묵	참치(캔)	게맛살	-	배추	고춧가루
	미국산	베트남산	국내산	국내산	-	-	-	국내산	국내산	국내산	일 경우 제외	원양산	연육 일 경우 제외	-	국내산	국내산

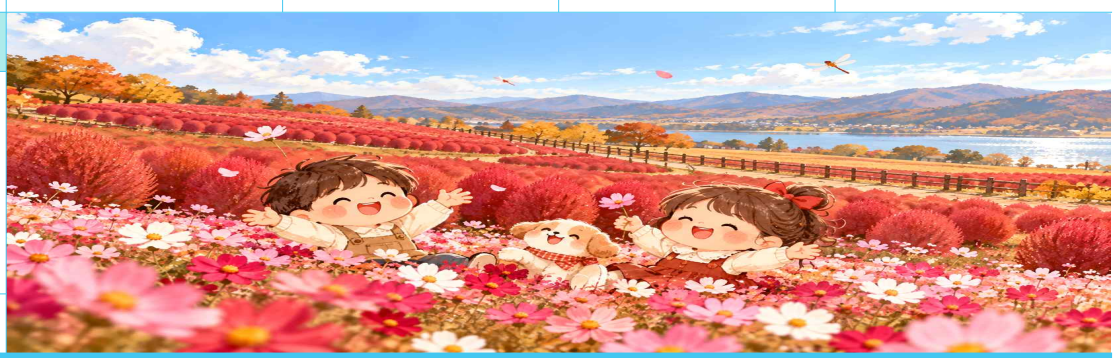
알레르기 유발식품: ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣
※아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

: ·사회복지급식관리지원센터
발행일: 2026년 10월 15일
발행팀: 어린이급식1팀

26 11월 시간연장반 식단표 (3 ~5세)

▸ 만3~5세 1끼열량 (370~400kcal)을 충족시킬 수 있도록 작성 되었습니다.
▸ : 031-840-2340 어린이급식1팀

짜	2일(목)	2일(금)	3일(수)	4일(목)	5일(금)
져 녁	백미밥 조갯살미역국⑤⑥⑱ 너비아니구이⑤⑥⑩⑯ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 새송이버섯찌개⑤⑥ 훈제오리단호박조림⑤⑥ 애호박나물⑤⑨ 배추김치⑨	백미밥 물만둣국①⑤⑥⑩⑯⑱ 소고기오이볶음⑤⑥⑯ 근대나물⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 두부된장국⑤⑥ 새우살감자볶음⑤⑥⑨ 가지나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 들깨뭇국⑤⑥ 닭살청경채볶음⑤⑥⑮ 과일샐러드①⑤ 배추김치⑨
/단백질	374/13	382/13	389/21	367/22	384/17
짜	9일(화)	10일(수)	11일(목)	12일(목)	13일(금)
져 녁	백미밥 다시마양팟국⑤⑥ 맛살채소전①⑤⑥⑧ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 시금치된장국⑤⑥ 닭살고구마조림⑤⑥⑮ 참나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 황태뭇국⑤⑥ 순살삼치조림⑤⑥ 숙주유부무침⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 모듬어묵국⑤⑥ 쇠고기브로콜리볶음⑤⑥⑯ 우엉조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 양배추된장국⑤⑥ 돈육감자볶음⑤⑥⑩ 아욱나물⑤⑥ 깍두기⑨
열량/단백질	387/10	380/18	391/26	391/15	378/18
날 짜	16일(월)	17일(화)	18일(수)	19일(목)	20일(금)
져 녁	백미밥 참치미역국⑤⑥ 치즈돈까스①②⑤⑥⑩⑫⑯ 마카로니샐러드①⑤ 배추김치⑨	흑미밥 미소장국⑤⑥ 두부완자전①⑤⑥⑩ 버섯볶음⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩가루배춧국⑤⑥ 오리고기부추찜⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 게살달걀국①⑤⑥⑧ 돈육굴소스볶음⑤⑥⑩⑱ 궁채나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 북어뭇국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑯ 어묵볶음⑤⑥ 배추김치⑨
열량/단백질	400/16	367/16	363/17	402/24	391/18
날 짜	23일(월)	24일(화)	25일(수)	26일(목)	27일(금)
져 녁	백미밥 들깨무챗국 채소달걀말이①⑤ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 숙주된장국⑤⑥ 돼지고기폭찹⑤⑥⑩⑫ 열무나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 얼갈이맑은국⑤⑥ 쇠고기달걀장조림①⑤⑥⑯ 양배추당근볶음⑤⑥ 깍두기⑨	추가밥 수제비⑥ 임연수버터구이②⑥ 고구마샐러드①⑤ 깍두기⑨	백미밥 애호박된장국⑤⑥ 두부강정⑤⑥⑫ 상추사과무침⑤⑥ 배추김치⑨
열량/단백질	365/15	374/17	388/14	380/12	387/11
날 짜	30일(월)				
져 녁	백미밥 근대된장국⑤⑥ 돈육양파구이⑩ 무쌈 배추김치⑨				
열량/단백질	368/20				



원산지표시	쌀							콩류				쇠고기	육류		
	흑미	기장	수수	차조	-	-	-	두부	-	-	-	국내산	돼지고기	닭고기	오리고기
	국내산	국내산	국내산	국내산	-	-	-	국내산	-	-	-	한우, 육우	국내산	국내산	국내산
	수산물							식육가공품		어육가공품			배추김치		
	임연수	새우살	바지락	삼치	-	-	-	너비아니	완자	치즈돈까스	어묵	참치(캔)	게맛살	-	배추	고춧가루
	미국산	베트남산	국내산	국내산	-	-	-	국내산	국내산	국내산	일경우 제외	원양산	연육 일경우 제외	-	국내산	국내산

알레르기 유발식품: ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣
※아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

민정부사
어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

사회복지법인 좋은재단 위탁운영
공립숲속라라어린이집

: ·사회복지급식관리지원센터
발행일: 2026년 10월 15일
발행팀: 어린이급식1팀

26 11월 죽식 식단표 (9-11개월)

▸ 후기(점심,간식1회)150~170kcal를 기준하여 작성되었습니다.
▸ : 031-840-2340 어린이급식1팀

짜	1일(목)	2일(금)	3일(수)	4일(목)	5일(금)
져 녁	쇠고기오이무른밥⑯	흰살생선양배추무른밥	달걀노른자양파무른밥①	쇠고기미역무른밥⑯	두부연근무른밥⑤
/단백질	171/5	154/8	157/5	169/6	152/6
짜	9일(화)	10일(수)	11일(목)	12일(목)	13일(금)
져 녁	두부배무른밥⑤	달걀노른자열무무른밥①	쇠고기브로콜리무른밥⑯	닭살느타리버섯무른밥⑮	쇠고기양배추무른밥⑯
열량/단백질	150/4	154/4	153/8	153/10	163/9
날 짜	16일(월)	17일(화)	18일(수)	19일(목)	20일(금)
져 녁	달걀노른자미역무른밥①	쇠고기애호박무른밥⑯	닭살시금치무른밥⑮	달걀노른자근대무른밥①	두부청경채무른밥⑤
열량/단백질	164/5	171/8	164/8	167/6	158/4
날 짜	23일(월)	24일(화)	25일(수)	26일(목)	27일(금)
져 녁	달걀노른자당근무른밥①	쇠고기얼갈이무른밥⑯	흰살생선고구마무른밥	쇠고기무무른밥⑯	닭살브로콜리무른밥⑮
열량/단백질	166/4	152/5	159/7	157/6	157/9
날 짜	30일(월)				
져 녁	닭살사과무른밥⑮				
열량/단백질	154/7				



원산지표시	쌀								콩류				쇠고기	육류		
	죽	-	-	-	-	-	-	-	두부	-	-	-	국내산	닭고기	-	-
	국내산	-	-	-	-	-	-	-	국내산	-	-	-	한우, 육우	국내산	-	-
	수산물								식육가공품		어육가공품				배추김치	
	동태(명태)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	러시아산	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣 ※아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.															