

일자/요일	1(수)	2(목)	3(금)	4(토)
오전간식	미역죽⑤⑥	크림스프②⑥	참깨달걀죽①	우유②
점심	쌀밥 근대된장국⑤⑥ 삼치⑤⑥ 숙주나물무침 배추김치⑤	쌀밥 쇠고기미역국⑤⑥⑥ 두부부침⑤⑥ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑤ 김가루주먹밥	감자밥 무쌈국 돼지고기찜⑤⑥⑥ 잔말치볶음⑤⑥ 배추김치⑤ 참외/우유②	쌀밥1/2 짜장면⑤⑥⑥ 버섯탕수⑤⑥ 배추김치⑤(or백김치⑤)
오후간식	과일사라다①⑤⑥/우유②	410 15	429 20	289 12
열량/단백질				
일자/요일	6(월)	7(화)	8(수)	9(목)
오전간식	쇠고기양배추죽⑥	황태양파죽	감자죽	애호박죽
점심	쌀밥 황태국⑤⑥ 동그랑땡구이⑤⑥⑥ 가지볶음⑤⑥ 배추김치⑤	쌀밥 아욱된장국⑤⑥ 오징어돈육볶음⑤⑥⑥⑥ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑤	쌀밥 돌깨버섯국⑤⑥ 쇠고기양파볶음⑤⑥⑥ 당근애호박채전⑤⑥ 배추김치⑤	쌀밥 순두부백탕⑤ 매주리알장조림①⑤⑥ 브로콜리나물 깍두기⑤ 찜고구마/우유②
오후간식	복숭아⑩/우유②	프렌치토스트①②③⑥/우유②	방울토마토⑩/치즈②	찜소스틱(오이)/떡볶는요구르트②
열량/단백질	469 21	453 21	438 18	440 15
일자/요일	13(월)	14(화)	15(수) 초복	16(목)
오전간식	새송이버섯죽	두부청경채죽⑤⑥	달걀무죽①	닭살참나물죽⑥
점심	쌀밥 콩나물국⑤ 쇠고기청경채볶음⑤⑥⑥ 우엉조림⑤⑥ 깍두기⑤	쌀밥 열무된장국⑤⑥ 돈육새송이버섯구이⑤⑥ 김자반⑤ 배추김치⑤	쌀밥 닭곰탕⑤ 참치볶음⑤⑥ 참나물무침 깍두기⑤ 바나나/우유②	쌀밥 물만둣국⑤⑥⑥ 마파두부⑤⑥ 무생채 배추김치⑤ '콘/우유②
오후간식	사과/우유②	삼은달걀①/두유⑤		
열량/단백질	437 15	450 21	445 19	417 16
일자/요일	20(월)	21(화)	22(수) 국없는날	23(목)
오전간식	애호박당근죽	연두부죽⑤	쇠고기시금치죽⑥	브로콜리참치죽⑤⑥
점심	쌀밥 연두부게맛살국①⑤⑥⑥ 간장제육볶음⑤⑥⑥ 상추오리엔탈소스무침⑤⑥ 배추김치⑤	쌀밥 근대된장국⑤⑥ 고등어조림⑤⑥⑦ 애호박볶음⑤⑥ 배추김치⑤	송편 치킨가스①⑤⑥⑥ 그릭요거트오이샐러드② 깍두기⑤	쌀밥 팽이버섯된장국⑤⑥ 쇠고기숙주찜⑤⑥⑥ 가지굴소스볶음⑤⑥⑥ 배추김치⑤
오후간식	복숭아⑩/우유②	카스텔라①②⑥/우유②	참외/엑살요구르트②	단호박찜/우유②
열량/단백질	444 16	431 17	455 18	424 21
일자/요일	27(월)	28(화)	29(수)	30(목)
오전간식	느타리버섯죽	참쌀닭죽⑥	얼갈이무죽	갈갈감자죽①
점심	쌀밥 얼갈이된장국⑤⑥ 깻잎닭갈비⑤⑥⑥ 콩나물무침⑤ 깍두기⑤	쌀밥 느타리버섯맑은국⑤⑥ 돈육토마토소스조림⑤⑥⑥ 미역줄기볶음 배추김치⑤	쌀밥 어묵양파국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑥ 열무나물⑤⑥ 배추김치⑤	쌀밥 오징어묵국⑤⑥⑥⑥ 두부조림⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑤
오후간식	바나나/우유②	치즈케이크①②⑥/우유②	키위/떡볶는요구르트②	돌기름메밀비빔국수⑤⑥⑥/우유②
열량/단백질	419 17	429 18	420 18	450 17
원산지 표시	밥, 죽 쌀(메이, 현미, 흑미, 잡쌀) 국내산 배추김치 배추 국내산	두부 콩 국내산 치킨가스 닭고기 국내산	쇠고기 소불고기 국거리-한우 호주산 고등어 노르웨이산	순두부 콩 국내산 햄박스테이크 돼지고기 국내산
참치 다량어 원양산				

제헌절



24(금)

누룽지죽
쌀밥
안매운참치김치국⑤⑥⑥
브로콜리달걀말이①⑤
감자조림⑤⑥
깍두기⑤
포도/우유②

442 17

25(토)

두유⑤
새우볶음밥⑤⑥⑥
우동국물⑤⑥
도토리묵무침⑤⑥
배추김치⑤(or백김치⑤)

288 10

31(금)

두부양파죽⑤
쌀밥
유부된장국⑤⑥
함박스테이크*소스①⑤⑥⑥⑥
감자범벅①⑤
배추김치⑤
수박/우유②

447 17

17(토)

우유②
쌀밥1/2
고기국수⑤⑥⑥
부추전⑤⑥
배추김치⑤(or백김치⑤)

301 13

18(토)

우유②
쌀밥1/2
고기국수⑤⑥⑥
부추전⑤⑥
배추김치⑤(or백김치⑤)

301 13

19(토)

우유②
쌀밥1/2
고기국수⑤⑥⑥
부추전⑤⑥
배추김치⑤(or백김치⑤)

301 13

20(토)

우유②
쌀밥1/2
고기국수⑤⑥⑥
부추전⑤⑥
배추김치⑤(or백김치⑤)

301 13

21(토)

우유②
쌀밥1/2
고기국수⑤⑥⑥
부추전⑤⑥
배추김치⑤(or백김치⑤)

301 13

22(토)

우유②
쌀밥1/2
고기국수⑤⑥⑥
부추전⑤⑥
배추김치⑤(or백김치⑤)

301 13

23(토)

우유②
쌀밥1/2
고기국수⑤⑥⑥
부추전⑤⑥
배추김치⑤(or백김치⑤)

301 13

24(토)

우유②
쌀밥1/2
고기국수⑤⑥⑥
부추전⑤⑥
배추김치⑤(or백김치⑤)

301 13

25(토)

우유②
쌀밥1/2
고기국수⑤⑥⑥
부추전⑤⑥
배추김치⑤(or백김치⑤)

301 13

26(토)

우유②
쌀밥1/2
고기국수⑤⑥⑥
부추전⑤⑥
배추김치⑤(or백김치⑤)

301 13

27(토)

우유②
쌀밥1/2
고기국수⑤⑥⑥
부추전⑤⑥
배추김치⑤(or백김치⑤)

301 13

28(토)

우유②
쌀밥1/2
고기국수⑤⑥⑥
부추전⑤⑥
배추김치⑤(or백김치⑤)

301 13

29(토)

우유②
쌀밥1/2
고기국수⑤⑥⑥
부추전⑤⑥
배추김치⑤(or백김치⑤)

301 13

30(토)

우유