



영양사 : 박소담

일자/요일					1(목)	2(금)	3(토)		
오전간식					☺최고기정경채죽⑤	☺배	개천절		
점심	식단구성 안내 - 생일식단: 어린이들의 생일을 축하하기 위해 미역국, 케이크 등 기호도가 높은 메뉴를 선정한 식단 - 플러스식단: 방학 등과 같이 기간 현황에 따라 간소화된 메뉴가 제공될 수 있도록 구성된 식단 - 나들이식단: 급식소의 운영현황에 맞게 선택하여 대체할 수 있는 식단 - 푸드브릿지: 매주 금요일 어린이들이 편식하는 식재료 선정 4단계 점진적 노출하여 편식하게 만드는 식단 - 국없는 날: 월1회 격 나트륨 저감을 위해 국 대신 순물을 제공(영양점 영도 0.5배) - 컬러푸드DAY: 영양과 건강에 도움을 주는 식물의 파외포도체 성분을 활용하여 식사 또는 간식을 제공하는 날 'or/': 메뉴: 두 가지 메뉴 중 한 가지 메뉴를 선택하여 제공/ '추가': 메뉴: 추가 제공을 할 수 있는 메뉴				쌀밥(or참쌀밥)	쌀밥			
					콩나물국⑤	북어양파국⑤⑥			
					☺국고기브로콜리볶음⑤⑥⑦	☺*시고기구이*두부명암⑤			
오후간식					크레미오어우침①⑤⑥⑧	☺청경채나물			
영양/단백질					배추김치⑨	깍두기⑨			
일자/요일					명거스틱(1①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺)	만두튀김⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯ (추가:매일차)			
오전간식					633 29	613 24			
점심	대체 휴일				어묵양파죽⑤⑥	인들날			
					쌀밥(or현미밥)				
					안매운육개장⑤⑥⑦				
					연두부달걀찜①⑤				
					김구이				
					배추김치⑨				
오후간식					애호박부추전⑤⑥				
영양/단백질					601 21				
일자/요일					15(목)	16(금)		17(토)	
오전간식					두부가지죽⑤	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥(or잡곡밥)				
					시금치된장국⑤⑥				
					☺가자미구이⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					연근조림⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					토마토스파게티⑥⑪				
오전간식					☺사과/우유②	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					콩비지국⑤				
					간장채우볶음⑤⑥⑦				
오후간식					애호박나물⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					후리가케주먹밥⑤				
오전간식					☺최고기죽⑤	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥(or흑미밥)				
					배추된장국⑤⑥				
					오리도스구이(or문채오리) ⑤⑥⑦				
오후간식					청포묵채소무침⑤⑥				
영양/단백질					깍두기⑨				
일자/요일					무어묵탕⑤⑥				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺최고기죽⑤	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥(or흑미밥)				
					배추된장국⑤⑥				
					오리도스구이(or문채오리) ⑤⑥⑦				
오후간식					청포묵채소무침⑤⑥				
영양/단백질					깍두기⑨				
일자/요일					무어묵탕⑤⑥				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺				
오후간식					부추전⑤⑥				
영양/단백질					배추김치⑨				
일자/요일					단호박스프②				
오전간식					☺배	가을소동 정성가득 엄마표 도시락			
점심					쌀밥				
					아욱된장국⑤⑥				
					오징어볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱				

※ 알레르기 유발 식품 표시 및 원산지 표시는 표준레시피를 근거하여 예시로 작성합니다. 급식소에서는 식재료 입고 현황에 따라 올바르게 표기하여 주시기 바랍니다.

• 푸드브릿지: 이달의 식재료 '두부' (2020.09.09 개정)
• 컬러푸드DAY: 이달의 식재료 '단호박' (2020.09.09 개정)

• 생일식단: 생일식단-나들이식단-플러스식단 및 식단 활용, 감수에 대한 상세 내용을 확인할 수 있습니다.

• 알레르기 유발 식품 표시제
①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳젓

〈아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다〉
〈급식소에서 사용하는 재료에 따라 부여된 번호가 달라질 수 있으니 변경된 식재료 및 제품의 표시사항을 확인하시기 바랍니다〉

• 'or', '추가' 메뉴는 운영 형태에 따라 메뉴 선택 후 미사용 메뉴는 삭제하여 보호자에게 정보제공 해주시기 바랍니다.
• 모든 음식은 아이들에게 먹고 짜지 않으며 "표준레시피 안내문"을 참고하여 먹기 좋은 크기로 제공하여 주시기 바랍니다.
• 매끄럽고 둥근형태의 음식(방울토마토, 포도, 매주리알 등) 및 딱딱한 음식(콩, 땅콩 등 견과류), 찢기 있는 음식(절편, 백설기 등)는 잘게 잘라서 제공해 주시기 바랍니다.

본 센터의 식단은 평택시 관내 실정에 맞게 개발되었으며, 식단감수위원회 및 등록시설의 중합의견을 수렴하여 작성되었습니다.



2026년 10월 식단

만0-2세 / 일반형



관 명 이데아 어린이집

영양사 : 박소담

일자/요일					1(목)	2(금)	3(토)				
오전간식					⑤쇠고기청경채죽⑤	⑤배					
점심	식단구성 안내 ● 영양식단 : 어린이들의 성장을 촉진하기 위해 미국, 캐나다 등 기호도가 높은 메뉴를 선정함 ● 플러시식단 : 영양소와 같이 기관 현황에 따라 간소화된 메뉴가 제공될 수 있도록 구성된 식단 ● 나들이식단 : 급식소의 운영현황에 맞게 선택하여 대체할 수 있는 식단 ● 푸드브릿지 : 매주 금요일 어린이들이 편식하는 식재료 선정 4단계 점진적 노출하여 편식하게 만드는 식단 ● 국없는 날 : 월1회 저 나트륨 식사를 위해 국 대신 순농을 제공(국장 염도 0.5이하) ● 컬러푸드DAY : 영양에 건강에 도움을 주는 식품의 파이토케미컬 성분을 활용하여 식사 또는 간식을 제공하는 날 ● 'or/추가' 메뉴 : 두 가지 메뉴 중 한 가지 메뉴를 선택하여 제공/ '추가' 메뉴 : 추가 제공을 할 수 있는 메뉴				쌀밥(or참쌀밥)	쌀밥	가을날 				
					콩나물국⑤	북어양파국⑤⑥					
					⑤쇠고기브로콜리볶음⑤⑥⑧	*쇠고기구이*두부편지⑤					
					크레미오이무침①⑤⑥⑧	⑤청경채나물					
					배추김치⑨(or백김치⑨)	깍두기⑨					
오후간식					핑거스틱①②⑥/우유②	만두튀김⑤⑥⑧⑨⑩ (추가:매실차)					
열량/단백질					434	20	399	15			
일자/요일	5(월)	6(화)	7(수)	8(목)	9(금)	10(토)					
오전간식					어묵양파죽⑤⑥						
점심	대체 휴일 				쌀밥(or현미밥)	인근날 					
					쌀밥					안마운육개장⑤⑥⑩	
					근대된장국⑤⑥					연두부달걀찜①⑤	
					돈육데리야끼볶음⑤⑥⑩					김구이	
					양배추요거트샐러드①②⑤					배추김치⑨(or백김치⑨)	
오후간식					깍두기⑨	배추김치⑨(or백김치⑨)					
열량/단백질					달걀채소잔치국수①⑤⑥	애호박부추전⑤⑥					
	427	17	418	18	391	14					
일자/요일	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금)	17(토)					
오전간식	⑤사과/우유②	⑤쇠고기죽⑤	⑤배	두부가지죽⑤							
점심	쌀밥	쌀밥(or흑미밥)	쌀밥	쌀밥(or잡곡밥)	가을소풍 정성가득 엄마표 도시락						
	콩비지국⑤	배추된장국⑤⑥	아욱된장국⑤⑥	시금치된장국⑤⑥							
	간장제육볶음⑤⑥⑩	오리토스구이(or순채오리)	오징어볶음⑤⑥⑩(or새우살볶음⑤⑥⑩)	⑤사미구이⑤⑥(or참연두)							
	애호박나물⑤⑥	청포묵채소무침⑤⑥	부추전⑤⑥	⑤견근조림⑤⑥							
	배추김치⑨(or백김치⑨)	깍두기⑨	배추김치⑨(or백김치⑨)	배추김치⑨(or백김치⑨)							
오후간식	후리가게주먹밥⑤	무어묵탕⑤⑥	단호박스프②	⑤토마토스파게티⑥⑩							
열량/단백질	417	16	403	15	433	16					
일자/요일	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)					
오전간식	굴(or포도)	미역죽⑤⑥	⑤배나나	새송이버섯죽	채소스틱(오미/떡볶이는요구르트②)						
점심	쌀밥	쌀밥(or수수밥)	쌀밥	쌀밥(or차조밥)	쌀밥	순두부백탕⑤ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑩ 파프리카새송이버섯볶음⑤ 배추김치⑨(or백김치⑨) 김가루주먹밥					
	미역국⑤⑥	돼지고기수육곰탕⑩	미역국⑤⑥	황태국⑤⑥							
	⑤쇠고기근육조림⑤⑥⑩	⑤팽이버섯전①⑤⑥	함박스테이크①⑤⑥⑩⑩⑩	달걀조림⑤⑥⑩							
	어묵볶음⑤⑥	숙주나물	토마토소스파스타⑥⑩	⑤구경채(or무나물)							
	배추김치⑨(or백김치⑨)	깍두기⑨	채소피클	배추김치⑨(or백김치⑨)							
오후간식	채소잔치국수⑤⑥	버터감자구이②(or편감자)/우유②	케이크①②⑥/우유②	크로와상①②⑥/우유②							
열량/단백질	386	12	406	13	444	14	428	20	415	21	
일자/요일	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)	31(토)					
오전간식	망고보마토(or 사과)/누	채소죽	⑤단감/우유②	달걀양파죽①	바나나						
점심	쌀밥	쌀밥(or참쌀밥)	쌀밥	쌀밥(or기장밥)	쌀밥	애호박맑은국⑤⑥ ⑤쇠불고기⑤⑥⑩ ⑤양나물사과무침⑤⑥ 배추김치⑨(or백김치⑨) 핫도그①②⑥⑩/우유②					
	부추김치된장국⑤⑥	⑤쇠고기뭇국⑤	들깨팽이버섯국⑤⑥	유부된장국⑤⑥							
	돈사태찜⑤⑥⑩	두부구이*양념장⑤⑥	⑤고기청경채볶음⑤⑥⑩	⑤고등어무조림⑤⑥⑩(or참치무조림⑤⑥⑩)							
	햇잎나물⑤⑥	양배추볶음⑤⑥	으깬고구마샐러드①⑤	시금치나물							
	배추김치⑨(or백김치⑨)	배추김치⑨(or백김치⑨)	깍두기⑨	배추김치⑨(or백김치⑨)							
오후간식	달걀볶음①⑤⑥(추가:보리차)	가스텔라①②⑥(or크림빵①②⑥)/우유②	양배추잔치국수⑤⑥	미트소스스파게티⑥⑩⑩/우유②							
열량/단백질	410	20	446	14	450	16	452	20	421	16	
원산지 표시	밤, 죽	누룽지	돼지고기	닭고기	쇠고기	오리고기	두부	연두부	순두부	콩비지	참치
	쌀(백미, 현미, 흑미, 참쌀)						콩	콩	콩	콩	다랑어
	국내산	국내산	국내산	국내산	호수산·국내	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	원양산
	배추김치	백김치	오징어	고등어			훈제오리	떡갈비			
	배추	고춧가루	배추				오리고기	돼지고기	쇠고기		
	국내산	국내산	국내산	원양산	국내산		국내산	국내산	호수산		
※ 알레르기 유발 식품 표시 및 원산지 표시는 표준레시피를 근거하여 예시로 작성합니다. 급식소에서는 식재료 입고 현황에 따라 올바르게 표기하여 주시기 바랍니다.											
● 푸드브릿지 : 이달의 식재료 '두부'											
● 컬러푸드DAY : 이달의 식재료 '단호박'											
● ⑤채식식재료 : 무, 브로콜리, 연근, 청경채, 사과, 배, 단감, 고등어, 참치, 가지매 등											
● 파란색 글씨 : 신선식품											
● 보라색 글씨 : 국없는날											

※ 알레르기 유발 식품 표시 및 원산지 표시는 표준레시피를 근거하여 예시로 작성합니다. 급식소에서는 실제로 입고 현황에 따라 올바르게 표기하여 주시기 바랍니다.

• 푸드브릿지 : 이달의 식재료 '두부' (2020.09.09 개정)
 <아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.>
 <급식소에서 사용하는 재료에 따라 부여된 번호가 달라질 수 있으니 변경된 식재료 및 제품의 표시사항을 확인하시기 바랍니다.>

• 'or', '추가' 메뉴는 운영 형태에 따라 메뉴 선택 후 미사용 메뉴는 삭제하여 보호자에게 정보제공 해주시기 바랍니다.

• 모든 음식은 아이들에게 먹고 짜지 않으며 "표준레시피 안내문"을 참고하여 먹기 좋은 크기로 제공하여 주시기 바랍니다.

• 맵고 달고 등 근원 형태의 음식(방울토마토, 포도, 매추리알 등)은 잘게 잘라서 제공해 주시기 바랍니다.

본 센터의 식단은 평택시 관내 실정에 맞게 개발되었으며, 식단감수위원회 및 등록시설의 종합의견을 수렴하여 작성되었습니다.