

일자/요일						1(목)		2(금)				
오전간식						☺ 쇠고기청경채죽⑩		☺ 닭살브로콜리죽⑮				
점심		식단구성 안내 - 생일식단 : 어린이들의 생일을 축하하기 위해 미국, 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 친숙하게 만드는 식단 - 국없는 날 : 월1회 저 나트륨 식사를 위해 국 대신 농농을 제공(전장 염도 0.5이하) - 컬러푸드DAY : 영유아 건강에 도움을 주는 식품의 파이토케미컬 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 / '플러스간식' 메뉴 : 오후 간식에 선택적으로 추가 제공할 수 있는 메뉴				찰쌀밥 콩나물국⑤		쌀밥 북어양파국⑤⑥ 돼지고기야채두부볶음⑨⑩⑪⑮ ☺ 청경채나물 깍두기⑨				
오후간식						☺ 닭고기브로콜리볶음⑤⑥⑮ 크래미오이무침①⑤⑥⑧ 백김치⑨		☺ 배/우유②				
열량/단백질						핑거스틱①②⑥/우유② 434 20		420 20				
일자/요일		5(월)		6(화)		7(수)		8(목)				
오전간식				근대죽⑤⑥		연두부버섯죽⑤⑥		어묵양파죽⑤⑥				
점심				기장밥 어묵국⑤⑥ 당면찜닭⑤⑥⑮ 느타리버섯볶음⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 근대된장국⑤⑥ 돈육데리야기볶음⑤⑥⑩ 양배추요거트샐러드①②⑤ 깍두기⑨		현미밥 안매운육개장⑤⑥⑮ ☺ 연두부달걀찜①⑤ 김구이 백김치⑨				
오후간식				핫케이크①②⑤⑥/우유② 441 18		바나나/치즈② 416 17		찜감자/우유② 416 16				
열량/단백질												
일자/요일		12(월)		13(화)		14(수) 국없는날		15(목)				
오전간식		콩나물당근죽⑤⑥		쇠고기죽⑩		☺ 흰살생선배추죽		두부가지죽⑤				
점심		쌀밥 콩비지국⑤ 간장제육볶음⑤⑥⑩ 애호박나물⑤⑥ 백김치⑨		흑미밥 배추된장국⑤⑥ 훈제오리구이 청포묵채소무침⑤⑥ 깍두기⑨		닭살채소주먹밥⑤⑮ (추가:미소장국⑤⑥) (나들이 식단)		찰국밥 시금치된장국⑤⑥ ☺ 가자미구이⑤⑥ ☺ 연근조림⑤⑥ 백김치⑨				
오후간식		☺ 사과/우유②		삶은달걀①/우유②		☺ 단감/액상요구르트②		찜고구마/우유②				
열량/단백질		422 15		427 17		320 11		433 16				
일자/요일		19(월)		20(화)		21(수) 컬러푸드DAY		22(목)				
오전간식		☺ 달걀브로콜리죽①		미역국⑤⑥		순두부감자죽⑤		새송이버섯죽				
점심		쌀밥 미역국⑤⑥ 쇠고기곤약조림⑤⑥⑮ 어묵볶음⑤⑥ 백김치⑨		수수밥 돼지고기수육곰탕⑩ ☺ 브로콜리스크램블에그 ①⑤ 숙주나물 깍두기⑨		쌀밥 아욱된장국⑤⑥ 오징어볶음⑤⑥⑮ 부추전⑤⑥ 백김치⑨		차조밥 황태국⑤⑥ 닭살조림⑤⑥⑮ 무나물 백김치⑨				
오후간식		포도/치즈②		찜감자/우유②		단호박스프②		크로와상①②⑥/우유②				
열량/단백질		439 17		427 16		474 18		428 20				
일자/요일		26(월)		27(화)		28(수)		29(목)				
오전간식		쇠고기시금치죽⑩		채소죽		두부양배추죽⑤		달걀양파죽①				
점심		쌀밥 부추감자된장국⑤⑥ 돈사태찜⑤⑥⑩ 갯잎나물⑤⑥ 백김치⑨		찰쌀밥 ☺ 쇠고기뭇국⑩ 두부구이*양념장⑤⑥ 양배추볶음⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 들깨생선국⑤⑥ ☺ 닭고기청경채볶음⑤⑥⑮ 으깨고구마샐러드①⑤ 깍두기⑨		기장밥 유부된장국⑤⑥ ☺ 고등어무조림⑤⑥⑦ 시금치나물 백김치⑨				
오후간식		방울토마토⑩/우유②		카스텔라①②⑥/우유②		☺ 단감/우유②		미트소스파제티⑥⑩⑮/우유②				
열량/단백질		412 17		446 14		422 15		452 20				
원산지 표시		밥, 죽 쌀(백미, 현미, 흑미, 찰쌀)	누룽지 국내산	돼지고기 국내산	닭고기 국내산	쇠고기 국내산(한우)	오리고기 국내산	두부 콩 국내산	연두부 콩 국내산	순두부 콩 국내산	콩비지 콩 국내산	참치 다랑어 원양산
※ 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" * 제철식재료 : 무, 브로콜리, 연근, 청경채, 사과, 배, 단감, 고등어, 삼치, 가지미 등 * 파란색 글씨 : 신선식품 * 보라색 글씨 : 국없는날												
* 식단안내문 : 생일식단·나들이식단·플러스식단 및 식단 활용, 감수에 대한 상세 내용을 확인할 수 있습니다.												
* 알레르기 유발 식품 표시제 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳잔 (2020.09.09 개정) <야생산류는 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)', '플러스간식' 메뉴는 운영 형태에 따라 메뉴 선택 후 미사용 메뉴는 삭제하여 보호자에게 정보제공 해주시기 바랍니다.												
* 모든 음식은 아이들에게 맵고 짜지 않으며 "표준레시피 안내문"을 참고하여 먹기 좋은 크기로 제공하여 주시기 바랍니다.												
* 매끄럽고 둥근형태의 음식(방울토마토, 포도, 메추리알 등)은 잘게 잘라서 제공해 주시기 바랍니다.												
본 센터의 식단은 평택시 관내 실정에 맞게 개발되었으며, 식단감수위원회 및 등록시설의 중합의견을 수렴하여 작성되었습니다.												