

월	화	수	목	금		
▲단체급식 특성상 개별 맞춤 급식을 하기 어렵습니다. 영유아가 특정식품에 대해 알레르기가 있는 경우, 식단계 획표를 미리 살펴보고 교사에게 정보를 제공해주신 뒤 자녀에게 알려주어 해당식품 섭취 시 주의할 수 있도록 가정에서 지도 부탁드립니다.			1	2		
			소고기채소죽⑤⑩/동치미⑨	씨리얼⑥/흰우유②/바나나		
			녹두밥 맑은콩나물국⑤ 돈육백김치두루치기⑤⑥⑨⑩ 온두부찜⑤/양념장⑤⑥ 열무김치⑥⑨/백김치⑨	흑미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 고구마닭갈비⑤⑥⑩ 새우살무나물⑤⑥⑨ 배추김치⑨/백김치⑨		
			413/12	320/15		
			590/18	458/22		
			크래미채소섞음밥⑤⑥⑧⑩ / 흰우유②	연근튀김⑤⑥ / 흰우유②		
			199/9	204/8		
5:대체공휴일	6	7 푸드브릿지	8 생일축하	9:한글날		
	현미누룽지죽/동치미⑨ 토마토참쌀밥⑫ 취나물된장국⑤⑥ 코다리살강정⑤⑥⑫ 유부숙주나물무침⑤⑥ 열무김치⑥⑨/백김치⑨ 306/7 438/11 간장채소비빔국수①⑤⑥/흰우유②/샤인머스켓 220/9	단호박죽/사과 현미참쌀밥 들깨버섯국⑤ 수육⑤⑥⑩/두부쌈장⑤⑥/상추 청포묵김무침⑤ 배추김치⑨/백김치⑨ 310/9 443/14 치즈말기짬뽕①②⑥/흰우유② 133/6	마들렌①②⑤⑥/흰우유② 팟팟콩카레라이스덮밥②⑤⑥⑩⑩ 맑은미역국⑤ 크렌베리멸치볶음⑤⑥ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨/백김치⑨ 368/8 527/12 소고기얼갈이국밥⑤⑩/사과 200/4			
	12	13 푸드브릿지	14		15	
	현살생선채소죽⑤⑨/동치미⑨	찐고구마/흰우유②	구운계란①/흰우유②		식빵①②⑥/크림치즈②/흰우유②	참깨콩나물죽⑤/동치미
	현미밥 얼갈이콩비지국⑤⑥ 소고기감자조림⑤⑥⑩ 대파양배추나물⑤ 배추김치⑨/백김치⑨ 275/9 394/14	기장밥 청국장찌개⑤⑥ 삼치살구이⑤⑥ 가지양파볶음⑤⑥/구운김 백김치⑨ 324/9 464/13	녹두밥 도토리묵온국⑤⑥ 닭봉유자청조림⑤⑥⑩ 비타민나물⑤ 깍두기⑨/백김치⑨ 294/14 421/21		차조밥 두부미역국⑤ 북경식궤바로우⑤⑥⑩ 만다린(귤)샐러드①②⑤ 배추김치⑨/백김치⑨ 442/15 632/22	수수밥 배추된장국⑤⑥ 훈제오리찜⑤⑥⑩/머스터드소스①⑤⑥ 무생채 열무김치⑥⑨/백김치⑨ 343/13 490/19
	넙적군만두⑤⑥/흰우유② (15개월미만:단호박찜/흰우유②)	연두부찜①⑤/보리차/샤인머스켓	또띠아콘피자②⑥/저당마시는요플레② (15개월미만:구운감자/흰우유②)		우유카레우동②⑤⑥⑩⑩/방울토마토 ⑫	시금치프리타타①⑤⑥/흰우유②
	219/11	190/7	173/7		219/3	210/10
	19	20	21 푸드브릿지		22	23
당근크림스프②⑤⑥/흰우유②/조각식빵⑥	새우살채소죽⑤⑨/스트링치즈②	바나나/ 흰우유②+미숫가루⑤	대구살채소죽⑤⑥/사과	저염치즈감자타락죽②⑤		
차조밥 미역미소국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑩ 아삭달콤단감치커리무침⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨ 261/8 373/12	강황참쌀밥 유부주머니전골⑤ 임연수구이⑤⑥ 참나물무침⑤/구운김 깍두기⑨/백김치⑨ 390/19 558/28	렌틸콩짜장덮밥②⑤⑥⑩⑩ 다시마무채국⑤ 두부조림⑤⑥ 오이양파무침⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨ 452/15 647/22	흑미밥 맑은얼갈이버섯국⑤ 쌈싸먹는제육불고기⑤⑥⑩ 양배추쌈/저염쌈장⑤ 열무김치⑥⑨/백김치⑨ 343/11 491/17	보리밥 아욱된장국⑤⑥ 치킨가라아케①⑤⑥⑩ 소스 ⑤⑥ 애호박당근볶음⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨ 357/16 510/23		
참치채소볶음밥⑤⑥/귤 228/7	까르보나라스파게티②⑤⑥⑩/ 동굴레차/배 234/12	딸기잼식빵②⑤⑥/아몬드브리즈⑭ 214/9	베트남쌀국수⑤⑥⑩/흰우유② 222/8	소고기미나리섞음밥⑤⑥⑩/ 저당마시는요플레② 207/9		
26	27	28 컬러푸드/푸드브릿지	29	30		
스크램블에그①⑤/사과/흰우유②	영양닭죽⑤/동치미⑨	단호박스프②⑤⑥/조각식빵⑥ 양파듬뿍돈까스덮밥①⑤⑥⑩ (가츠동) 순두부백탕⑤⑥ 로메인유자청샐러드⑤⑥ 단호박범벅①⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨	버섯채소죽⑤⑩/동치미⑨	흑임자고구마죽/오렌지		
기장밥 북어채콩나물국⑤⑨ 함박스테이크조림①⑤⑥⑩⑩ 푸실리채소샐러드①⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨ 392/17 560/25	대두콩밥 ⑤ 들깨미역국⑤ 고등어카레구이②⑤⑥⑦⑩⑫⑩⑩ 취나물볶음⑤ 깍두기 ⑨/백김치⑨ 289/8 414/12	수수밥 어묵채소국⑤⑥ 돈육채피망볶음⑤⑥⑩ 날치알계란찜①⑤ 깍두기 ⑨/백김치⑨ 374/11 535/17	수수밥 어묵채소국⑤⑥ 돈육채피망볶음⑤⑥⑩ 날치알계란찜①⑤ 깍두기 ⑨/백김치⑨ 403/15 576/22	발아현미밥 도라지닭곰탕⑤⑩ 쥐어채조림⑤⑥ 브로콜리사과무침⑤ 배추김치⑨/백김치⑨ 342/9 489/14		
오징어부추전①⑤⑥⑩/보리차 (15개월미만:바나나/보리차)	햄치즈샌드위치①②⑤⑥⑩/흰우유②/ 샤인머스켓	버터감자구이②⑤/배/흰우유②	볶음우동⑤⑥⑩⑩/마시는요플레② (15개월미만: 찐감자/흰우유②)	토마토계란볶음①⑤⑩/흰우유②		
211/8	232/11	199/5	225/8	249/10		

①난류 ②우유 및 유제품 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀가루 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돈육
⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ⑲ 잣

▣ 원산지 표시

소고기:국내산·한우, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산, 쌀(참쌀,밥,누룽지,죽,흑미,현미)-국내산, 배추김치:배추-국내산,고춧가루-국내산, 백김치:배추-국내산, 얼갈이겉절이:얼갈이배추-국내산, 고춧가루-국내산, 봄동겉절이:얼갈이배추-국내산, 고춧가루-국내산, 두부,콩비지,콩국수,연두부:콩-국내산, 참조기:국내산, 낙지:중국산, 명태,통태:러시아산, 고등어:노르웨이산, 갈치:국내산, 오징어:국내산, 꽃게:국내산, 진미채:오징어-페루산, 오징어실채:오징어-페루산, 주꾸미:베트남산, 아귀살:국내산, 코다리:명태-러시아산, 전복:국내산, 방어:국내산, 양볼락:미국산, 돈까스:돼지고기-국내산, 해물동그랑땡:오징어-페루산, 생선까스:명태-러시아산, 햄/소세지/미트볼/너비아니/섭산적:돼지고기-국내산, 치킨까스:닭고기-국내산, 참치(캔):다랑어-원양산, 베이컨:돼지고기-국내산, 함박스테이크:닭고기-국내산, 돼지고기-국내산, 어묵:연육(갈치·원양산), 설렁탕:소고기(육우), 우사골-국내산 한우,닭강정(닭:국내산), 찹스테이크-국내산(육우),바베큐폭립: 돈육(국내산) ,크림새우:새우살(베트남)

10월 이유식 (초기, 중기, 후기) 식단표

■ 초기(생후 4~6개월), 중기(생후7~9개월), 후기(생후10~12개월)

10월1주					1	2
	중기 이유식				소고기채소죽⑥ 연두부녹두죽⑤ 무미김채소죽	닭살고구마죽⑤ 소고기얼갈이죽⑥ 흑미타락죽②
	열량/단백질				189/5	204/6
	후기 이유식				소고기채소죽⑥ 연두부녹두진밥⑤ 무미김채소진밥	닭살고구마진밥⑤ 소고기얼갈이진밥⑥ 흑미타락진밥②
	열량/단백질				244/9	253/10
10월2주		5:대체공휴일	6	7	8	9:한글날
	중기 이유식		흰살생선숙주죽 소고기취나물죽⑥ 현미누룽지오트밀죽	단호박죽 소고기버섯죽⑥ 노른자채소죽①	연두부미역죽⑤ 노른자청경채죽① 얼갈이타락죽②	
	열량/단백질		261/13	233/9	271/9	
	후기 이유식		흰살생선숙주진밥 소고기취나물진밥⑥ 현미누룽지오트밀진밥	단호박죽 소고기버섯진밥⑥ 노른자채소진밥①	연두부미역진밥⑤ 노른자청경채진밥① 얼갈이타락진밥②	
	열량/단백질		261/13	233/9	271/9	
10월3주		12	13	14	15	16
	중기 이유식	흰살생선채소죽⑥ 소고기감자죽⑥ 노른자양배추죽①	고구마오트밀찰죽 연두부가지죽⑤ 소고기채소죽⑥	닭살비타민죽⑤ 소고기녹두죽⑥ 두부채소죽⑥	두부미역죽⑤ 소고기양상추죽⑥ 오트밀타락죽⑥	소고기배추죽⑥ 연두부채소죽⑤ 노른자무죽①
	열량/단백질	230/7	250/10	279/9	252/11	298/11
	후기 이유식	흰살생선채소죽⑥ 소고기감자진밥⑥ 노른자양배추진밥①	고구마오트밀찰진밥 연두부가지진밥⑤ 소고기채소진밥⑥	닭살비타민진밥⑤ 소고기녹두진밥⑥ 두부채소진밥⑤	두부미역진밥⑤ 소고기양상추진밥⑥ 오트밀타락진밥②	소고기배추진밥⑥ 연두부채소진밥⑤ 노른자무진밥①
	열량/단백질	230/7	250/10	279/9	252/11	298/11
10월4주		19	20	21	22	23
	중기 이유식	두부미역죽⑤ 소고기버섯죽⑥ 노른자당근죽①	새우살채소죽⑨ 소고기참나물죽⑥ 채소오트밀죽	연두부감자죽⑤ 노른자오이죽① 저염치즈채소죽②	대구살채소죽 소고기양배추죽⑥ 두부흑미죽⑤	저염치즈감자타락죽 ② 닭살아욱죽⑤ 소고기애호박죽⑥
	열량/단백질	264/9	261/8	234/10	261/7	268/12
	후기 이유식	두부미역진밥⑤ 소고기버섯진밥⑥ 노른자당근진밥①	새우살채소죽⑨ 소고기참나물진밥⑥ 채소오트밀진밥	연두부감자진밥⑤ 노른자오이진밥① 저염치즈채소진밥②	대구살채소죽 소고기양배추진밥⑥ 두부흑미진밥⑤	저염치즈감자타락죽 ② 닭살아욱진밥 ⑤ 소고기애호박진밥⑥
	열량/단백질	264/9	261/8	234/10	261/7	268/12
10월5주		26	27	28	29	30
	중기 이유식	노른자콩나물죽① 소고기채소죽⑥ 김가루채소죽	닭살영양죽 ⑤ 소고기미역죽⑥ 대두콩취나물죽⑤	소고기얼갈이죽⑥ 단호박오트밀타락죽② 노른자얼갈이죽①	버섯채소죽 ⑥ 노른자피망죽① 오트밀수수죽	흑미고구마죽 닭살브로콜리죽⑤ 소고기채소죽⑥
	열량/단백질	280/6	279/10	255/10	288/11	299/10
	후기 이유식	노른자콩나물진밥① 소고기채소진밥⑥ 김가루채소진밥	닭살영양죽⑤ 소고기미역진밥⑥ 대두콩취나물진밥⑤	소고기얼갈이진밥⑥ 단호박오트밀타락진밥② 노른자얼갈이진밥①	버섯채소진밥 ⑥ 노른자피망진밥 ① 오트밀수수진밥	흑미고구마죽 닭살브로콜리진밥⑤ 소고기채소진밥⑥
	열량/단백질	280/6	279/10	255/10	288/11	299/10
원산지 표시	■ 원산지 표시 소고기:국내산-한우, 돼지고기: 국내산, 닭고기:국내산,오리고기-국내산, 쌀(잡쌀,찐쌀,밥,누룽지,죽,흑미,현미)-국내산,배추김치: 배추-국내산,고춧가루-국내산, 얼갈이겉절이: 얼갈이배추-국내산, 고춧가루-국내산, 봄동겉절이: 얼갈이배추-국내산, 고춧가루-국내산,두부,콩비지,콩국수-국내산, 참조기:국내산,낙지:중국/베트남, 명태:러시아산, 고등어:국내산, 갈치:국내산, 오징어:국내산,꽃게:국내산, 진미채:페루산/국내산, 코다리: 러시아산, 돈까스: 돈육(국내산), 생선까스: 명태(러시아산),					
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 및 유제품 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀가루 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돈육 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ㉠ 잣					