

10월 오전간식 일반식단

<0-2세>

요일 일자	월	화	수	목 1	금 2	토 3 개천절
오전간식	 “북어채잔치국수” 북어는 단백질 함량이 높아 근육 형성에 효과적입니다. 또한 비타민D가 풍부하여 칼슘의 흡수를 돕고 뼈 건강 증진에 도움이 됩니다.  “고구마토마토달걀볶음” ‘맛있는 세계음식 여행 조리원 레시피 콘테스트’에서 아이디어상 을 수상한 메뉴입니다.			씨리얼⑤⑥, 우유②	🍎바나나, 우유②	 개천절
점심				흑미밥, 깍두기⑨ 콩나물국⑤ 돼지고기잡채⑤⑥⑩ 청경채무침	흰쌀밥, 배추김치⑨ 동태살국 달걀찜① 취나물볶음⑤⑥	
오후간식 열량/단백질/칼슘				과배기①②⑤⑥, 주스 661/18/300	찐감자, 보리차 433/20/311	
일자	5 대체휴일	6	7	8 ♥바다탐험DAY♥	9 한글날	10
오전간식		치즈②, 우유②	🌱당근스틱, 우유②	누룽지죽, 우유②		우유②
점심		돈육하이라이스 ②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 우동국물⑤⑥ 배추김치⑨, 오이무침 짜먹는요구르트②	잡곡밥, 깍두기⑨ 버섯찌개⑤⑥ 고등어조림⑤⑥⑦ 파프리카무침	흰쌀밥, 배추김치⑨ 무채된장국⑤⑥ 닭살구이⑤⑬ 가지나물⑤⑥	 한글날	달걀볶음밥①⑤ 양배추국⑤⑥ 깍두기⑨ 유산균음료②
오후간식		맘모스빵①②④⑤⑥, 주스	굴림만두⑤⑥⑩	북어채잔치국수⑤⑥		과일(포도)
열량/단백질/칼슘		545/20/453	485/20/269	561/30/307		431/16/318
일자	12♥생일축하회♥	13	14 ♥탄소제로DAY♥	15	16	17
오전간식	🍎사인머스켓, 우유②	구운멸치, 우유②	🌱파프리카스틱, 우유②	씨리얼⑤⑥, 우유②	🍎사과, 우유②	우유②
점심	흰쌀밥, 배추김치⑨ 들깨미역국⑤⑥ 돈가스①⑤⑥⑩ /소스②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 감자조림⑤⑥	현미밥, 배추김치⑨ 육개장⑤⑥⑬ 잔멸치조림⑤⑥ 연근유자청무침	흰쌀밥, 배추김치⑨ 순두부된장국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 시금치무침	보리밥, 깍두기⑨ 배추국⑤⑥ 임연수구이⑤⑥ 팽이버섯나물	닭살덮밥⑤⑥⑬ 각두기⑨, 미소장국⑤⑥ 브로콜리숙회 짜요짜요②	양지살국수 ②⑤⑥⑧⑬⑭⑮ 추가밥 배추김치⑨ 과일(배)
오후간식	케이크①②⑤⑥⑩, 주스	꼬마주먹밥⑤⑬	프렌치토스트①②⑤⑥	찐고구마, 둥굴레차	모듬어묵탕⑤⑥	두유⑤
열량/단백질/칼슘	582/15/271	547/25/458	469/20/309	492/18/283	507/26/443	476/18/408
일자	19	20	21	22	23	24
오전간식	🍎배, 우유②	치즈②, 우유②	🌱당근스틱, 우유②	누룽지죽	🍎사과, 우유②	우유②
점심	수수밥, 깍두기⑨ 새송이버섯된장국⑤⑥ 참치볶음⑤ 두부소보로⑤⑥	흰쌀밥, 배추김치⑨ 감자국⑤⑥ 닭살볶음⑤⑥⑬ 배무침	흰쌀밥, 배추김치⑨ 새우살된장국⑤⑥⑨ 고구마토마토달걀볶음 ①⑤⑫ 오이생채	흰쌀밥, 배추김치⑨ 숙주나물국 쇠고기잡채스테이크 ②⑤⑥⑫⑬ 상추겉절이⑤⑥	잡곡밥, 깍두기⑨ 청경채국 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 돌자반⑤	마파두부덮밥⑤⑥⑩⑮ 우동국물⑤⑥ 배추김치⑨ 짜먹는요구르트②
오후간식	카스테라①②⑤⑥, 매실차	토마토스파게티 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑮	완두앙금빵①②⑤⑥/ 식혜	구운달걀①, 우유②	치즈스틱①②⑤⑥	과일(바나나)
열량/단백질/칼슘	463/20/287	522/23/399	550/19/295	527/23/303	509/20/331	394/15/328
일자	26	27	28 ♥음식여행DAY♥	29	30	31
오전간식	🍎배, 우유②	구운멸치, 우유②	🌱오이스틱, 우유②	씨리얼⑤⑥, 우유②	🍎사인머스켓, 우유②	우유②
점심	흰쌀밥, 배추김치⑨ 쇠고기당면국⑤⑥⑬ 콩치조림⑤⑥ 고사리당근볶음⑤⑥	보리밥, 깍두기⑨ 비지찌개⑤⑨ 돈가스①⑤⑥⑩/ 소스②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 양상추샐러드②	기장밥, 깍두기⑨ 근대된장국⑤⑥ 삼치엿장조림⑤⑥ 단호박샐러드①②⑤	흰쌀밥, 깍두기⑨ 물만둣국⑤⑥⑩ 두부조림⑤⑥ 우영채볶음⑤⑥	현미밥, 배추김치⑨ 닭곰탕⑤⑥⑬ 멸치조림⑤⑥ 느타리버섯볶음⑤	김치볶음밥 ①⑤⑥⑨⑩⑬⑭⑮ 유부국⑤⑥ 달걀후라이①⑤ 깍두기⑨
오후간식	삼색주먹밥⑤	볶음우동⑤⑥	돈육김치전⑤⑥⑨⑩	바나나, 떠먹는요구르트②	과일탕수육①⑤⑥⑩	과일(단감)
열량/단백질/칼슘	518/24/283	550/22/376	447/21/290	547/20/436	508/28/336	386/18/298

원산지 표시	쌀(잡쌀, 현미 포함)			배추김치		쇠고기 (국내산일 경우 육종 기입 - 한우/육우/젓소)					불고기용		장조림용	국거리용	볶음용
	밥	누룽지		배추	고춧가루	돼지고기	닭고기								
	국내산	국내산		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)
	콩			식육·어육 가공품											
	두부	연두부	콩비지	참치통조림	가다랑어	베이컨 (크림소스리조또)	돼지고기	돈가스	햄 (김치볶음밥)	돼지고기	돼지고기	돼지고기	돼지고기	동태	고등어
	국내산	국내산	국내산		국내산		국내산		국내산		국내산		국내산	러시아산	국내산

식단 안내사항

▶ 원산지: 식육·어육 가공품의 원산지는 사용하는 완제품의 원재료를 확인하여 함유되어 있는 재료의 원산지를 기입하면 됩니다.

(함유되지 않은 경우 삭제 예 - 미트볼 원재료가 돼지고기만 들어간 경우 쇠고기와 닭고기 칸 삭제)

▶ 알레르기 유발물질(메뉴 뒤 번호 표시)

① 난류(달걀, 메추리알) ② 우유 ③ 메밀 ④ 땅콩 ⑤ 대두 ⑥ 밀 ⑦ 고등어 ⑧ 게 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기 ⑪ 복숭아 ⑫ 토마토 ⑬ 아황산류 ⑭ 호두 ⑮ 닭고기 ⑯ 쇠고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조개류(굴·홍합·전복 등) ⑲ 잣

▶ [] 메뉴: 대체가 가능한 메뉴이며, 대체하여 제공하지 않은 경우 괄호메뉴를 제외하여 사용하길 바랍니다.

10월 오전간식 일반식단

<3-5세>

요일 일자	월	화	수	목 1	금 2	토 3 개천절
오전간식	 “복어채잔치국수” 복어는 단백질 함량이 높아 근육 형성에 효과적입니다. 또한 비타민D가 풍부하여 칼슘의 흡수를 돕고 뼈 건강 증진에 도움이 됩니다.			씨리얼⑤⑥, 우유②	 바나나, 우유②	 개천절
점심	 “고구마토마토달걀볶음” ‘맛있는 세계음식 여행			흑미밥, 깍두기⑨ 콩나물국⑤ 돼지고기잡채⑤⑥⑩ 청경채무침	흰쌀밥, 배추김치⑨ 동태살국 달걀찜① 취나물볶음⑤⑥	
오후간식	‘맛있는 세계음식 여행			파베기①②⑤⑥, 주스	찐감자, 보리차	
열량/단백질/칼슘	조리원 레시피 콘테스트에서 아이디어상 을 수상한 메뉴입니다.			869/24/332	563/26/346	
일자	5 대체휴일	6	7	8 ♥바다탐험DAY♥	9 한글날	10
오전간식		치즈②, 우유②	 당근스틱, 우유②	누룽지죽, 우유②		우유②
점심		돈육하이라이스 ②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 우동국물⑤⑥ 배추김치⑨, 오이무침 짜먹는요구르트②	잡곡밥, 깍두기⑨ 버섯찌개⑤⑥ 고등어조림⑤⑥⑦ 파프리카무침	흰쌀밥, 배추김치⑨ 무채된장국⑤⑥ 달걀구이⑤⑤ 가지나물⑤⑥	 한글날	달걀볶음밥①⑤ 양배춧국⑤⑥ 깍두기⑨ 유산균음료②
오후간식		맘모스빵①②④⑤⑥, 주스	굴림만두⑤⑥⑩	복어채잔치국수 ⑤⑥		과일(포도)
열량/단백질/칼슘		681/24/476	637/26/288	746/40/342		532/20/339
일자	12♥생일축하회♥	13	14 ♥탄소제로DAY♥	15	16	17
오전간식	 사인머스켓, 우유②	구운멸치, 우유②	 파프리카스틱, 우유②	씨리얼⑤⑥, 우유②	 사과, 우유②	우유②
점심	흰쌀밥, 배추김치⑨ 들깨미역국⑤⑥ 돈가스①⑤⑥⑩ /소스②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 감자조림⑤⑥	현미밥, 배추김치⑨ 육개장⑤⑥⑬ 잔멸치조림⑤⑥ 연근유자청무침	흰쌀밥, 배추김치⑨ 순두부된장국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 시금치무침	보리밥, 깍두기⑨ 배춧국⑤⑥ 임연수구이⑤⑥ 팽이버섯나물	달걀덮밥⑤⑥⑮ 깍두기⑨, 미소장국⑤⑥ 브로콜리숙회 짜요짜요②	양지쌀국수 ②⑤⑥⑧⑨⑫⑬⑭⑮ 추가밥 배추김치⑨ 과일(배)
오후간식	케이크①②⑤⑥⑩, 주스	꼬마주먹밥⑤⑬	프렌치토스트①②⑤⑥	찐고구마, 동굴레차	모듬어묵탕⑤⑥	두유⑤
열량/단백질/칼슘	768/20/291	700/31/504	614/26/344	646/23/306	631/32/476	571/21/417
일자	19	20	21	22	23	24
오전간식	 배, 우유②	치즈②, 우유②	 당근스틱, 우유②	누룽지죽	 사과, 우유②	우유②
점심	수수밥, 깍두기⑨ 새송이버섯된장국⑤⑥ 참치볶음⑤ 두부소보로⑤⑥	흰쌀밥, 배추김치⑨ 감자국⑤⑥ 달걀볶음⑤⑥⑮ 배무침	흰쌀밥, 배추김치⑨ 새우살된장국⑤⑥⑨ 고구마토마토달걀볶음 ①⑤⑫ 오이생채	흰쌀밥, 배추김치⑨ 숙주나물국 쇠고기잡스테인크 ②⑤⑥⑫⑬ 상추겉절이⑤⑥	잡곡밥, 깍두기⑨ 청경채국 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 돌자반⑤	마파두부덮밥⑤⑥⑩⑮ 우동국물⑤⑥ 배추김치⑨ 짜먹는요구르트②
오후간식	카스테라①②⑤⑥, 매실차	토마토스파게티 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑮	완두앙금빵①②⑤⑥/ 식혜	구운달걀①, 우유②	치즈스틱①②⑤⑥	과일(바나나)
열량/단백질/칼슘	606/26/313	664/29/419	749/25/324	684/30/336	671/26/376	491/18/351
일자	26	27	28 ♥동물원견학♥	29	30	31
오전간식	 배, 우유②	구운멸치, 우유②	 오이스틱, 우유②	씨리얼⑤⑥, 우유②	 사인머스켓, 우유②	우유②
점심	흰쌀밥, 배추김치⑨ 쇠고기당면국⑤⑥⑮ 콩치조림⑤⑥ 고사리당근볶음⑤⑥	보리밥, 깍두기⑨ 비지찌개⑤⑨ 돈가스①⑤⑥⑩/ 소스②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 양상추샐러드②	외부김밥	흰쌀밥, 깍두기⑨ 물만두국⑤⑥⑩ 두부조림⑤⑥ 우영채볶음⑤⑥	현미밥, 배추김치⑨ 닭곰탕⑤⑥⑮ 멸치조림⑤⑥ 느타리버섯볶음⑤	김치볶음밥 ①⑤⑥⑨⑫⑬⑭⑮ 유묵국⑤⑥ 달걀후라이①⑤ 깍두기⑨
오후간식	삼색주먹밥⑤	볶음우동⑤⑥	개인간식	바나나, 떠먹는요구르트②	과일탕수육①⑤⑥⑩	과일(단감)
열량/단백질/칼슘	685/32/308	745/29/443	외부김밥/개인간식	700/25/473	670/37/383	495/23/328

원산지 표시	쌀(잡쌀, 현미 포함)		배추김치		돼지고기		닭고기		쇠고기 (국내산일 경우 육종 기입 - 한우/육우/젓소)			
	밥	누룽지	배추	고춧가루	돼지고기	닭고기	불고기용	장조림용	국거리용	북음용		
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)		
	콩		참치통조림		베이컨 (크립소스리조프)		돈가스		햄 (김치볶음밥)		수산물	
	두부	연두부	콩비지	가다랑어	돼지고기	돼지고기	돼지고기	돼지고기	돼지고기	돼지고기	동태	고등어
	국내산	국내산	국내산		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	러시아산	국내산

식단 안내사항

▶ **원산지:** 식육-어육 가공품의 원산지는 사용하는 완제품의 원재료를 확인하여 함유되어 있는 재료의 원산지를 기입하면 됩니다.
(함유되지 않은 경우 삭제 예 - 미트볼 원재료가 돼지고기만 들어간 경우 쇠고기와 닭고기 칸 삭제)

▶ **알레르기 유발물질(메뉴 뒤 번호 표시)**

① 난류(달걀, 메추리알) ② 우유 ③ 메밀 ④ 땅콩 ⑤ 대두 ⑥ 밀 ⑦ 고등어 ⑧ 게 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기 ⑪ 복숭아 ⑫ 토마토 ⑬ 아황산류 ⑭ 호두 ⑮ 닭고기 ⑯ 쇠고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조개류(굴·홍합·전복 등) ⑲ 잣

▶ **[] 메뉴:** 대체가 가능한 메뉴이며, 대체하여 제공하지 않은 경우 괄호메뉴를 제외하여 사용하길 바랍니다.

요일	월	화	수	목	금
일자					
저녁					
열량/단백질/칼슘					
일자	5 대체휴일		6	7	8
저녁			흰쌀밥, 배추김치⑨ 아욱된장국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 오이나물	잡곡밥, 깍두기⑨ 부추양파국⑤⑥ 고등어구이⑤⑥⑦ 도토리묵무침⑤⑥	흰쌀밥, 배추김치⑨ 두부국⑤⑥ 닭살무조림⑤⑥⑬ 가지볶음⑤
열량/단백질/칼슘			239/10/68	250/10/45	236/10/43
일자	12		13	14	15
저녁	흰쌀밥, 깍두기⑨ 유부된장국⑤⑥ 돼지고기사태찜⑤⑥⑩ 호박나물⑤		현미밥, 배추김치⑨ 들깨고사릿국⑤⑥ 쇠고기볶음⑤⑥⑬ 연근조림⑤⑥	흰쌀밥, 배추김치⑨ 연두부조갯살국⑤⑥⑩ 달걀장조림①⑤⑥ 도라지볶음⑤⑥	보리밥, 깍두기⑨ 팽이버섯된장국⑤⑥ 임연수조림⑤⑥ 배추나물
열량/단백질/칼슘	250/12/92		243/10/40	237/10/62	219/10/46
일자	19		20	21	22
저녁	수수밥, 깍두기⑨ 참치찌개⑤⑨ 두부구이⑤/양념장⑤⑥ 새송이버섯조림⑤⑥		흰쌀밥, 배추김치⑨ 묵국⑤⑥ 닭살조림⑤⑥⑬ 감자채볶음⑤	기장밥, 깍두기⑨ 단호박된장국⑤⑥ 삼치구이⑤⑥ 근대나물	흰쌀밥, 배추김치⑨ 들깨양파국⑤⑥ 쇠고기불고기⑤⑥⑬ 숙주나물무침
열량/단백질/칼슘	239/9/47		231/9/35	233/11/36	234/10/44
일자	26		27	28	29
저녁	흰쌀밥, 배추김치⑨ 쇠고기된장국⑤⑥⑬ 가자미양념찜⑤⑥ 파프리카무침		보리밥, 깍두기⑨ 호박국⑤⑥ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 비지전⑤⑥⑨	흰쌀밥, 배추김치⑨ 달걀파국① 새우살볶음⑤⑥⑨ 고구마조림⑤	흰쌀밥, 깍두기⑨ 두부국⑤⑥ 만두강정⑤⑥⑩⑬ 취나물볶음⑤⑥
열량/단백질/칼슘	242/13/53		245/10/34	252/12/58	243/7/52
일자	30		31	1	2
저녁	현미밥, 깍두기⑨ 느타리버섯국⑤⑥ 로제찜닭②⑤⑥⑬⑭⑮⑯ 양배추나물		현미밥, 배추김치⑨ 유부달걀국①⑤⑥ 동태살조림⑤⑥ 취나물된장무침⑤⑥	현미밥, 배추김치⑨ 수제비국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑬ 브로콜리조림⑤⑥	잡곡밥, 깍두기⑨ 미역국⑤⑥ 돼지고기수육⑩/쌈장⑤⑥ 청경채무침
열량/단백질/칼슘	224/10/51		224/10/51	224/10/51	224/10/51

원산지 표시	쌀(잡쌀, 현미 포함)		배추김치		돼지고기	닭고기	쇠고기 (국내산일 경우 육종 기입 - 한우/육우/젖소)			
	밥	배추	고춧가루	불고기용			장조림용	국거리용	볶음용	
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)	
	콩			식육·어육 가공품				수산물		
	두부	연두부	콩비지	참치통조림 가다랑어		동태		고등어		
	국내산	국내산	국내산	국내산		러시아산		국내산		

식단 안내사항

- ▶ **원산지:** 식육-어육 가공품의 원산지는 사용하는 완제품의 원재료를 확인하여 함유되어 있는 재료의 원산지를 기입하면 됩니다.
(함유되지 않은 경우 삭제 예 - 미트볼 원재료가 돼지고기만 들어간 경우 쇠고기와 닭고기 칸 삭제)
- ▶ **알레르기 유발물질(메뉴 뒤 번호 표시)**
① 난류(달걀, 메추리알) ② 우유 ③ 메밀 ④ 땅콩 ⑤ 대두 ⑥ 밀 ⑦ 고등어 ⑧ 게 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기 ⑪ 복숭아 ⑫ 토마토 ⑬ 아황산류 ⑭ 호두 ⑮ 닭고기 ⑯ 쇠고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조개류(굴·홍합·전복 등) ⑲ 잣
- ▶ **[] 메뉴:** 대체가 가능한 메뉴이며, 대체하여 제공하지 않은 경우 괄호메뉴를 제외하여 사용하길 바랍니다.

요일	월	화	수	목	금
일자				1	2
저녁				흑미밥, 깍두기⑨ 청경채된장국⑤⑥ 돼지고기구이⑤⑩ 콩나물무침⑤	흰쌀밥, 배추김치⑨ 유부달걀국①⑤⑥ 동태살조림⑤⑥ 취나물된장무침⑤⑥
열량/단백질/칼슘				348/14/67	310/15/134
일자	5 대체휴일	6	7	8	9 한글날
저녁		흰쌀밥, 배추김치⑨ 아욱된장국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 오이나물	잡곡밥, 깍두기⑨ 부추양파국⑤⑥ 고등어구이⑤⑥⑦ 도토리묵무침⑤⑥	흰쌀밥, 배추김치⑨ 두부국⑤⑥ 닭살무조림⑤⑥⑬ 가지볶음⑤	 한글날
열량/단백질/칼슘		341/15/97	358/14/65	337/15/61	
일자	12	13	14	15	16
저녁	흰쌀밥, 깍두기⑨ 유부된장국⑤⑥ 돼지고기사태찜⑤⑥⑩ 호박나물⑤	현미밥, 배추김치⑨ 들깨고사릿국⑤⑥ 쇠고기볶음⑤⑥⑬ 연근조림⑤⑥	흰쌀밥, 배추김치⑨ 연두부조갯살국⑤⑥⑩ 달걀장조림①⑤⑥ 도라지볶음⑤⑥	보리밥, 깍두기⑨ 팽이버섯된장국⑤⑥ 임연수조림⑤⑥ 배추나물	흰쌀밥, 깍두기⑨ 수제비국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑬ 브로콜리조림⑤⑥
열량/단백질/칼슘	357/17/131	347/15/57	339/14/89	312/14/65	407/19/68
일자	19	20	21	22	23
저녁	수수밥, 깍두기⑨ 참치찌개⑤⑨ 두부구이⑤/양념장⑤⑥ 새송이버섯조림⑤⑥	흰쌀밥, 배추김치⑨ 묵국⑤⑥ 닭살조림⑤⑥⑬ 감자채볶음⑤	기장밥, 깍두기⑨ 단호박된장국⑤⑥ 삼치구이⑤⑥ 근대나물	흰쌀밥, 배추김치⑨ 들깨양파국⑤⑥ 쇠고기불고기⑤⑥⑬ 숙주나물무침	잡곡밥, 깍두기⑨ 미역국⑤⑥ 돼지고기수육⑩/쌈장⑤⑥ 청경채무침
열량/단백질/칼슘	342/14/67	329/13/50	333/15/52	334/15/62	319/14/72
일자	26	27	28	29	30
저녁	흰쌀밥, 배추김치⑨ 쇠고기된장국⑤⑥⑬ 가지미양념찜⑤⑥ 파프리카무침	보리밥, 깍두기⑨ 호박국⑤⑥ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 비지전⑤⑥⑨	흰쌀밥, 배추김치⑨ 달걀파국① 새우살볶음⑤⑥⑨ 고구마조림⑤	흰쌀밥, 깍두기⑨ 두부국⑤⑥ 만두강정⑤⑥⑩⑫ 취나물볶음⑤⑥	현미밥, 깍두기⑨ 느타리버섯국⑤⑥ 로제찜닭②⑤⑥⑫⑬⑭⑮ 양배추나물
열량/단백질/칼슘	346/18/76	350/15/49	360/17/83	347/10/74	329/20/70

원산지 표시	쌀(참쌀, 현미 포함)		배추김치		돼지고기	닭고기	쇠고기 (국내산일 경우 육종 기입 - 한우/육우/젓소)			
	밥	배추	고춧가루				불고기용	장조림용	국거리용	볶음용
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)
	콩				식육-어육 가공품				수산물	
	두부	연두부	콩비지		참치통조림	가다랑어			동태	고등어
	산	산	산		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	산

식단 안내사항

- ▶ 원산지: 식육-어육 가공품의 원산지는 사용하는 완제품의 원재료를 확인하여 함유되어 있는 재료의 원산지를 기입하면 됩니다. (함유되지 않은 경우 삭제 예 - 미트볼 원재료가 돼지고기만 들어간 경우 쇠고기와 닭고기 칸 삭제)
- ▶ 알레르기 유발물질(메뉴 뒤 번호 표시)
① 난류(달걀, 메추리알) ② 우유 ③ 메밀 ④ 땅콩 ⑤ 대두 ⑥ 밀 ⑦ 고등어 ⑧ 게 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기 ⑪ 복숭아 ⑫ 토마토 ⑬ 아황산류 ⑭ 호두 ⑮ 닭고기 ⑯ 쇠고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조개류(굴·홍합·전복 등) ⑲ 잣
- ▶ [] 메뉴: 대체가 가능한 메뉴이며, 대체하여 제공하지 않은 경우 괄호메뉴를 제외하여 사용하길 바랍니다.