

요일 일자	월	화	수	목	금	토
오전간식				1 생일잔치	2	3 개원절
점심	“복어채관치죽수” 복어는 단백질 함량이 높아 근육 형성에 효과적입니다. 또한 비타민D가 풍부하여 칼슘의 흡수를 돕고 뼈 건강 증진에 도움이됩니다. “고구마토마토달걀볶음” ‘맛있는 세계음식 여행 조리원 레시피 콘테스트’에서 아이디어상을 수상한 메뉴입니다.			타락죽②, 우유② 현살밥, 배추김치⑨ 쇠고기미역국⑤⑥⑩ 치킨너겟①②⑤⑥⑩ /머스타드소스①⑤ 시금치나물 케이크①②⑤⑥⑩, 주스 611/19/286	장국죽⑤⑥⑩, 우유② 현살밥, 배추김치⑨ 동태살국 달걀찜① 취나물볶음⑤⑥ 과일(바나나), 전갈자 495/22/312	
오후간식						
월랑/단백질/칼슘						
일자	5 대체육일	6	7	8 ♡파다담원DAY♡	9 한글날	10
오전간식		달걀죽①, 우유② 돈육하이라이프 ②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 우동국물⑤⑥ 배추김치⑨, 오이무침 짜먹는요구르트②	비타민죽, 우유② 잡곡밥, 각두기⑨ 온도토리묵국⑤⑥⑨ 고등어조림⑤⑥⑦ 파프리카무침	누룽지죽, 우유② 현살밥, 배추김치⑨ 무채된장국⑤⑥ 달걀구이⑤⑤ 가지나물⑤⑥		우유② 달걀볶음밥①⑤ 양배춧국⑤⑥ 각두기⑨ 유산균음료②
점심						
오후간식		구운도넛①②⑤⑥ 541/18/331	당근스틱, 굴림만두⑤⑥⑩ 550/21/291	복어채관치죽수⑤⑥ 561/30/307		과일(포도) 431/16/318
월랑/단백질/칼슘						
일자	12	13	14 ♡단소제로DAY♡	15	16	17
오전간식	새우살죽⑨, 우유②	치즈죽②, 우유②	참살무죽, 우유②	당근죽, 우유②	쇠고기죽⑥, 우유②	우유②
점심	현살밥, 각두기⑨ 호박국⑤⑥ 돼지고기두부찌개⑤⑥⑩ 참나물볶음⑤	현미밥, 배추김치⑨ 육개장⑤⑥⑩ 잔멸치조림⑤⑥ 연근유자청무침	현살밥, 배추김치⑨ 연두부된장국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 시금치무침	보리밥, 각두기⑨ 배춧국⑤⑥ 임연수구이⑤⑥ 팽이버섯나물	달걀덮밥⑤⑥⑩ 각두기⑨, 미소장국⑤⑥ 브로콜리숙회 떠먹는요구르트②	양지살국수 ②⑤⑥⑧⑨⑫⑬ 추가밥 배추김치⑨ 과일(배)
오후간식	과일(토마토②) 카스텔라①②⑤⑥ 519/20/279	코마주먹밥⑤⑥ 531/23/377	파프리카스틱 우유식빵①②⑤⑥ 514/19/297	전고구마, 등굴레차 470/18/284	과일(단감) 모듬어묵탕⑤⑥ 574/28/445	두유⑤ 476/18/408
월랑/단백질/칼슘						
일자	19	20	21	22	23	24
오전간식	흑임자죽, 우유②	아욱죽⑤⑥, 우유②	두부죽⑤, 우유②	누룽지죽, 우유②	달걀죽⑤, 우유②	우유②
점심	수수밥, 각두기⑨ 새송이버섯된장국⑤⑥ 참치볶음⑤ 두부소보로⑤⑥	현살밥, 배추김치⑨ 감자국⑤⑥ 달걀볶음⑤⑥⑤ 배무침	기장밥, 각두기⑨ 근대된장국⑤⑥ 삼치옛장조림⑤⑥ 단호박샐러드①②⑤	현살밥, 배추김치⑨ 숙주나물국 쇠고기참스테이크 ②⑤⑥⑩⑫ 상추겉절이⑤⑥	잡곡밥, 각두기⑨ 청경채국 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 미역무침	마파두부덮밥⑤⑥⑩⑫ 우동국물⑤⑥ 배추김치⑨ 짜먹는요구르트②
오후간식	과일(키위) 모닝빵①②⑤⑥ 533/22/334	크림소스리조토 ①②⑤⑥⑩⑫ 514/21/284	오이스틱 김치전⑤⑥⑨ 492/20/293	구운달걀①, 매실차 527/23/303	과일(사과) 치즈스틱①②⑤⑥ 555/22/344	과일(바나나) 394/15/328
월랑/단백질/칼슘						
일자	26	27	28 ♡음식여행DAY♡	29	30	31
오전간식	타락죽②, 우유②	브로콜리죽, 우유②	쇠고기죽⑥, 우유②	동태살죽, 우유②	시금치죽, 우유②	우유②
점심	현살밥, 배추김치⑨ 쇠고기당면국⑤⑥⑩ 가지미구이⑤⑥ 고사리당근볶음⑤⑥	보리밥, 각두기⑨ 비지찌개⑤⑨ 돈가스①⑤⑥⑩/ 소스②⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 양상추샐러드②	현살밥, 배추김치⑨ 새우살된장국⑤⑥⑨ 고구마토마토달걀볶음 ①⑤② 오이생채	현살밥, 각두기⑨ 물만둣국⑤⑥⑩ 두부조림⑤⑥ 우영채볶음⑤⑥	현미밥, 배추김치⑨ 달콤탕⑤⑥⑤ 뱅어포조림⑤⑥ 느타리버섯볶음⑤	김치볶음밥 ①⑤⑥⑨⑫⑬⑭ 유부국⑤⑥ 달걀후라이①⑤ 각두기⑨
오후간식	과일(배) 삼색주먹밥⑤ 569/22/287	볶음쌀국수①⑤⑥⑨⑫ 560/20/291	당근스틱 크로와상①②⑤⑥ 591/20/289	키위, 떠먹는요구르트② 510/21/446	과일(샤인머스켓) 밤식빵①②⑤⑥ 546/24/334	과일(단감) 386/18/298
월랑/단백질/칼슘						

원산지 표시	쌀(잡곡, 현미 포함)	배추김치	고춧가루	돼지고기	닭고기	쇠고기(국내산일 경우 육종 기업 - 한우/흑우/흰소)	참조된용	국지리용	볶음용
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)	국내산(육종-한우)
	두부	연두부	콩비지	참치통조림	베이컨(크림소스리조토)	돈가스	햄(김치볶음밥)	동태	고등어
	국내산	국내산	국내산	원양산	국내산	국내산	국내산	리시안산	국내산

식단 안내사항

- ▶ 원산지: 식육-어육 가공품의 원산지는 사용하는 완제품의 원재료를 확인하여 함유되어 있는 재료의 원산지를 기입하면 됩니다. (함유되지 않은 경우 삭제 예 - 미트를 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 계 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기 ⑪ 복숭아 ⑫ 토마토 ⑬ 아황산류 ⑭ 호두 ⑮ 달걀 ⑯ 쇠고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조개류(굴·홍합·전복 등) ⑲ 잣
- ▶ [] 메뉴: 대체가 가능한 메뉴이며, 대체하여 제공하지 않은 경우 관호메뉴를 제외하여 사용하길 바랍니다.