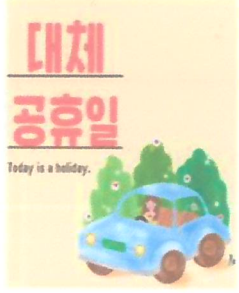


구분	월	화	수	목	금
오전간식				1	2
점심	▲단체급식 특성상 개별 맞춤 급식을 하기 어렵습니다. 영유아가 특정식품에 대해 알레르기가 있는 경우, 식단체회표를 미리 살펴보고 교사에게 정보를 제공해주신 뒤 자녀에게 알려주어 해당식품 섭취 시 주의할 수 있도록 가정에서 지도 부탁드립니다. ※ 상기 메뉴는 식자재수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 우리 원에서는 저염식, 저당식을 원칙으로 하고 있습니다. ※ 염도는 0.3~0.4%로 제공됩니다. ※ 백김치는 만1세~2세 대체식입니다. ※ 당질 55g, 단백질 15~20g, 지질 12g, 칼슘 500~600mg ※ 표시된 열량과 단백질량은 오전간식과 중식이 계산하였습니다.			소고기채소죽⑤⑩ 녹두밥 맑은콩나물국⑤ 돈육백김치두루치기⑤⑥⑨⑩ 온두부찜⑤/양념장⑤⑥ 열무김치⑥⑨/백김치⑨	찌면/두유⑤ 흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 고구마달걀비⑤⑥⑨ 새우살무나물⑤⑥⑨ 배추김치⑨/백김치⑨
만1-2세				413/12	320/15
만3-4세				590/18	458/22
오후간식 1				249/10	116/4
열량/단백질				칼도그를⑤⑥⑨/원유②	오곡씨리얼⑥/원유②
오후간식 2				199/9	113/4
열량/단백질				크래미채소섞음밥⑤⑥⑧⑩	쌀과자/요구르트②
오전간식	5:대체공휴일	6	7	8	9:한글날
점심		현미누룽지죽 토마토잡채밥⑩ 취나물된장국⑤⑥ 코다리살갈정⑤⑥⑩/구운김 유부숙주나물무침⑤⑥ 열무김치⑥⑨/백김치⑨	파인애플 꽃팥콩카레라이스덮밥②⑤⑥⑩⑩ 맑은미역국⑤ 크랜베리멸치볶음⑤⑥ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨/백김치⑨	현미잡채밥 들깨버섯국⑤ 몽골리안족⑤⑥⑩⑩ 청포묵김무침⑤ 배추김치⑨/백김치⑨	
만1-2세				306/7	310/9
만3-4세				438/11	443/14
오후간식 1				106/3	220/9
열량/단백질				샤인머스켓/원유②	단팥빵①②⑤⑥⑩/원유②
오후간식 2				220/9	141/6
열량/단백질				쫄면①⑤⑥/원유②	두부과자⑤⑥/마시는요플레②
오전간식	12	13:서울미래밥상	14	15	16
점심	단호박죽 현미밥 열갈이콩비지국⑤⑥ 소고기감자조림⑤⑥⑩ 대파양배추나물⑤ 배추김치⑨/백김치⑨	찌고구마 기장밥 청국장찌개⑤⑥ 삼치살구이⑤⑥ 가지양파볶음⑤⑥/구운김 백김치⑨	대개살채소죽⑤⑧ 녹두밥 도토리묵온국⑤⑥ 닭봉유자청조림⑤⑥⑩ 비타민나물⑤ 깍두기⑨/백김치⑨	베이글①②⑥/크림치즈② 차조밥 두부미역국⑤ 북경식귀바로우⑤⑥⑩ 만다린(귤)샐러드①②⑤ 배추김치⑨/백김치⑨	참깨콩나물국⑤ 수수밥 배추된장국⑤⑥ 훈제오리점⑤⑥⑩ /머스터드소스①⑤⑥ 명이나물초절임⑤⑥/무생채 열무김치⑥⑨/백김치⑨
만1-2세				275/9	343/13
만3-5세				394/14	490/19
오후간식 1	넙적군만두⑤⑥/원유②	샤인머스켓/원유②	단호박점&조청/원유②	어묵핫바⑤⑥/원유②	햄치즈샌드위치①②⑤⑥⑩/원유②
열량/단백질	219/11	106/3	98/3	165/7	232/11
오후간식 2	황태무국밥⑤⑦	치즈토마토리조트②⑩	우유카레우동②⑤⑥⑩⑩	소고기미역국밥⑤⑩	꼬마약과⑤⑥/맛밤
열량/단백질	121/4	250/8	219/3	222/6	205/3
오전간식	19	20	21:중식채식DAY	22	23
점심	당근크림스프②⑤⑥⑩⑩ /조각식빵⑥ 차조밥 미역미소국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑩ 아삭달콤단감치커리무침⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨	계란물만두국①⑤⑥⑩ 강황잡채밥 유부주머니전골⑤ 임연수국⑤ 참나물무침⑤/구운김 깍두기⑨/백김치⑨	바나나 렌틸콩짜장덮밥②⑤⑥⑩⑩ 다시마무채국⑤ 두부갈정⑤⑥⑩ 오이양파무침⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨	대구살채소죽⑤⑥ 흑미밥 맑은열갈이비섯국⑤ 썬새우김치/저염쌈장⑤ 양배추쌈/저염쌈장⑤ 열무김치⑥⑨/백김치⑨	새우살채소죽⑤⑨ 보리밥 아욱된장국⑤⑥ 치킨가라아게①⑤⑥⑩/소스 ⑤⑥ 애호박당근볶음⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨
만1-2세				261/8	357/16
만3-5세				373/12	510/23
오후간식 1	미니쥬스①②⑥/원유②	배/원유②	씨앗호떡②④⑤⑥⑩/원유②	김말이튀김⑤⑥/원유②	롤빵①②⑤⑥⑩/원유②
열량/단백질	178/9	105/4	214/9	124/2	175/4
오후간식 2	참치채소볶음밥⑤⑥	오징어부추전①⑤⑥⑦	시금치프리카타①⑤⑥/원유②	콩나물영양밥⑤⑥	블루베리/저당떡볶는요플레②
열량/단백질	228/7	211/8	210/10	180/3	109/4
오전간식	26	27	28	29	30
점심	스크램블에그①⑤ 기장밥 북어채콩나물국⑤⑨ 함박스테이크조림①⑤⑥⑩⑩ 푸실리채소샐러드①⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨	영양닭죽⑩ 대두콩밥 ⑤ 들깨미역국⑤ 고등어카레구이②⑤⑥⑦⑩⑩⑩ 취나물볶음⑤/ 구운김 깍두기 ⑨/백김치⑨	연두부양념장⑤⑥ 양파등불돈까스덮밥①⑤⑥⑩(가조음) 두부미소국⑤⑥ 로메인유자청샐러드⑤⑥ 단호박범벅①⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨	전복채소죽⑤⑩ 수수밥 어묵채소국⑤⑥ 돈육채피망볶음⑤⑥⑩ 날치알계란찜①⑤ 깍두기 ⑨/백김치⑨	고구마타락죽② 발아현미밥 도라지닭곰탕⑤⑥ 두부간장조림⑤⑥ 브로콜리사과무침⑤ 배추김치⑨/백김치⑨
만1-2세				392/17	342/9
만3-5세				560/25	489/14
오후간식 1	고구마범벅①②⑤⑥/원유②	샤인머스켓/원유②	허니버터감자구이②⑤/원유②	미니핫도그⑩/원유②	구운계란①/원유②
열량/단백질	116/3	106/3	199/5	218/7	120/4
오후간식 2	만두탕수⑤⑥⑩⑩	까르보나라스파게티②⑤⑥⑩	소고기미니라쉬볶음⑤⑥⑩	사골국밥⑩	사과/저염치즈②
열량/단백질	223/9	234/12	207/9	199/7	97/4
알레르기유발 식품	①난류 ②우유 및 유제품 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀가루 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돈육⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산성 ⑭호두 ⑮달걀 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ⑳감				
원산지 표시	소고기:국내산,한우, 돼지고기: 국내산, 닭고기:국내산,오리고기:국내산, 쌀(잡쌀,찐쌀,밥,농작,죽,흑미,현미):국내산, 배추김치: 배추-국내산,고추가루:국내산, 열갈이김치: 열갈이배추-국내산, 고추가루:국내산, 불동전절이: 열갈이배추-국내산, 고추가루-국내산,두부,콩비지,콩국수:국내산, 찰조기:국내산,낙지:중국/베트남, 명태,동태:러시아산, 고등어:국내산, 갈치:국내산, 오징어:국내산,꽃게:국내산, 전미채:베트남, 코다리: 러시아산, 돈까스: 돈육(국내산), 해물등그랑탕:오징어(베트남산)생선까스: 명태(러시아산), 햄/소세지/미트볼/너비아니/썬산적: 돈육(국내산), 치킨까스:닭(국내산), 아귀살:국내산, 다방어(참): 원양산, 베이컨:국내산, 돈육,주꾸미:베트남산,함박스테이크:닭(국내산),돈육(국내산),어묵:연육(갈치,원양산),전복(국내산), 방어(국내산)				