



일자		※ 제한식품과 동일한 식품군에 속하는 식품을 선택하기		1(목)	2(금)	3(토)
1 초차	오전간식	알레르기 유발 식품 우유 및 유제품, 제과·제빵류 등		연두부채소죽5	버섯채소죽	제한질
	초기이유식	콩 두부, 두유, 유부, 된장, 간장, 콩나물 등				
	중기이유식	밀 곡류, 면류, 제과·제빵류, 가공식품, 위안음식, 소스류 등				
	후기이유식	달걀 난류, 제과·제빵류, 면류, 소스류 등		고구마콩나물죽5	숙주배추죽	
	오후간식	돼지고기 생선		닭살가지죽15	노른자아욱죽	
일자				8(목)		10(토)
2 초차	오전간식	 대체휴무일	6(화)	배푸레	배푸레	두유5
	초기이유식			콩비지채소죽5		
	중기이유식					
	후기이유식		순두부숙주죽5	소고기미역죽16	노른자팽이버섯죽1	
	오후간식		대구살양배추죽	노른자브로콜리죽5	감자청경채죽	
일자		12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금)
3 초차	오전간식	누룽지죽	대구살채소죽	연두부채소죽	노른자채소죽1	두부채소죽5
	초기이유식					
	중기이유식					
	후기이유식	두부감자죽5	무애호박죽5	닭살무죽15	소고기버섯죽5.16	닭살가지죽16
	오후간식	소고기숙주죽5.16	노른자콩나물죽5.1	당근근대죽5	대구살팽이버섯죽	연두부콩나물죽1.5
일자		19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)
4 초차	오전간식	채소죽	배푸레	미역채소죽	배푸레	소고기채소죽16
	초기이유식					
	중기이유식					
	후기이유식	두부섯죽5	닭살무죽15	연두부배추죽5	소고기얼갈이죽5.16	두부사과죽5
	오후간식	노른자청경채15	노른자감자죽1	콩나물당근죽5	버섯살호박죽	대구살무죽
일자		26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)
5 초차	오전간식	노른자채소죽1	대구살채소죽	닭살채소죽16	콩나물채소죽5	대구살채소죽5
	초기이유식					
	중기이유식					
	후기이유식	닭살청경채죽15	미역채소죽	소고기채소죽16	연두부감자죽5	노른자양배추죽1
	오후간식	오이얼갈이죽	노른자브로콜리죽1	대구살얼갈이죽	노른자호박죽1	고구마죽

원산지 표시						식육/포장육 식육가공품/수산물가공품
닭고기	오리고기	쇠고기	돼지고기	배추김치		
국내산	국내산	국내산 한우	국내산	배추 국내산	고춧가루 국내산	연양식불고기: 돼지고기 국산 어묵 : 베트남산, 중국산 가다랑어(참치캔) : 원양산 미트볼: 돼지고기, 닭고기 국산, 돈까스: 돼지고기 국산 너바아니: 돼지고기, 닭고기 국내산 탕수육: 돼지고기 국산, 베이컨: 돼지고기 외국산 치킨까스, 치킨링: 닭고기 국내산, 생선까스: 명태 러시아산 비엔나: 돼지고기, 닭고기 국산 고기완자: 돼지고기 국산
콩(두부류, 콩비지, 콩국수)		쌀 (백미, 현미, 흑미, 찰쌀)		오징어		
국내산		밥 국내산 죽 국내산 누룽지 국내산 차조, 기장, 현미, 검은콩, 흑미 등의 잡곡류 국내산		국내산, 원양산		

※메뉴명 옆에 표시된 숫자는 알레르기 유발 식품 표시입니다.

※기타 육류, 수산물 가공품 원산지표시는 식품제공 시 별도 표시 됩니다.

<알레르기 유발 식품>

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

※ ⑬아황산류의 경우 많은 가공식품에 포함되어 있기에 별도 표시를 하지 않으니 제공 시 유의하여 주시기 바랍니다.

※ 위 식단은 식재수급이 불가한 사정에 따라 동일한 식품군내의 같은 조리법을 가진 다른 식품으로 변경할 수 있고 변경 될 시에는 변동사항(대체식품)에 기재합니다.

★ 단계별 먹일 수 있는 재료, 주의할 재료 ★

식품	후기(9~11개월)	완료기(12~18개월)
곡류	녹두 등 대부분의 곡류 가능	대부분의 곡류 가능
육류	소고기, 닭고기 가능 *모든부위	대부분의 육류 가능
채소	대부분의 채소 가능	대부분의 채소 가능
과일	대부분의 과일 가능	대부분의 과일 가능
생선	흰살생선 가능 *일주일에 2번을 초과해서 주지 마세요. *새우, 멸치 등 반찬 및 간식으로 소량 제공가능.	흰살생선, 등푸른생선, 새우, 멸치 등 대부분 가능 *일주일에 2번을 초과하지 않습니다.
해조류	다시마, 김, 미역, 파래	대부분의 해조류 가능
유제품	플레인 요구르트 가능, 아기용치즈 *생우유는 돌 전에 주지 마세요.	생우유, 플레인 요구르트, 치즈 가능
달걀	노른자 가능(완숙)	노른자, 흰자 모두 가능
콩류	대부분의 콩류 가능	대부분의 콩류 가능
견과류, 유지류	견과류는 이상 반응에 주의하세요. 참기름과 올리브유, 양념 종류 소량 사용 가능	대부분의 견과류와 유지류 가능 *땅콩 주의, 땅콩버터는 덩어리째 주지 않습니다.

- 이유식 식단에서 '복숭아, 토마토, 땅콩, 달걀흰자'는 영아기 시기에 식품알레르기가 있는 경우를 대비해서 급식에서 제공하지 않습니다. 꿀은 보툴리눔균과 독소가 있어서 영아에게는 먹이지 않습니다.



일자				1(목)	2(금)	3(토)
오전간식				샤인머스켓 경기지원과일 및 신선과일	버섯채소죽	제현절
점심	※ 제한식품과 동일한 식품군에 속하는 식품을 선택하기 알레르기 유발 식품 우유 → 우유 및 유제품, 제과제빵류 등 대체 식품 두유 콩 → 두부, 두유, 유부, 된장, 간장, 콩나물 등 밀 → 곡류, 면류, 제과제빵류, 가공식품, 튀김음식, 소스류 등 달걀 → 난류, 제과제빵류, 면류, 소스류 등 돼지고기 → 쇠고기, 흰살 생선 생선 → 두부, 달걀, 쇠고기, 닭고기			현미밥 콩나물맑은국5 돈사태고구마버섯조림 얼무된장무침5 배추김치9(백김치)	백미밥 콩가루배춧국5 미트볼채소조림 숙주김무침 깍두기9(백김치)	
오후간식				김자반채소주먹밥	구운계란&보리차	
저녁				백미밥 감자호박된장국5 닭살가지볶음5.6.15 얼갈이무침 배추김치9(백김치)	굴소스소고기채소볶음 밥 56.15 아욱된장국5 지리멸치조림 배추김치9(백김치)	
일자	5(월)	6(화)	7(수)	8(목)	9(금)	10(토)
오전간식		배 경기지원과일 및 신선과일	콩비지채소죽5	배 경기지원과일 및 신선과일		미숫가루5&우유2
점심		보리밥 순두부계란탕 (알러지:순두부국) 돈육숙주볶음5.10 미역줄기당근볶음 배추김치9(백김치)	<생일잔치> 백미밥 소고기미역국 바비큐닭살채소볶음 부추콩나물무침 배추김치9(백김치)	참쌀밥 팽이버섯무채된장국5 흰살생선가스/타르소스 5.6.1 (알러지:케첩) 오이사와무침 배추김치9(백김치)		유부잔치국수5.6 추가밥 신선과일(바나나) 깍두기((백김치)⑨
오후간식		칼국수5.6	생일케익1.2 (알러지:딸기두부도너츠 2.5.6)	찐감자&보리차		해물파전 5.6.17
저녁		보리밥 유부무된장국5 연양식불고기 2.5.6.16 양배추당근샐러드1 배추김치9(백김치)	수수밥 들깨무챌국 돈육브로컬리볶음10 토마토계란볶음1.13 배추김치9(백김치)	하이라이스 2.5.6.10 청경채된장국5 우영조림 배추김치9(백김치)		
일자	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금)	17(토)
오전간식	누룽지죽	샤인머스켓 경기지원과일 및 신선과일	연두부채소죽5	샤인머스켓 경기지원과일 및 신선과일	두부채소죽	두유5
점심	보리밥 두부감자맑은국5 비엔나메추리알 케첩조림 1.5.6.10.13 (알러지:비엔나조림) 들깨가루브로컬리볶음 배추김치9(백김치)	백미밥 무청시래기된장국5 돈사태무조림10 애호박새우전볶음 (알러지:애호박볶음) 배추김치9(백김치)	닭살자장밥 2.5.6.15 유부무된장국5 당면만두 5.6 배추김치9(백김치)	수수밥 안매운육개장5.16 돈육버섯채소볶음5.6.10 김가루단호박타락묵 채소무침5.6 배추김치9(백김치)	백미밥 청경채된장국5 데리야끼닭살배추볶음 5.6.15 가지당근무침 배추김치9(백김치)	어묵우동5.6 추가밥 신선과일(사과) 배추김치⑨
오후간식	타코야끼1.5.6 (알러지:휘낭시에단호박 5.6)	해물파전 2.5.6.17	고구마뽕1&우유2 (알러지:두유두부도너츠 2.5.6)	물만두5.6.10	찐고구마&보리차	
저녁	백미밥 연두부양파국5 닭살숙주볶음5.15 청경채무침 배추김치9(백김치)	소고기콩나물밥5.16 계란팻국1 어묵채소볶음5.6 배추김치9(백김치)	차조밥 미역국 돼지고기채소볶음5.10 근대무침 깍두기9(백김치)	백미밥 팽이버섯무된장국5 생선가스/타르소스 1.5. 숙주당근무침5 배추김치9(백김치)	현미밥 어묵무맑은국5.6 소고기두부조림5.16 콩나물무침 배추김치9(백김치)	



일자	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)
오전간식	참치채소죽	배 경기지원과일 및 신선과일	미역채소죽	배 경기지원과일 및 신선과일	소고기채소죽16	미숫가루5&우유2
점심	차조밥 두부버섯된장국5 훈제오리부추채소볶음 건파래무침 배추김치9(백김치)	백미밥 닭곰탕5.6.15 미트소스두부조림5.6.13 오이당근무침 배추김치9(백김치)	돈육장조림버터볶음밥 2.5.10 배추된장국5 쌀어묵채소조림5.6 배추김치9(백김치)	현미밥 들깨무쌈국 소고기당면채소볶음5.6. 16 얼갈이무침 배추김치9(백김치)	백미밥 양송이소프 2.5.6 통가슴살치킨까스/ 타르소스 1.2.5.6.13.15.16 (알러지:치킨링5.6.13.15 .16,케첩) 치커리사과 유자청샐러드 배추김치9(백김치)	돈육잡채밥5.6.10 우동장국5.6 미나리배무침 각두기(백김치)9
오후간식	단호박튀김5.6	김자반계란채소주먹밥1 (알러지:김자반채주먹밥)	모듬과일샐러드1 (알러지:모듬과일)	카레우동2.5.6	초코크림빵1.2&우유2 (알러지:두유풍당 휘낭시에 초코)	
저녁	보리밥 숙주맑은국 돼지고기청경채볶음 무청시래기된장무침5 각두기9(백김치)	백미밥 두부호박맑은국5 돈사태고구마조림 새송이느타리버섯볶음 배추김치9(백김치)	현미밥 콩나물맑은국5 순살등심돈까스/소스 2.5.6.10 마카로니콘샐러드1 배추김치9(백김치)	유니자장밥2.5.6.10 청국장5 곤약연근조림 배추김치9(백김치)	참쌀밥 소고기무맑은국16 계란채소말이1 구이김 배추김치9(백김치)	
일자	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)	31(토)
오전간식	계란채소죽1 (알러지:채소죽)	샤인머스켓 경기지원과일 및 신선과일	닭살채소죽15	샤인머스켓 경기지원과일 및 신선과일	대구살채소죽5	브로콜리죽
점심	참쌀밥 근대두부된장국5 로제닭살채소볶음 2.5.6.13.15 청경채당근무침 배추김치9(백김치)	백미밥 미역된장국5 더커진고기완자 1.2.5.6.15,16,18 (알러지:계란옷빼고) 구이김 배추김치9(백김치)	하이라이스 2.5.6.10 두부아욱된장국5 소고기당면채 5.6.16 배추김치9(백김치)	백미밥 콩나물소고기맑은국 5.6.16 베이컨감자채볶음 2.5.6.10 연두부/부추양념장5 배추김치9(백김치)	차조밥 유부호박된장국5 돈수육10 양배추/쌈장5 배추김치9(백김치)	맛살볶음밥1.5.6.8 다시마양파국 신선과일(굴) 배추김치9(백김치)
오후간식	알감자버터구이2	호박소보로빵1.2&우유2 (알러지:달기두부도너츠)	크림감자노끼 2.5.6.10	야채감말이튀김 5.6.16	찐 고구마&보리차	
저녁	백미밥 소고기얼갈이국16 두부강정5 크래미오이초무침 배추김치9(백김치)	수수밥 감자양파된장국5 데리야끼채소닭볶음 5.6.15 브로콜리무침 각두기9(백김치)	백미밥 어린이닭개장5.6.15 돈사태곤약조림5.6.10 얼갈이당근무침 배추김치9(백김치)	유부채소볶음밥 5.6 호박양파된장국 너비아니구이 2.5.6.12.16.10 배추김치9(백김치)	백미밥 순두부백탕5 훈제오리고기채소볶음 아욱된장무침5 배추김치9(백김치)	

원산지 표시						식육/포장육 식육가공품/수산가공품
닭고기	오리고기	쇠고기	돼지고기	배추김치		
국내산	국내산	국내산 한우	국내산	배추 국내산	고춧가루 국내산	
콩(두부류,콩비지,콩국수)		쌀 (백미,현미,흑미,잡쌀)		오징어		연양식불고기: 돼지고기 국산 어묵 : 베트남산,중국산 가다랑어(참치캔) :원양산 미트볼:돼지고기,닭고기 국산 돈까스:돼지고기 국산 너비아니: 돼지고기, 닭고기 국내산 탕수육: 돼지고기 국산 베이컨: 돼지고기 외국산 치킨까스,치킨링:닭고기 국내산 ,생선까스:명태 러시아산 비엔나: 돼지고기 ,닭고기 국산 고기완자:돼지고기 국산
국내산		밥 국내산 죽 국내산 누룽지 국내산 차조,기장,현미,검은콩, 흑미등의 잡곡류 국내산		원양산, 국내산		

※메뉴명 옆에 표시된 숫자는 알레르기 유발 식품 표시입니다.

※기타 육류, 수산물 가공품 원산지표시는 식품제공 시 별도 표시 됩니다.

<알레르기 유발 식품>

①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기⑪복숭아⑫토마토⑬아황산류⑭호두⑮닭고기⑯쇠고기⑰오징어

⑱조개류(굴,전복,홍합포함)⑲잣

※ ⑬아황산류의 경우 많은 가공식품에 포함되어 있기에 별도 표시를 하지 않으니 제공 시 유의하여 주시기 바랍니다.

※ 위 식단은 식재수급이 불가한 사정에 따라 동일한 식품군내의 같은 조리법을 가진 다른 식품으로 변경할 수 있고 변경 될 시에는 변동사항(대체식품)에 기재합니다.