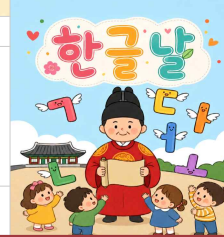


2026년 10월 식단표

오산시
어린이·사회복지급식관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

오전간식죽식형(1~2세)

작성자 : 영양팀

날 짜	★ 이달의 식재료 // : 숙주			1일 (목)		2일 (금)		3일 (토) 개천절				
열량/단백질	— 이달의 식재료 가정통신문으로 편식 예방에 힘써주세요!			400kcal/19g		429kcal/16g		개천절 				
오전간식				김가루달걀죽①		두부청경채죽⑤						
중 식	식품 알레르기 유발식품 번호 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 등) ⑲차 ※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.			쌀밥 맑은애호박국⑤⑥ 파돼지불고기⑤⑥⑩ 브로콜리무침 배추김치⑨		차조밥 맑은아욱국⑤⑥ 쇠고기당근볶음⑤⑥⑩ 가지나물⑤⑥ 깍두기⑨						
오후간식				찐만두⑤⑥⑩		모닝빵①②⑤⑥, 우유②						
날 짜	5일 (월) 대체휴일		6일 (화)		7일 (수)		8일 (목)		9일 (금) 한글날		10일 (토)	
열량/단백질	421kcal/18g		451kcal/18g		419kcal/17g		419kcal/17g		305kcal/9g		미숫가루⑤+우유②	
오전간식	개천절 대체공휴일 		흑임자참쌀죽		새우살배추죽⑨		참나물연근죽		한글날 		우동⑤⑥ 쇠고기주먹밥⑤⑥⑩ 비트채소초무침 후식(굴)	
보리밥			쌀밥		기장밥							
유부된장국⑤⑥			채소당면국⑤⑥		돈육부추국⑤⑥⑩							
오징어두루치기⑤⑥⑦			간장달걀볶음탕⑤⑥⑩		★ 고등어숙주조림⑥⑧⑦							
중 식			오이볶음⑤		취나물무침⑤⑥		들깨무나물⑤					
오후간식			배추김치⑨		깍두기⑨		배추김치⑨					
날 짜	12일 (월)		13일 (화)		14일 (수)		15일 (목)		16일 (금)		17일 (토)	
열량/단백질	425kcal/19g		432kcal/18g		411kcal/14g		424kcal/19g		419kcal/15g		288kcal/13g	
오전간식	가지아욱죽		삼색채소죽		모듬버섯죽		당근파프리카죽		조갯살양파죽⑩		두유⑤	
중 식	차조밥 미역국 쇠고기양송이볶음⑤⑥⑩ 얼갈이나물 깍두기⑨		쌀밥 백짬뽕국⑤⑦ 돼지고기사태찜⑤⑥⑩ 시금치나물 배추김치⑨		기장밥 열무된장국⑤⑥ 치킨까스①②⑤⑥⑩ +머스터드소스①⑤ 코우슬로샐러드①⑤ 깍두기⑨		쌀밥 맑은대구살국 돈육파장볶음⑤⑥⑩ 청경채나물 배추김치⑨		보리밥 쇠고기야브탕⑤⑥⑩ 치즈달걀말이①②⑤ 애호박양파볶음⑤⑥ 깍두기⑨		제육덮밥⑤⑥⑩ 맑은무채국⑤⑥ 배추김치⑨ 후식(파인애플)	
오후간식	해물파전①⑤⑥⑦⑩ 어린이주스		감자메시①⑤, 사과		들깨칼국수⑥		후레쉬버번①②⑤⑥ 우유②		샤인머스켓, 우유②		♡	
날 짜	19일 (월)		20일 (화)		21일 (수)		22일 (목)		23일 (금)		24일 (토)	
열량/단백질	413kcal/18g		436kcal/19g		433kcal/16g		443kcal/20g		424kcal/18g		319kcal/11g	
오전간식	장국죽⑤⑥⑩		달걀소이죽⑩		애호박브로콜리죽		쇠고기부추죽⑩		감자채소죽		미숫가루⑤+우유②	
중 식	쌀밥 완자탕⑤⑥⑩ 삼치구이⑤ 갯잎순볶음⑤⑥ 깍두기⑨		기장밥 맑은시래깃국⑤⑥ 쇠고기장조림⑤⑥⑩ 실곤약채소무침⑤⑥ 배추김치⑨		연두부데리야끼덮밥 ⑤⑥⑩ 맑은배추국⑤⑥ 고구마순나물 깍두기⑨ 후식(떠먹는요구르트②)		차조밥 숙갓된장국⑤⑥ 매실소스달걀볶음⑤⑥⑩ 참나물들기름무침⑤⑥ 배추김치⑨		쌀밥 맑은바지락국⑩ 돼지고기채소볶음⑤⑥⑩ 양배추무침 깍두기⑨		소보로비빔밥①⑤⑥⑩ 콩나물국⑤ 배추김치⑨ 후식(반시)	
오후간식	딸기잼+식빵①②⑤⑥ 멜론		배, 우유②		군만두⑤⑥⑩		삶은달걀①, 식혜		토마토소스스파게티 ⑤⑥⑩		♡	
날 짜	26일 (월)		27일 (화)		28일 (수)		29일 (목)		30일 (금)		31일(토)	
열량/단백질	426kcal/16g		418kcal/14g		435kcal/11g		413kcal/14g		441kcal/17g		298kcal/10g	
오전간식	쇠고기채소죽⑩		흰살생선살양파죽		삼색채소죽		검은콩무죽⑤		오징어치즈죽②⑦		두유⑤	
중 식	기장밥 ★ 숙주황태국⑥ 닭고기당면찜⑤⑥⑩ 파프리카양파볶음⑤ 깍두기⑨		쌀밥 건새우묵국⑤ 사과소스목살구이⑤⑩ 고사리나물⑤⑥ 배추김치⑨		HAPPY BIRTHDAY 쌀밥 쇠고기미역국⑤⑥⑩ 돈까스①②⑤⑥⑩ +소스⑤⑥⑩ 파프리카콘샐러드①⑤ 배추김치⑨		쌀밥 대파달걀국① 오리주물럭⑤⑥ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨		차조밥 맑은채소국⑤⑥ 쇠고기참스테이크 ⑤⑥⑩⑩ 미나리나물 깍두기⑨		오므라이스①⑤⑩ 실파미소국⑤⑥ 배추김치⑨ 후식(키위)	
오후간식	채소전⑤⑥, 오렌지		잔치국수⑤⑥		생일케이크①②⑤⑥		단호박범벅①⑤		샤인머스켓, 우유②		♡	
원산지 표시	쌀(밥, 죽, 누룽지)		콩(두부류, 콩국수, 콩비지)		수산물		김치(얼갈이, 봄동, 물김치포함)					
	국내산		국내산		고등어 : 국내산 명태·동태 : 러시아산 / 오징어 : 국내산		배추 : 국내 산 고춧가루 : 국내 산 (물김치는 배추 원산지, 깍두기는 고춧가루 원산지 작성)					
	쇠고기 * 국내산 쇠고기 및 경우 식육의 종류 작성		돼지고기		닭고기		오리고기		가공식품 * 가공식품의 원산지표시는 센터 조리지침서에 준한 표기임			
	불고기 : 국내산(한우) 국거리 : 호주산		국내산		국내산		국내산		14일 치킨까스 - 닭고기(국내산) 19일 완자 - 돼지고기(국내산) 28일 돈까스 - 돼지고기(국내산)			

* 파란색으로 표기된 메뉴는 1~2세, 3~5세 연령의 특성을 고려하여 다르게 구성되었습니다.

* 보라색으로 표기된 메뉴는 원의 내부사정으로 영양사가 작성한 식단표 외 변경 및 추가되는 메뉴이므로, 제시된 영양소분석(열량/단백질)은 본 식단의 하위 값에 해당됩니다.



즐거운 놀이가 배움이 되는 곳

Kids청호어린이집

2026년 10월 식단표

오산시
어린이·사회복지급식관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

오전간식죽식형(3~5세)

작성자 : 영양팀

날 짜	★ 이달의 식재료 // : 숙주			1일 (목)		2일 (금)		3일 (토) 개천절				
열량/단백질				646kcal/29g		652kcal/23g						
오전간식	— 이달의 식재료 가정통신문으로 편식 예방에 힘써주세요!			김가루달걀죽①		두부청경채죽⑤		개천절				
중 식	식품 알레르기 유발식품 번호			쌀밥		차조밥						
	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우			맑은애호박국⑤⑥		맑은아욱국⑤⑥						
	⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기			파돼지불고기⑤⑥⑩		쇠고기당근볶음⑤⑥⑮						
오후간식	⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 등) ⑲잣			브로콜리무침		가지나물⑤⑥						
	※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로			배추김치⑨		깍두기⑨						
	대부분 식품에 포함되어 있습니다.			찐만두⑤⑥⑩		모닝빵①②⑤⑥, 우유②						
날 짜	5일 (월) 대체휴일		6일 (화)		7일 (수)		8일 (목)		9일 (금) 한글날		10일 (토)	
열량/단백질			647kcal/28g		659kcal/26g		609kcal/25g				413kcal/12g	
오전간식	개천절 대체공휴일		흑임자찰쌀죽		새우살배추죽⑨		참나물연근죽		한글날		미숫가루⑤+우유②	
보리밥			쌀밥		기장밥							
유부된장국⑤⑥			채소당면국⑤⑥		돈육부추국⑤⑥⑩							
중 식			오징어두루치기⑤⑥⑰		간장닭볶음탕⑤⑥⑮		★고등어숙주조림⑥⑥⑦				우동⑤⑥	
			오이볶음⑤		취나물무침⑤⑥		들깨무나물⑤				쇠고기주먹밥⑤⑥⑩	
			배추김치⑨		깍두기⑨		배추김치⑨				비트채소초무침 후식(굴)	
오후간식			수제비⑥		카스테라①②⑤⑥ 우유②		샤인머스켓, 우유②				♥	
날 짜	12일 (월)		13일 (화)		14일 (수)		15일 (목)		16일 (금)		17일 (토)	
열량/단백질	629kcal/29g		664kcal/28g		632kcal/22g		618kcal/28g		610kcal/22g		411kcal/18g	
오전간식	가지아욱죽		삼색채소죽		모듬버섯죽		당근파프리카죽		조갯살양파죽⑮		두유⑤	
중 식	차조밥		쌀밥		기장밥		쌀밥		보리밥		제육덮밥⑤⑥⑩	
	미역국		백짬뽕국⑤⑰		열무된장국⑤⑥		맑은대구살국		쇠고기샤브탕⑤⑥⑩		맑은무채국⑤⑥	
	쇠고기양송이볶음⑤⑥⑩		돼지고기사태찜⑤⑥⑩		치킨까스①②⑤⑥⑮		돈육짜장볶음⑤⑥⑩		치즈달걀말이①②⑤		배추김치⑨	
오후간식	얼갈이나물		시금치나물		+머스터드소스①⑤		청경채나물		애호박양파볶음⑤⑨		후식(파인애플)	
	깍두기⑨		배추김치⑨		코우솔로샐러드①⑤		배추김치⑨		깍두기⑨			
	해물파전①⑤⑥⑰⑱ 어린이주스		감자메시①⑤, 사과		들깨칼국수⑥		마들렌①②⑤⑥, 우유②		샤인머스켓, 우유②		♥	
날 짜	19일 (월)		20일 (화)		21일 (수)		22일 (목)		23일 (금)		24일 (토)	
열량/단백질	636kcal/28g		635kcal/28g		618kcal/22g		626kcal/29g		653kcal/27g		434kcal/15g	
오전간식	장국죽⑤⑥⑩		닭살오이죽⑮		애호박브로콜리죽		쇠고기부추죽⑩		감자채소죽		미숫가루⑤+우유②	
중 식	쌀밥		기장밥		연두부데리야끼덮밥 ⑤⑥⑩		차조밥		쌀밥		소보로비빔밥①⑤⑥⑩	
	완자탕⑤⑥⑩		맑은시래깃국⑤⑥		맑은배추국⑤⑥		쏙갠된장국⑤⑥		맑은바지락국⑮		콩나물국⑤	
	삼치구이⑤		쇠고기장조림⑤⑥⑩		고구마순나물		매실소스닭살볶음⑤⑥⑮		돼지고기채소볶음 ⑤⑥⑩⑮		배추김치⑨	
오후간식	깻잎순볶음⑤⑥		실곤약채소무침⑤⑥		깍두기⑨		참나물들기름무침⑤⑥		양배추무침		후식(반시)	
	깍두기⑨		배추김치⑨		후식(떠먹는요구르트②)		배추김치⑨		깍두기⑨			
	딸기잼+식빵①②⑤⑥ 멜론		배, 우유②		군만두⑤⑥⑩		삶은달걀①, 식혜		토마토소스스파게티 ⑤⑥⑫		♥	
날 짜	26일 (월)		27일 (화)		28일 (수)		29일 (목)		30일 (금)		31일(토)	
열량/단백질	656kcal/25g		645kcal/22g		669kcal/17g		636kcal/21g		643kcal/24g		427kcal/13g	
오전간식	쇠고기채소죽⑩		흰살생선살양파죽		삼색채소죽		검은콩무죽⑤		오징어치즈죽②⑰		두유⑤	
중 식	기장밥		쌀밥		HAPPY BIRTHDAY 쌀밥		쌀밥		차조밥		오므라이스①⑤⑫	
	★숙주왕탕국⑥		건새우묵국⑨		쇠고기미역국⑤⑥⑩		대파달걀국①		맑은채소국⑤⑥		실파미소국⑤⑥	
	닭고기당면찜⑤⑥⑮		사과소스목살구이⑤⑩		돈까스①②⑤⑥⑩		오리주물럭⑤⑥		쇠고기참스테이크 ⑤⑥⑫⑰		배추김치⑨	
오후간식	파프리카양파볶음⑤		고사리나물⑤⑥		+소스⑤⑥⑫		시금치깨소스무침⑤⑥		미나리나물		후식(키위)	
	깍두기⑨		배추김치⑨		파프리카콘샐러드①⑤		배추김치⑨		깍두기⑨			
	채소전⑤⑥, 오렌지		잔치국수⑤⑥		생일케이크①②⑤⑥		단호박범벅①⑤		샤인머스켓, 우유②		♥	
원산지 표시	쌀(밥, 죽, 누룽지)		콩(두부류, 콩국수, 콩버찌)		수산물		김치(얼갈이, 봄동, 물김치포함)					
	국내산		국내산		고등어 : 국내산 명태·동태 : 러시아산 / 오징어 : 국내산		배추 : 국내 산 고춧가루 : 국내 산 (물김치는 배추 원산지, 깍두기는 고춧가루 원산지 작성)					
	쇠고기 * 국내산 쇠고기의 경우 식육의 종류 작성		돼지고기		닭고기		오리고기		가공식품 * 가공식품의 원산지표시는 센터 조리지침서에 준한 표기임			
	불고기 : 국내산(한우) 국거리 : 호주산		국내산		국내산		국내산		14일 치킨까스 - 닭고기(국내산) 19일 완자 - 돼지고기(국내산) 28일 돈까스 - 돼지고기(국내산)			

* 파란색으로 표기된 메뉴는 1~2세, 3~5세 연령의 특성을 고려하여 다르게 구성되었습니다.

* 보라색으로 표기된 메뉴는 원의 내부사정으로 영양사가 작성한 식단표 외 변경 및 추가되는 메뉴이므로, 제시된 영양소분석(열량/단백질)은 본 식단의 하위 값에 해당됩니다.



즐거운 놀이가 배움이 되는 곳

Kids청호어린이집

2026년 10월 식단표 (야간연장형)

오산시
어린이·사회복지급식관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

석식형(1~2세)

작성자 : 영양팀

날 짜	식품 알레르기 유발식품 번호				1일 (목)	2일 (금)
열량/단백질					247kcal/10g	274kcal/11g
석 식	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 등) ⑲자 ※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.				쌀밥 감자국⑤⑥ 닭고기채소볶음⑤⑥⑮ 느타리버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨	보리밥 복숭아국 돼지고기버섯나물⑤⑥⑩ 미역줄기볶음⑤ 배추김치⑨
날 짜	5일 (월) 대체휴일	6일 (화)	7일 (수)	8일 (목)	9일 (금) 한글날	
열량/단백질		267kcal/7g	248kcal/9g	256kcal/9g		
석 식		쌀밥 맑은단호박국 돼지고기수육⑤⑥⑩ 얼갈이들기름무침⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 맑은썩갓못국 미트볼토마토소스조림 ⑤⑥⑩⑫⑮ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 맑은시금치국 쇠고기파프리카볶음 ⑤⑥⑬ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨		
날 짜	12일 (월)	13일 (화)	14일 (수)	15일 (목)	16일 (금)	
열량/단백질	254kcal/10g	257kcal/11g	242kcal/9g	250kcal/10g	242kcal/13g	
석 식	쌀밥 만둣국⑤⑥⑩ 가지미구이⑤ 고구마순볶음⑤⑥ 배추김치⑨	보리밥 맑은유부국⑤⑥ 닭살데리야끼조림⑤⑥ ⑮ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기⑨	쇠고기채소볶음밥 ⑤⑥⑬ 맑은숙주국 미나리나물 배추김치⑨ 후식(굴)	기장밥 토란달걀국① 마파두부⑤⑥⑩ 가지볶음⑤⑥ 깍두기⑨	쌀밥 채소된장국⑤⑥ 돼지고기볶음⑤⑥⑩⑫ 브로콜리나물 배추김치⑨	
날 짜	19일 (월)	20일 (화)	21일 (수)	22일 (목)	23일 (금)	
열량/단백질	242kcal/11g	248kcal/12g	250kcal/12g	255kcal/10g	241kcal/10g	
석 식	차조밥 취나물들깨국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑮ 무나물 배추김치⑨	쌀밥 팽이버섯된장국⑤⑥ 돈육찜쌀구이⑤⑥⑩ 곤드레나물볶음⑤⑥ 깍두기⑨	보리밥 맑은오징어국⑬ 쇠불고기⑤⑥⑬ 열무나물 배추김치⑨	쌀밥 맑은근대국⑤⑥ 함박스테이크①⑤⑥⑩⑬ +소스⑤⑥⑫ 양상추샐러드①②⑤ 깍두기⑨	기장밥 쇠고기미역국⑬ 우유달걀찜①② 시래기된장나물⑤⑥ 배추김치⑨	
날 짜	26일 (월)	27일 (화)	28일 (수)	29일 (목)	30일(금)	
열량/단백질	289kcal/13g	241kcal/11g	245kcal/14g	267kcal/12g	244kcal/10g	
석 식	짜장밥⑤⑥⑩ 맑은청경채국 오이나물 배추김치⑨ 후식(떠먹는요구르트②)	차조밥 아욱된장국⑤⑥ 닭고기우렁볶음⑤⑥⑮ 양배추나물 깍두기⑨	쌀밥 맑은건홍합국⑬ 쇠고기채소조림⑤⑥⑬ 깻잎순나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 돈육배추국⑤⑥⑩ 임연수카레구이⑤⑥ 감자채볶음⑤ 깍두기⑨	쌀밥 부추미소국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑮ 애호박나물⑨ 배추김치⑨	
원산지 표시	쌀(밥, 죽, 누룽지)	콩(두부류, 콩국수, 콩비지)	수산물		김치(얼갈이, 봄동, 물김치포함)	
	국내산	국내산	오징어 : 국내산		배추: 국내 산 고춧가루: 국내 산 (물김치는 배추 원산지, 깍두기는 고춧가루 원산지 작성)	
	쇠고기 * 국내산 쇠고기 경우 식육의 종류 작성	돼지고기	닭고기	오리고기	가공식품 * 가공식품의 원산지표시는 센터 조리지침서에 준한 표기입니다.	
	불고기 : 국내산(한우) 국거리 : 호주산	국내산	국내산	국내산	7일 미트볼 - 돼지고기(국내산), 닭고기(국내산) 22일 함박스테이크 - 돼지고기(국내산), 쇠고기(국내산)	

* 파란색으로 표기된 메뉴는 1~2세, 3~5세 연령의 특성을 고려하여 다르게 구성되었습니다.

* 보라색으로 표기된 메뉴는 원의 내부사정으로 영양사가 작성한 식단표 외 변경 및 추가되는 메뉴이므로, 제시된 영양소분석(열량/단백질)은 본 식단의 하위 값에 해당됩니다.

2026년 10월 식단표 (야간연장형)

오산시
어린이·사회복지급식관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

석식형(3~5세)

작성자 : 영양팀

날 짜	식품 알레르기 유발식품 번호		1일 (목)	2일 (금)	
열량/단백질			380kcal/16g	421kcal/17g	
석 식	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 등) ⑲잣 ※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.		보리밥 감자국⑤⑥ 닭고기채소볶음⑤⑥⑮ 느타리버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨	쌀밥 복엇국 돼지갈비구이⑤⑥⑩ 미역줄기볶음⑤ 배추김치⑨	
날 짜	5일 (월) 대체휴일	6일 (화)	7일 (수)	8일 (목)	9일 (금) 한글날
열량/단백질		390kcal/16g	382kcal/14g	394kcal/14g	
석 식		쌀밥 맑은단호박국 돼지고기수육⑤⑥⑩ 얼갈이들기름무침⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 맑은쑥갓묵국 미트볼토마토소스조림 ⑤⑥⑩⑫⑮ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 맑은시금치국 쇠고기파프리카볶음 ⑤⑥⑮ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨	
날 짜	12일 (월)	13일 (화)	14일 (수)	15일 (목)	16일 (금)
열량/단백질	390kcal/16g	396kcal/17g	371kcal/14g	384kcal/15g	373kcal/20g
석 식	쌀밥 만둣국⑤⑥⑩ 가자미구이⑤ 고구마순볶음⑤⑥ 배추김치⑨	보리밥 맑은유부국⑤⑥ 닭살데리야끼조림⑤⑥ ⑮ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기⑨	쇠고기채소볶음밥 ⑤⑥⑮ 맑은숙주국 미나리나물 배추김치⑨ 후식(굴)	기장밥 토란달걀국① 마파두부⑤⑥⑩⑮ 가지볶음⑤⑥⑮ 깍두기⑨	쌀밥 채소된장국⑤⑥ 돼지고기묵침⑤⑥⑩⑫ 브로콜리나물 배추김치⑨
날 짜	19일 (월)	20일 (화)	21일 (수)	22일 (목)	23일 (금)
열량/단백질	372kcal/17g	381kcal/19g	385kcal/18g	393kcal/15g	370kcal/16g
석 식	차조밥 취나물들깨국⑤⑥ 간장달걀비⑤⑥⑮ 무나물 배추김치⑨	쌀밥 팽이버섯된장국⑤⑥ 돈육찜쌀구이⑤⑥⑩ 곤드레나물볶음⑤⑥ 깍두기⑨	보리밥 맑은오징어국⑰ 쇠불고기⑤⑥⑮ 열무나물 배추김치⑨	쌀밥 맑은근대국⑤⑥ 함박스테이크①⑤⑥⑩⑮ +소스⑤⑥⑫ 양상추샐러드①②⑤ 깍두기⑨	기장밥 쇠고기미역국⑮ 우유달걀찜①② 시래기된장나물⑤⑥ 배추김치⑨
날 짜	26일 (월)	27일 (화)	28일 (수)	29일 (목)	30일(금)
열량/단백질	396kcal/17g	370kcal/17g	423kcal/18g	411kcal/19g	376kcal/16g
석 식	짜장밥⑤⑥⑩ 맑은청경채국 오이나물 배추김치⑨ 후식(떠먹는요구르트②)	차조밥 아욱된장국⑤⑥ 닭고기우엉볶음⑤⑥⑮ 양배추나물 깍두기⑨	쌀밥 맑은건홍합국⑮ 쇠고기채소조림⑤⑥⑮ 깻잎순나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 돈육배춧국⑤⑥⑩ 임연수카레구이⑤⑥ 감자채볶음⑤ 깍두기⑨	쌀밥 부추미소국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑮ 애호박나물⑨ 배추김치⑨

원산지 표시	쌀(밥, 죽, 누룽지)	콩(두부류, 콩국수, 콩버찌)	수산물		김치(얼갈이, 봄동, 물김치포함)
	국내산	국내산	오징어 : 국내산		배추: 국내 산 고춧가루: 국내 산 (물김치는 배추 원산지, 깍두기는 고춧가루 원산지 작성)
	쇠고기 * 국내산 쇠고기 경우 식육위 종류 작성	돼지고기	닭고기	오리고기	가공식품 * 가공식품의 원산지표시는 센터 조리지침서에 준한 표기입니다.
	불고기 : 국내산(한우) 국거리 : 호주산	국내산	국내산	국내산	7일 미트볼 - 돼지고기(국내산), 닭고기(국내산) 22일 함박스테이크 - 돼지고기(국내산), 쇠고기(국내산)

* 파란색으로 표기된 메뉴는 1~2세, 3~5세 연령의 특성을 고려하여 다르게 구성되었습니다.

* 보라색으로 표기된 메뉴는 원의 내부사정으로 영양사가 작성한 식단표 외 변경 및 추가되는 메뉴이므로, 제시된 영양소분석(열량/단백질)은 본 식단의 하위 값에 해당됩니다.