

일자(요일)	이달의  푸드브릿지 식재료 <청경채>			1(목)	2(금)	3(토) 개천절
오전간식				골드키위	수제바나나우유	
점심	 ▶ 푸드브릿지란? 편식 식재료를 단계별로 다양한 음식을 제공하여 싫어하는 음식을 친숙하게 만드는 방법이에요! ▶ 청경채는, ① 비타민C가 풍부해서 면역력을 증진시켜 줘요! ② 칼슘이 풍부해서 뼈의 생성과 유지에 도움을 줘요! ③ 비닐봉지에 밀봉하여 냉장 보관 하는 것이 좋아요!			백미밥 근대된장국 닭볶음탕 연근조림 깍두기	수수밥 유부맑은국 소고기단호박조림 참나물무침 배추김치	
오후간식				간장비빔국수	꿀설기 보리차	
일자(요일)	5(월) 대체 휴일	6(화)	7(수)	8(목)	9(금) 한글날	10(토)
오전간식		배	 청경채죽	야채스틱&치즈		우유
점심		차조밥 미소장국 돼지고기수육 오이무침 깍두기	가지밥+양념장 미역국 소고기채소볶음 잔멸치조림 배추김치	흑미밥 맑은배춧국 고등어구이 김자반 깍두기		닭살골소스볶음밥 수제빔국 고사리나물 깍두기
오후간식		찐감자 프리미엄요구르트	단팥빵 우유	궁중떡볶이		
일자(요일)	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금)	17(토)
오전간식	모닝빵 우유	사과	바나나	거봉포도	XO요구르트	우유
점심	백미밥 오징어국 치즈달걀찜 미역줄기볶음 배추김치	발아현미밥 순두부백탕 훈제오리양파볶음 숙주나물 깍두기	꼬마김밥 유기농과일주스 한살림딸기롤과자	백미밥 아욱된장국 너비아니구이 새우살애호박볶음 깍두기	 돼지고기청경채덮밥 버섯전골 어묵조림 단무지무침 배추김치	< 국 없는 날 > 참치깻잎비빔밥 맑은송송 달걀프라이 깍두기
오후간식	야채전	찐고구마 보리차	오징어먹물소세지빵 우유	잔멸치주먹밥 동굴레차	무지개설기 보리차	
일자(요일)	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)
오전간식	한살림곡물플레이크 우유	단감	소고기야채죽	배	키즈야채	우유
점심	백미밥 소고기무국 두부조림 취나물볶음 배추김치	수수밥 우동장국 돈가스+소스 양배추샐러드 깍두기	닭살파프리카볶음밥 맑은콩나물국 브로콜리개소스무침 우엉조림 배추김치	차조밥 시금치된장국 오징어두루치기 콩나물무침 깍두기	 백미밥 어묵국  소고기청경채볶음 가지나물 배추김치	새우살덮밥 우거지국 버섯나물 깍두기
오후간식	한살림물만두	찐단호박 오렌지망고주스	곡물식빵(+딸기잼) 우유	고구마맛탕	바람떡 동굴레차	
일자(요일)	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)	31(토)
오전간식	옥수수스틱	굴	당근수프	사과	슈퍼100요플레	우유
점심	발아현미밥 애호박맑은국 맥반석달걀장조림 무생채 배추김치	백미밥 미역국 소고기숙주볶음 시금치나물무침 깍두기	자장밥 달걀국 고기완자구이 방울토마토 배추김치	흑미밥 온도토리묵국 닭갈비  청경채나물 깍두기	백미밥 된장찌개 돼지사태찜 상추사과무침 배추김치	< 국 없는 날 > 소고기미나리볶음밥 맑은송송 파프리카무침 깍두기
오후간식	우동	찐고구마 보리차	메이플치즈빵 우유	토마토스파게티	증편 보리차	

★ 뽕/가시는 전부 제거하여 제공 (한살림 순살생선 사용).
 [빵, 떡, 과일 등] 표면이 미끄럽고 질식 위험이 있는 음식들은 잘게 자르고 교사의 관찰 아래 안전하게 제공합니다..

원산지 표시	쌀 (밥/죽/누룽지) (백미/찰쌀/현미/흑미/수수/가장)	콩	배추김치		쇠고기 (한우)	돼지고기	닭고기	수산물		
		두부류	고춧가루	배추				새우살	오징어	고등어
		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		너비아니 (돼지고기)	훈제오리	고기완자	돈가스	수산물가공품	잔멸치	어묵	쓰윰(다량어)	
	식육가공품	국내산	국내산	외국산	외국산		국내산	명태:미국산	일본산	