

일자(요일)	<식단 안내사항 및 설명> 저장 후, QR을 길게 눌러 확인해 주세요	이달의  푸드브릿지 식재료 <청경채>		1(목)	2(금)	
오전간식				바나나, 유기농두유⑤	당근수프②⑤⑥⑬⑭	
점심		▶ 푸드브릿지란? 편식 식재료를 단계별로 다양한 음식을 제공하여 싫어하는 음식을 친숙하게 만드는 방법이에요!		백미밥 근대된장국⑤⑥ 닭볶음탕⑤⑥⑬ 연근유자청무침 깍두기⑨ (만0,1세 동치미) 간장비빔국수⑤⑥ 486/19	수수밥 유부맑은국⑤⑥ 소고기단호박조림⑤⑥⑬ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨ (만0,1세 백김치⑨) 잔멸치주먹밥⑤, 매실차 473/18	
오후간식		▶ 청경채는, ① 비타민C가 풍부해서 면역력을 증진시켜 줘요! ② 칼슘이 풍부해서 뼈의 생성과 유지에 도움을 줘요! ③ 비닐봉지에 밀봉하여 냉장 보관 하는 것이 좋아요!				
열량/단백질 (kcal/g)						
일자(요일)	5(월) 대체 휴일	6(화)	7(수)	8(목)	9(금) 한글날	
오전간식		배, 유기농플레인요거트②	삼계죽⑬	키위, 유기농두유⑤		
점심		백미밥 미소장국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 오이무침⑤⑥ 깍두기⑨ (만0,1세 동치미) 찐감자 유기농우유② 429/22	< 국 없는 날 > 가지밥+양념장⑤⑥ 맑은송농 소고기채소볶음⑤⑥⑬ 배추김치⑨ (만0,1세 백김치⑨) 건강과일 밤식빵①②④⑤⑥ 유기농우유② 520/23	흑미밥 콩나물배춧국⑤⑨ 가자미구이⑤⑥ 열무나물⑤⑥ 깍두기⑨ (만0,1세 동치미) 오크시리얼⑤⑥ 유기농우유② 437/19		
오후간식						
열량/단백질 (kcal/g)						
일자(요일)	12(월)	13(화)	14(수)	15(목) 생일잔치	16(금)	
오전간식	소고기채소죽⑤⑥⑬	거봉 유기농플레인요거트②	누룽지죽	사과, 유기농두유⑤	참깨죽	
점심	발아현미밥 오징어국⑤⑥⑬ 치즈달걀찜①② 깻잎나물⑤⑥ 배추김치⑨ (만0,1세 백김치⑨)	백미밥 순두부백탕⑤⑥ 훈제오리양파볶음⑤ 숙주나물⑤⑥ 깍두기⑨ (만0,1세 동치미)	 돼지고기청경채덮밥 ⑤⑥⑩ 버섯전골⑤⑥ 어묵조림⑤⑥ 배추김치⑨ (만0,1세 백김치⑨) 건강과일	백미밥 소고기미역국⑤⑥⑬ 치킨너겟①②⑤⑥⑬⑭ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨ (만0,1세 백김치⑨)	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 소고기참스테이크⑤⑥⑬⑭ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨ (만0,1세 동치미) 우영주먹밥⑤⑥ 둥굴레차	
오후간식	잔치국수⑤⑥	찐고구마 유기농우유②	후레쉬번①②⑤⑥ 유기농우유②	카스테라①②⑤⑥ 유기농우유②		
열량/단백질 (kcal/g)	455/21	482/20	429/16	464/15	504/18	
일자(요일)	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	
오전간식	달걀채소죽①⑤⑥	바나나 유기농플레인요거트②	흰살생선죽⑤⑥	단감, 유기농두유⑤	치즈감자죽②	
점심	수수밥 감장국⑤⑥ 두부조림⑤⑥ 취나물볶음⑤⑥ 배추김치⑨ (만0,1세 백김치⑨)	백미밥 우동장국⑤⑥ 돈가스+소스①⑤⑥⑩⑫ 양배추샐러드⑤⑥ 깍두기⑨ (만0,1세 동치미)	< 국 없는 날 > 닭살파프리카볶음밥⑤⑥⑬ 맑은송농 브로콜리깨소스무침⑤⑥ 배추김치⑨ (만0,1세 백김치⑨) 건강과일	백미밥 시금치된장국⑤⑥ 오징어두루치기⑤⑥⑬ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨ (만0,1세 동치미)	차조밥 복덕국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑬ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨ (만0,1세 백김치⑨)	
오후간식	부침개①⑤⑥ 매실차	꼬마김밥①⑤⑥ 유기농우유②	식빵(+잼)①②⑤⑥ 유기농우유②	토마토스파게티 ②⑤⑥⑬⑭⑮⑯	찐만두⑤⑥⑩ 유기농우유②	
열량/단백질 (kcal/g)	420/12	503/21	420/17	479/21	491/21	
일자(요일)	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)	
오전간식	양배추죽⑤⑥	배, 유기농플레인요거트②	흑임자죽	굴, 유기농두유⑤	 청경채죽⑤⑥	
점심	발아현미밥 애호박맑은국⑤⑥ 메추리알장조림①⑤⑥ 무생채 배추김치⑨ (만0,1세 백김치⑨)	백미밥 미역국⑤⑥ 소고기숙주볶음⑤⑥⑬ 열갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨ (만0,1세 동치미)	자장밥②⑤⑥⑩⑬⑯ 달걀국①⑤⑥ 동그랑땡구이⑤⑥⑩ 배추김치⑨ (만0,1세 백김치⑨) 건강과일	백미밥 온도토리묵국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑮  청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨ (만0,1세 동치미)	흑미밥 된장찌개⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨ (만0,1세 백김치⑨)	
오후간식	 삼색유부주먹밥⑤⑥,유자차	찐감자, 유기농우유②	핑거스틱①②⑤⑥ 유기농우유②	고구마맛탕⑤, 유기농우유②	오크시리얼⑤⑥ 유기농우유②	
열량/단백질 (kcal/g)	420/11	438/18	481/18	489/20	450/16	

★ 뽕/가시는 전부 제거하며, [견과류, 빵, 떡, 과일 등] 표면이 날카롭거나 미끄럽고 질식 위험이 있는 음식들은 잘게 자르고 교사의 관찰 아래 안전하게 제공해 주시기 바랍니다.

★ 알레르기 유발 식품 표시: 알레르기 반응을 보이는 아동에게는 해당 식품이 들어간 식품 및 가공식품에 각별한 주의를 요함
 알레르기 유발 ①난류(가금류에 한함) ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 *⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어
 식품 표시 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 (*특별히 알레르기가 있는 영유아의 경우 들깨메뉴 제공 시 주의해 주세요)
 * 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.

원산지 표시	쌀 (반죽/누룽지) (백미/찰쌀/중미/흑미/수유/가장)	콩	김치	소고기 (빨간색 표시)			돼지고기	닭고기	오리 고기	수산물		
		두부류	고춧가루	배추	한우	육우	젓소			고등어	오징어	명태
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	러시아산
	식육가공품	너비아니[15일] (소고기/돼지고기)		돈가스[20일] (돼지고기)		동그랑땡[28일] (돼지고기)		수산물가공품			참치(캔)[17일] (다랑어)	
		국내산		국내산		국내산		국내산			원양산	

★ 가공식품의 항목은 발주 품목에 따라 매달 달라질 수 있으므로 필요시 해당하는 종류로 수정 및 삭제하고, 제품의 원산지 및 알레르기 유발 식품 표시를 확인 후 기재 바랍니다.