

일자/요일	이달의  푸드브릿지 식재료			1(목)	2(금)	3(토) 개천절
오전간식	<청경채>			수제바나나우유②	키위 치즈②	
점심	▶ 푸드브릿지란? 편식 식재료를 단계별로 다양한 음식을 제공하여 싫어하는 음식을 친숙하게 만드는 방법이에요! ▶ 청경채는, ① 비타민C가 풍부해서 면역력을 증진시켜 줘요! ② 칼슘이 풍부해서 뼈의 생장과 유지에 도움을 줘요! ③ 비닐봉지에 밀봉하여 냉장 보관을 하는 것이 좋아요!			백미밥 근대된장국⑤⑥ 달북음탕⑤⑥⑬ 연근유자청무침 깍두기⑨	수수밥 유부맑은국⑤⑥ 소고기단호박조림⑤⑥⑬ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식				비빔국수⑤⑥	잔멸치주먹밥⑤/매실차	
열량/단백질 (kcal/g)				721/28	668/28	
일자/요일	5(월) 대체 휴일	6(화) 	7(수)	8(목)	9(금) 한글날	10(토)
오전간식		포도 우유②	배 플레인요거트②	당근수프 ②⑤⑥⑬⑭		우유②
점심		백미밥 미역국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	< 국 없는 날 > 가지밥+양념장⑤⑥ 맑은송농 소고기채소볶음⑤⑥⑬ 배추김치⑨	흑미밥 콩나물배춧국⑤⑨ 고등어구이⑤⑥⑦ 열무나물⑤⑥ 깍두기⑨		달걀굴소스볶음밥⑤⑥⑬⑭ 수제빫국⑤⑥ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식		케이크①②⑤⑥ 우유②	소보로빵①②④⑤⑥ 우유②	오곡시리얼⑤⑥ 우유②		
열량/단백질 (kcal/g)		737/27	750/31	732/26		471/17
일자/요일	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금) 운동회	17(토)
오전간식	사과 우유②	누룽지죽	당근스틱 플레인요거트②	우유미숫가루②⑤⑥		우유②
점심	백미밥 오징어국⑤⑥⑦ 치즈달걀찜①② 시금치무침⑤⑥ 배추김치⑨	발아현미밥 순두부백탕⑤⑥ 훈제오리양파볶음⑤ 숙주나물⑤⑥ 깍두기⑨	 돼지고기청경채덮밥 ⑤⑥⑩ 버섯전골⑤⑥ 어묵조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑩⑬ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨		< 국 없는 날 > 참치깻잎비빔밥⑤⑥ 맑은송농 달걀프라이①⑤ 깍두기⑨
오후간식	채소튀김⑤⑥ 보리차	찐고구마 우유②	후레쉬번①②⑤⑥ 우유②	우영주먹밥⑤⑥ 둥굴레차		
열량/단백질 (kcal/g)	651/28	709/27	658/29	681/26		485/24
일자/요일	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)
오전간식	키위 우유②	현살생선죽⑤⑥	바나나 플레인요거트②	수제고구마우유②	단감 치즈②	우유②
점심	백미밥 감장국⑤⑥ 두부조림⑤⑥ 취나물볶음⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 우동장국⑤⑥ 돈가스+소스①⑤⑥⑩⑬ 양배추샐러드⑤⑥ 깍두기⑨	< 국 없는 날 > 달걀파프리카볶음밥⑤⑥⑬ 맑은송농 브로콜리깨소스무침⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 시금치된장국⑤⑥ 오징어두리치기⑤⑥⑦ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 복어국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑬ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨	새우살덮밥⑤⑥⑨ 우거지국⑤⑥ 버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	부침개①⑤⑥ 매실차	찐단호박 우유②	곡물식빵(+잼)①②⑤⑥⑬ 우유②	토마토스파게티 ②⑤⑥⑬⑭⑮⑯	군만두⑤⑥⑩/우유②	
열량/단백질 (kcal/g)	672/22	656/28	657/28	697/31	731/34	379/17
일자/요일	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)	31(토)
오전간식	굴 우유②	흑임자죽	오이스틱 플레인요거트②	양파수프 ②⑤⑥⑬⑭	사과 치즈②	우유②
점심	발아현미밥 애호박맑은국⑤⑥ 달걀장조림①⑤⑥ 무생채 배추김치⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 소고기숙부볶음⑤⑥⑬ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	자장밥②⑤⑥⑩⑬⑭ 달걀국①⑤⑥ 동그랑땡구이⑤⑥⑩ 배추김치⑨	흑미밥 온도토리묵국⑤⑥ 달걀비⑤⑥⑬  청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 된장찌개⑤⑥ 돼지사태찜⑤⑥⑩ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨	< 국 없는 날 > 소고기미나리볶음밥⑤⑥⑬ 맑은송농 파프리카무침⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	삼색유부주먹밥⑤⑥ 보리차	찐감자 우유②	치즈빵①②⑤⑥ 우유②	고구마맛탕⑤ 우유②	칼국수⑤⑥	
열량/단백질 (kcal/g)	650/23	680/25	749/30	740/28	669/26	463/15

원산지표시	쌀 (밥/죽/누룽지) (백미/찰쌀/현미/수수/가장)	콩	배추김치		쇠고기	돼지고기	오리고기	닭고기	수산물		
		두부류	고춧가루	배추	한우				오징어	고등어	명태
	국내산 무농약	국내산	국내산	국내산	무항생제 국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	식육가공품	너비아니 (소고기/돼지고기)	국내산	돈가스 (돼지고기/소고기)	국내산/국내산	동그랑땡[28일] (돼지고기)	국내산	수산물가공품	쫄면 (다량어)	원양산	참치(캔) (다량어)

일자/요일	이달의  푸드브릿지 식재료			1(목)	2(금)	3(토) 개천절
오전간식	<청경채>			수제바나나우유②	키위 치즈②	
점심	▶ 푸드브릿지란? 편식 식재료를 단계별로 다양한 음식을 제공하여 싫어하는 음식을 친숙하게 만드는 방법이에요! ▶ 청경채는, ① 비타민C가 풍부해서 면역력을 증진시켜 줘요! ② 칼슘이 풍부해서 뼈의 생장과 유지에 도움을 줘요! ③ 비닐봉지에 밀봉하여 냉장 보관을 하는 것이 좋아요!			백미밥 근대된장국⑤⑥ 달북음탕⑤⑥⑬ 연근유자청무침 깍두기⑨	수수밥 유부맑은국⑤⑥ 소고기단호박조림⑤⑥⑬ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식				비빔국수⑤⑥	잔멸치주먹밥⑤/매실차	
열량/단백질 (kcal/g)				469/18	434/18	
일자/요일	5(월) 대체 휴일	6(화)	7(수)	8(목)	9(금) 한글날	10(토)
오전간식		포도 우유②	배 플레인요거트②	당근수프 ②⑤⑥⑬⑭		우유②
점심		백미밥 미역국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	< 국 없는 날 > 가지밥+양념장⑤⑥ 맑은송송 소고기채소볶음⑤⑥⑬ 배추김치⑨	흑미밥 콩나물배춧국⑤⑨ 고등어구이⑤⑥⑦ 열무나물⑤⑥ 깍두기⑨		달걀굴소스볶음밥⑤⑥⑬⑭ 수제빫국⑤⑥ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식		케이크①②⑤⑥ 우유②	소보로빵①②④⑤⑥ 우유②	오곡시리얼⑤⑥ 우유②		
열량/단백질 (kcal/g)		423/20	495/20	475/17		306/11
일자/요일	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금) 운동회	17(토)
오전간식	사과 우유②	누룽지죽	당근스틱 플레인요거트②	우유미숫가루②⑤⑥		우유②
점심	백미밥 오징어국⑤⑥⑦ 치즈달걀찜①② 시금치무침⑤⑥ 배추김치⑨	발아현미밥 순두부백탕⑤⑥ 훈제오리양파볶음⑤ 숙주나물⑤⑥ 깍두기⑨	 돼지고기청경채덮밥 ⑤⑥⑩ 버섯전골⑤⑥ 어묵조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑩⑬ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨		< 국 없는 날 > 참치깻잎비빔밥⑤⑥ 맑은송송 달걀프라이①⑤ 깍두기⑨
오후간식	채소튀김⑤⑥ 보리차	찐고구마 우유②	후레쉬번①②⑤⑥ 우유②	우영주먹밥⑤⑥ 둥굴레차		
열량/단백질 (kcal/g)	423/18	460/17	427/18	442/17		315/15
일자/요일	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)
오전간식	키위 우유②	현살생선죽⑤⑥	바나나 플레인요거트②	수제고구마우유②	단감 치즈②	우유②
점심	백미밥 감장국⑤⑥ 두부조림⑤⑥ 취나물볶음⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 우동장국⑤⑥ 돈가스+소스①⑤⑥⑩⑬ 양배추샐러드⑤⑥ 깍두기⑨	< 국 없는 날 > 달걀파프리카볶음밥⑤⑥⑬ 맑은송송 브로콜리개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 시금치된장국⑤⑥ 오징어두리치기⑤⑥⑦ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 복엇국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑬ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨	새우살덮밥⑤⑥⑨ 우거지국⑤⑥ 버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	부침개①⑤⑥ 매실차	찐단호박 우유②	곡물식빵(+잼)①②⑤⑥⑬ 우유②	토마토스파게티 ②⑤⑥⑬⑭⑮⑯	군만두⑤⑥⑩/우유②	
열량/단백질 (kcal/g)	436/14	426/18	427/18	453/20	475/22	246/11
일자/요일	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)	31(토)
오전간식	굴 우유②	흑임자죽	오이스틱 플레인요거트②	양파수프 ②⑤⑥⑬⑭	사과 치즈②	우유②
점심	발아현미밥 애호박맑은국⑤⑥ 달걀장조림①⑤⑥ 무생채 배추김치⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 소고기숙주볶음⑤⑥⑬ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	자장밥②⑤⑥⑩⑬⑭ 달걀국①⑤⑥ 동그랑땡구이⑤⑥⑩ 배추김치⑨	흑미밥 온도토리묵국⑤⑥ 달걀비⑤⑥⑬  청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 된장찌개⑤⑥ 돼지사태찜⑤⑥⑩ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨	< 국 없는 날 > 소고기미나리볶음밥⑤⑥⑬ 맑은송송 파프리카무침⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	삼색유부주먹밥⑤⑥ 보리차	찐감자 우유②	치즈빵①②⑤⑥ 우유②	고구마맛탕⑤ 우유②	칼국수⑤⑥	
열량/단백질 (kcal/g)	420/15	442/16	487/20	481/18	435/17	301/10

원산지표시	쌀 (밥/죽/누룽지 (백미/잡쌀/현미/수수/가장))	콩	배추김치		쇠고기	돼지고기	오리고기	닭고기	수산물		
		두부류	고춧가루	배추	한우				오징어	고등어	명태
	국내산 무농약	국내산	국내산	국내산	무항생제 국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	식육가공품	너비아니 (소고기/돼지고기)	국내산	돈가스 (돼지고기/소고기)	동그랑땡[28일] (돼지고기)	국내산	수산물가공품	쫄면 (다량어) 원양산	참치(캔) (다량어) 원양산		