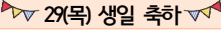


일자(요일)	이달의  푸드브릿지 식재료			1(목)	2(금)	3(토) 개천절			
오전간식	<청경채>			수제바나나우유②	키위, 치즈②				
점심	▶ 푸드브릿지란? 편식 식재료를 단계별로 다양한 음식을 제공하여 싫어하는 음식을 친숙하게 만드는 방법이에요! ▶ 청경채는, ① 비타민C가 풍부해서 면역력을 증진시켜 줘요! ② 칼슘이 풍부해서 뼈의 생성과 유지에 도움을 줘요! ③ 비닐봉지에 밀봉하여 냉장 보관 하는 것이 좋아요!			백미밥 근대된장국⑤⑥ 닭볶음탕⑤⑥⑫ 연근유자청무침 깍두기⑨	수수밥 유부맑은국⑤⑥ 소고기단호박조림⑤⑥⑫ 참나물무침⑤⑥ 백김치⑨				
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		 청경채죽⑤⑥	배 플레인요거트②	당근수프 ②⑤⑥⑫⑬		우유②			
점심		차조밥 미소장국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑫ 오이무침⑤⑥ 깍두기⑨	< 국 없는 날 > 가지밥+양념장⑤⑥ 맑은송송 소고기채소볶음⑤⑥⑫ 백김치⑨	흑미밥 콩나물배춧국⑤⑨ 들기름두부구이⑤ 열무나물⑤⑥ 깍두기⑨		달걀굴소스볶음밥⑤⑥⑫⑬ 수제빔국⑤⑥ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨			
오후간식		찐감자/우유②	소보로빵①②④⑤⑥ 우유②	오곡시리얼⑤⑥ 우유②					
열량/단백질 (kcal/g)		423/20	495/20	439/15		306/11			
일자(요일)	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금)	17(토)			
오전간식	사과, 우유②	누룽지죽	당근스틱 플레인요거트②	우유미숫가루②⑤⑥	포도, 치즈②	우유②			
점심	백미밥 오징어국⑤⑥⑫ 치즈달걀찜①② 시금치무침⑤⑥ 백김치⑨	발아현미밥 순두부백탕⑤⑥ 훈제오리양파볶음⑤ 숙주나물⑤⑥ 깍두기⑨	 돼지고기청경채덮밥 ⑤⑥⑫ 버섯전골⑤⑥ 어묵조림⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑫⑬ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 무쌈국⑤⑥ 찜닭⑤⑥⑫ 김자반⑤⑥ 백김치⑨	< 국 없는 날 > 참치깻잎비빔밥⑤⑥ 맑은송송 달걀프라이①⑤ 깍두기⑨			
오후간식	채소튀김⑤⑥/보리차	찐고구마/우유②	후레쉬번①②⑤⑥ 우유②	우영주먹밥⑤⑥ 동굴레차	쌀국수⑤⑥				
열량/단백질 (kcal/g)	423/18	460/17	427/18	442/17	420/17	315/15			
일자(요일)	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)			
오전간식	키위, 우유②	소고기죽⑤⑥⑫	바나나 플레인요거트②	수제블루베리우유②	배, 치즈②	우유②			
점심	백미밥 감자국⑤⑥ 두부조림⑤⑥ 취나물볶음⑤⑥ 백김치⑨	수수밥 우동장국⑤⑥ 돈가스+소스①⑤⑥⑫⑬ 양배추샐러드⑤⑥ 깍두기⑨	< 국 없는 날 > 달걀파프리카볶음밥⑤⑥⑫ 맑은송송 브로콜리깨소스무침⑤⑥ 백김치⑨	차조밥 시금치된장국⑤⑥ 오징어두루치기⑤⑥⑫ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 복쌈국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑫ 가지나물⑤⑥ 백김치⑨	새우살덮밥⑤⑥⑨ 우거지국⑤⑥ 버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨			
오후간식	부침개①⑤⑥/매실차	찐단호박/우유②	곡물식빵(+잼)①②⑤⑥⑫ 우유②	토마토스파게티 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑮	찐만두⑤⑥⑫/우유②				
열량/단백질 (kcal/g)	436/14	462/18	427/18	453/20	475/22	246/11			
일자(요일)	26(월)	27(화)	28(수)	 29(목) 생일 축하 	30(금)	31(토)			
오전간식	굴, 우유②	흑임자죽	오이스틱 플레인요거트②	바나나, 우유②	샤인머스켓, 치즈②	우유②			
점심	채소볶음밥⑤⑥⑫⑬⑭ 미소장국⑤⑥ 치킨너겟①②⑤⑥⑫⑬ 김자반⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 소고기숙주볶음⑤⑥⑫ 열갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	자장밥②⑤⑥⑫⑬⑭ 달걀국①⑤⑥ 동그랑땡구이⑤⑥⑫ 백김치⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑫⑬ 잡채⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 된장찌개⑤⑥ 돼지사태찜⑤⑥⑫ 근대나물⑤⑥ 백김치⑨	< 국 없는 날 > 소고기미나리볶음밥⑤⑥⑫ 맑은송송 파프리카무침⑤⑥ 깍두기⑨			
오후간식	삼색유부주먹밥⑤⑥ 보리차	찐감자/우유②	치즈빵①②⑤⑥ 우유②	고구마맛탕⑤/우유②	칼국수⑤⑥				
열량/단백질 (kcal/g)	420/15	442/16	487/20	524/18	435/17	301/10			
★ 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) ⑳잔 (*둘째 알레르기가 있는 영유아의 경우 들깨메뉴 제공 시 주의해 주세요) * 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.									
원산지 표시	쌀 (밥/죽/누룽지) (백미/찰/흑미) (국산/수출/가정)	콩	김치	소고기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물	
	유기농, 국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	오징어	명태
	식육가공품	너비아니[15일] (소고기/돼지고기)	돈가스[20일] (돼지고기)	동그랑땡[28일] (돼지고기)	수산물가공품			참치(캔)[17일] (다랑어)	
		외국산(미국, 스페인, 네덜란드등)돈지방 (국산)	외국산(미국, 스페인, 네덜란드등)돈지방 (국산)	외국산(미국, 스페인, 네덜란드등)돈지방 (국산)				원양산	
★ 경기도 어린이 건강 과일 공급 - 1주 샤인머스켓 / 2주 샤인머스켓 / 3주 배 / 4주 샤인머스켓									

★ 경기도 어린이 건강 과일 공급 - 1주 샤인머스캣 / 2주 샤인머스캣 / 3주 배 / 4주 샤인머스캣