

요일	월	화	수	목	금
일자	<알레르기 유의사항 및 식단 안내사항>			1	2
오전간식	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ▶아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. ※ 떡은 빵으로 감수없이 변경 가능합니다. ※ 떡, 포도, 방울토마토, 견과류, 매추리알,오징어 등등의 질거거나 목에 걸리기 쉬운 식재료는 꼭 먹기 좋은 크기로 다지거나 잘라서 제공해주시기 바랍니다.			쇠고기양파죽⑬	포도,우유②
점심				수수밥 어묵국⑤⑥ 치즈닭갈비②⑤⑥⑮ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 미역된장국⑤⑥ 돼지고기두루치기⑤⑥⑩ 양배추숙쌈+쌈장⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식				찐감자,우유②	약과①②⑤⑥ 오미자차
열량/단백질				596.4/294	563.7/20.6
일자	5	6	7	8	9
오전간식	개천절 대체휴일			치즈채소죽②	바나나,우유②
점심				잡곡밥 닭개장⑤⑥⑮ 고등어구이⑤⑥⑦ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨	쇠고기하이라이스 ②⑤⑥⑫⑬⑮ 들깨무침국 김말이튀김⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식				소보로빵①②④⑥,우유②	잔치국수⑤⑥
열량/단백질				775.9/30.2	763.8/21.6
일자	12	13	14	15	16
오전간식	사과,우유②	장국죽⑤⑥⑮	키위,우유②	브로콜리죽⑤⑥	토마토⑫,우유②
점심	기장밥 근대된장국⑤⑥ 훈제오리구이+머스타드소스 부추무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 안매운부대찌개 ①②⑤⑥⑨⑩⑮⑮ 베이컨달걀찜①⑩ 오이무침⑤⑥ 깍두기⑨	굴소스해물덮밥⑤⑥⑨⑫⑮ 애호박맑은국 두부강정⑤⑥⑫ 배추김치⑨	차조밥 감자양파국 쇠고기새송이볶음⑤⑥⑮ 진미채무침⑤⑥⑦ 깍두기⑨	잡곡밥 황태미역국⑤⑥ 닭볶음탕⑤⑥⑮ 김구이 배추김치⑨
오후간식	견과류④⑮, 요플레②	파배기①②⑤⑥,우유②	핫도그①②⑥⑩,감귤주스	찐고구마,우유②	백설기,매실차
열량/단백질	636.7/27	693.3/22.9	700/25.5	652.3/22.5	549.7/23.5
일자	19	20	21	22	23
오전간식	배,우유②	검은콩죽⑤	굴,우유②	해물죽⑤⑥⑨⑫⑮	단감,우유②
점심	잡쌀현미밥 두부김치국⑤⑥⑨ 임연수간장조림⑤⑥ 맛살숙주나물무침①⑤⑥⑧ 깍두기⑨	기장밥 시금치된장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림⑤⑥⑮ 감자채볶음⑤⑥ 배추김치⑨	돼지불고기덮밥⑤⑥⑩ 바지락김치국⑮ 완자전⑤⑥⑩⑮⑮ 깍두기⑨	수수밥 안매운콩비빔국수⑤⑥⑨⑩ 치즈달걀말이①②⑤ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 우거지된장국⑤⑥ 쇠고기바베큐소스볶음 ⑤⑥⑫⑬⑮ 멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	핫케이크①②⑤⑥	슈크림빵①②⑥,우유②	볶음우동⑤⑥	시리얼,⑤⑥우유②	닭강정①⑤⑥⑫⑮ 사과주스
열량/단백질	519.5/21.6	643.8/27.4	590.5/25.5	679.6/25	636.8/28.9
일자	26	27	28	29	30
오전간식	사과,우유②	달걀채소죽	포도,우유②	김치순두부죽⑤⑥⑨	바나나,우유②
점심	잡곡밥 오징어묵국⑫ 돼지고기잡채⑤⑥⑩ 소세지채소볶음⑤⑥⑩⑮⑮ 배추김치⑨	잡쌀현미밥 안매운육개장⑤⑥⑮ 두부구이+양념장⑤⑥ 느타리버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨	닭고기카레라이스⑤⑥⑮ 건새우된장국⑤⑥⑨ 볼어묵채소볶음⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 맑은콩나물국⑤ 돼지고기수육⑩ 상추+쌈장⑤⑥ 김구이 깍두기⑨	수수밥 참치미역국⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑩⑮ 들깨나물⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	유부초밥⑤⑥	잡쌀도너츠①②⑤⑥,우유②	물만두⑤⑥⑩⑮⑮	삶은달걀①,우유②	절편,보리차
열량/단백질	831.5/34.1	635/23.7	535.4/23.4	511.1/22.7	637.1/17.6

< 원산지표시 >

쌀(쌀가공품,잡쌀,현미,찐쌀,밥,죽,누룽지)			쇠고기(한우/젓소/육우)		닭고기	돼지고기	오리고기
국내산			국내산(한우)		국내산	국내산	국내산
콩(두부류,콩국수,콩비지,콩가루,청국장)			김치				
국내산			배추(얼갈이배추/봄동배추) : 국내산			고춧가루: 국내산	
오징어	고등어	완자전	햄(부대찌개)	소세지(핫도그,볶음)		다랑어/참치캔	베이컨
국내산	노루웨이	돼지고기(국내산)	돼지고기(국내산)	돼지고기,닭고기(국내산)		원양산(태평양)	국내산