

구분	월	화	수	목	금	
오전간식				1	2	
				소고기채소죽⑤⑥/동치미	단호박죽/사과	
점심	▲단채급식 특성상 개별 맞춤 급식을 하기 어렵습니다. 영유아가 특정식품에 대해 알레르기가 있는 경우, 식단계획표를 미리 살펴보고 교사에게 정보를 제공해주신 뒤 자녀에게 알려주어 해당식품 섭취 시 주의할 수 있도록 가정에서 지도 부탁드립니다. ※ 상기 메뉴는 식자재수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 우리 원에서는 저염식, 저당식을 원칙으로 하고 있습니다. ※ 염도는 0.3~0.4%로 제공됩니다. ※ 백김치는 만0세~2세 대체식입니다. ※ 당질 55g, 단백질 15~20g, 지질 12g, 칼슘 500~600mg ※ 표시된 열량과 단백질량은 오전간식과 중식이 계산하였습니다.			녹두밥	흑미밥	
				맑은콩나물국⑤	시금치된장국⑤⑥	
				돈육백김치두루치기⑤⑥⑨⑩	고구마닭갈비⑤⑥⑨	
				온두부찜⑤/양념장⑤⑥	새우살무나물⑤⑥⑨	
				열무김치⑥⑨/백김치⑨	배추김치⑨/백김치⑨	
1~2세				413/12	320/15	
3~5세				590/18	458/22	
오후간식 1				햄치즈샌드위치①②⑤⑥⑩/원우유②	두부스틱⑤⑥/마시는요플레②	
열량/단백질				199/9	204/8	
오전간식	5:대체공휴일	6	7	8	9:한글날	
점심	대체 공휴일 Today is a holiday. 	현미누룽지죽/동치미	마들렌①②⑤⑥/원우유②	소고기얼갈이국밥⑤⑥/당근스틱		
		토마토참쌀밥⑥	꽃꽂이카레라이스덮밥②⑤⑥⑨⑩	현미참쌀밥		
		취나물된장국⑤⑥	맑은미역국⑤	들깨버섯국⑤		
		코다리살강정⑤⑥⑨	크렌베리젤리볶음⑤⑥	돼지갈비찜⑤⑥⑩		
		건파래볶음	청경채나물⑤⑥	청포묵김무침⑤		
열무김치⑥⑨/백김치⑨	팥두기⑨/백김치⑨	배추김치⑨/백김치⑨				
1~2세				306/7	368/8	
3~5세				438/11	527/12	
오후간식 1				연두부&양념장⑤⑥/원우유②	또띠아콘피자②⑥/저당마시는요플레②	찰도그롤⑤⑥⑩/원우유②
열량/단백질				220/9	200/4	133/6
오전간식	12	13	14	15	16	
	대개설채소죽⑤⑥/동치미⑨	사골국밥⑤/파프리카스틱	찐고구마/원우유②	베이글①②⑥/크림치즈②/원우유②	참깨콩나물죽⑤/샤인머스켓	
점심	현미밥	기장밥	오므라이스①②⑤⑥⑩⑨⑤	차조밥	수수밥	
	얼갈이콩비지국⑤⑥	백김치찌개⑤⑥⑨	두부미역국⑤	나가사끼백창볶음⑤⑥⑨⑩	배추된장국⑤⑥	
	차돌숙주볶음⑤⑥⑨	삼치살조림⑤⑥	닭불오븐구이⑤⑥⑨	북경식파바로우⑤⑥⑩	훈제오리찜⑤⑥⑨/머스터드소스①⑤⑥	
	가지양파볶음⑤⑥	배이컨감자채볶음⑤⑥⑩	비타만나물⑤	만다린(귤)샐러드①②⑤	명이나물초절임⑤⑥	
	배추김치⑨/백김치⑨	백김치⑨	팥두기⑨/백김치⑨	배추김치⑨/백김치⑨	열무김치⑥⑨/백김치⑨	
1~2세				275/9	324/9	
3~5세				394/14	464/13	
오후간식 1	넙적근만두⑤⑥/원우유②	구운계란①/저당마시는요플레②	생크림케이크①②⑤⑥/진한유기농사과주스	우유카레우동②⑤⑥⑨⑩	시금치프리타타①⑤⑥/원우유②	
열량/단백질				219/11	190/7	173/7
오전간식	19	20	21:중식채식DAY	22	23	
	당근크림스프②⑤⑥⑨⑩⑥/원우유②/조각식빵⑥	계란콩나물국밥①⑤⑩	바나나/검은콩두유⑤	영양닭국⑤/오렌지	대파속크로와상②⑤⑥/원우유②	
점심	차조밥	강황참쌀밥	렌틸콩짜장덮밥②⑤⑥⑨⑩	흑미밥	보리밥	
	미역미소국⑤⑥	유부주머니전골⑤	다시마우채국⑤	맑은얼갈이버섯국⑤	아욱된장국⑤⑥	
	소불고기⑤⑥⑨	임연수구이⑤	두부스틱⑤⑥/소스	쌈싸먹는제육불고기⑤⑥⑩	치킨가라아게①⑤⑥⑨/소스 ⑤⑥	
	아삭달콤단감치커리무침⑤⑥	참나물무침⑤/구운김	오이양파무침⑤⑥	양배추쌈/저염쌈장⑤	애호박당근볶음⑤⑥	
	배추김치⑨/백김치⑨	팥두기⑨/백김치⑨	배추김치⑨/백김치⑨	배추김치⑨/백김치⑨	열무김치⑥⑨/백김치⑨	
1~2세				261/8	390/19	
3~5세				373/12	558/28	
오후간식 1	참치채소볶음밥⑤⑥/포도	까르보나라스파게티②⑤⑥⑨/ 동굴레차	스크램블에그①⑤/원우유②	베트남쌀국수⑤⑥⑨/스트림치즈②	소고기미니리쉬음밥⑤⑥⑩	
열량/단백질				228/7	234/12	214/9
오전간식	26	27	28	29	30	
	찐감자/원우유②	황태채우국밥⑤/사과	우유구겔호프①②⑤⑥⑨/원우유②	시리얼⑥/원우유②	전복채소죽⑤⑥/배	
점심	기장밥	대두콩밥⑤	양파들복돈가스덮밥①⑤⑥⑩(가조동)	수수밥	발아현미밥	
	북어채콩나물국⑤⑨	들깨미역국⑤	두부미소국⑤⑥	어묵채소국⑤⑥	닭개장⑤⑥⑨	
	함박스테이크조림①⑤⑥⑩⑩	고등어카레구이②⑤⑥⑦⑩⑨⑩⑩	로메인유자청샐러드⑤⑥	돈육김치찜⑤⑥⑨⑩	오징어채소볶음⑤⑥⑦	
	푸실리채소샐러드①⑤⑥	취나물볶음⑤	단호박범벅①⑤⑥	날치알계란찜①⑤	브로콜리사과무침⑤	
	배추김치⑨/백김치⑨	팥두기 ⑨/백김치⑨	배추김치⑨/백김치⑨	팥두기 ⑨/백김치⑨	배추김치⑨/백김치⑨	
1~2세				392/17	289/8	
3~5세				560/25	414/12	
오후간식 1	오징어부추전①⑤⑥⑩/보리차	볶음우동⑤⑥⑨⑩/원우유②	토마토계란볶음①⑤⑨/원우유②	날치알단무지섞음밥⑤⑥⑩⑩	두유슈두부도너츠②⑤⑥/원우유②	
열량/단백질				211/8	232/11	199/5
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 및 유제품 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀가루 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩복숭아 ⑪토마토 ⑫아황산염 ⑬호두 ⑭닭고기 ⑮소고기 ⑯오징어 ⑰조개류(굴,전복,홍합포함) ⑱ 잣					
원산지 표시	㉔ 원산지 표시 소고기:국내산-한우, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산, 쌀(참쌀, 밥, 누룽지, 죽, 흑미, 현미.)-국내산, 배추김치:배추-국내산, 고춧가루-국내산, 얼갈이겉절이:얼갈이배추-국내산, 고춧가루-국내산, 볼통겉절이:얼갈이배추-국내산, 고춧가루-국내산, 두부, 콩비지, 콩국수, 연두부:콩-국내산, 찹조기:국내산, 낙지:중국산, 영태, 동태:러시아산, 고등어:국내산, 삼치:국내산갈치:국내산, 오징어:국내산, 꽃게:국내산, 진미채:오징어-페루산, 오징어실채:오징어-페루산, 주꾸미:베트남산, 아귀살:국내산, 코다리:영태-러시아산, 임연수어:미국산 전복:국내산, 방어:국내산, 양볼락:미국산, 톤파스:돼지고기-국내산, 해물동그랑탕:오징어-페루산, 생선파스:영태-러시아산, 햄/소세지/미트볼/너비아니/성산적:돼지고기-국내산, 치킨파스:닭고기-국내산, 참치(캔):대량어-원양산, 배이컨:돼지고기-국내산, 함박스테이크:닭고기-국내산, 돼지고기-국내산, 어묵:연육(중국산), 설렁탕:소고기(육우), 우사골-국내산 한우, 닭강정(닭:국내산), 스테이크-국내산(육우), 바베크족발: 돈육(국내산), 크림새우:새우살(베트남)					