



일 자				1(목)	2(금)
오전간식	[식단 표기 사항]			참치죽 ¹⁸	연근죽
점 심	▶ 🍓 : 자연간식 ▶ 🍷 : 저탄소식단 ▶ 🍰 : 생일식단 ▶ 🍷 : 꾸러미식단 ▶ 🍷 : 이 달의 채소 (버섯 🍄) ▶ 🌍 : 세계 음식 : 세계 음식의 날(베트남) ▶ 🍷 : 1cm 이하로 잘게 썰거나 으개어 맵지 않게 제공 만0세도 함께 사용하는 식단입니다			백미밥 참치물된장국 ^{5⑥} 돈독살구이 ^{5⑩} 콩나물무침 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	수수밥 들깨수제비국 ⁶ 오징어볶음 ^{5⑥⑦} 청경채나물 ^{5⑥} 배추김치 ⁹
오후간식	[알레르기 유발 식품]			치즈주먹밥 ^{2⑤}	방울토마토 ¹² + (저당)시리얼 ⁵ + 우유 ²
영양/단백질	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣			410/18	409/14
일 자	5(월) 대체휴일	6(화)	7(수)	8(목) 🌱	9(금) 한글날
오전간식		브로콜리죽	양배추죽	버섯죽	
점 심		백미밥 청국장국 ^{5⑥} 훈제오리볶음 ^{2⑤⑥} 가지나물 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	찰보리밥 순살돈육탕 ^{5⑥⑩} 두부양념찜 ^{5⑥} 근대나물 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	[가을소풍] 쇠고기채소볶음밥 ^{5⑥⑩} 소시지볶음 ^{2⑤⑥⑩⑫⑬⑮} 과일푸딩 보리차	
오후간식		배 + 로제스파게티 ^{1②⑤⑥⑩⑫⑬⑮}	바나나 + 떠먹는요구르트 ²	소보로빵 ^{1②④⑤⑥} + 우유 ²	
영양/단백질		419/16	377/14	427/12	
일 자	12(월)	13(화) 🍷 초록급식	14(수) 🍷	15(목) 🌱 🍷	16(금) 🍰
오전간식	미역죽 ^{5⑥}	단호박죽	근대죽	전복죽 ¹⁸	모듬채소죽
점 심	백미밥 청경채맑은국 ^{5⑥} 닭살파프리카볶음 ^{5⑥⑮} 청포묵무침 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	백미밥 연두부백탕 ^{5⑥} 순살삼치조림 ^{5⑥} 열갈이나물 ^{5⑥} 깍두기 ⁹ (배추김치 ⁹)	백미밥 양배추된장국 ^{5⑥} 제육볶음 ^{5⑥⑩} 오이나물 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	버섯콩나물밥 ⁵ + 양념장 ^{5⑥} 황태국 ^{5⑥} 삼색달걀말이 ^{1⑤} 김구이 ⁵ 배추김치 ⁹	백미밥 쇠고기미역국 ^{5⑥⑮} 영양찜닭 ^{5⑥⑮} 과일샐러드 ^{1⑤} 배추김치 ⁹
오후간식	다진유부주먹밥 ^{1②⑤⑥}	찐감자+우유 ²	간장비빔국수 ^{5⑥}	사과 + 오곡두유 ^{5⑥}	사인머스켓+우유 ² + 케이크 ^{1②⑤⑥}
영양/단백질	395/16	354/16	417/13	402/18	421/14
일 자	19(월)	20(화) 🍷	21(수) 🌱 🍷	22(목) 🍷	23(금) 🍷
오전간식	참깨죽	애호박죽	개살치죽 ^{1②⑤⑥⑧⑫}	누룽지죽	열갈이죽
점 심	백미밥 근대맑은국 ^{5⑥} 돼지갈비찜 ^{5⑥⑩} 잔멸치볶음 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	백미밥 안매운육개장 ^{5⑥⑮} 오징어조림 ^{5⑥⑦} 시금치나물 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	백미밥 아욱국 ^{5⑥} 고구마오리주물럭 ^{5⑥} 브로콜리무침 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	돈육자장밥 ^{2⑤⑥⑩⑫⑮} 콩나물국 ⁵ 너비아니구이 ^{5⑥⑩⑫⑮} (저당)요구르트 ² 배추김치 ⁹	찰보리밥 조개살미역국 ^{5⑥⑮} 두부달걀부침 ^{1⑤⑥} + 양념장 ^{5⑥} 오이무침 ^{5⑥} 배추김치 ⁹
오후간식	어묵탕 ^{5⑥}	잼모닝빵 ^{1②⑤⑥} + 우유 ²	배 + 버섯전 ^{1⑤⑥}	단호박찜+보리차	사인머스켓+우유 ²
영양/단백질	376/18	412/16	416/15	361/15	372/12
일 자	26(월)	27(화)	28(수) 🌱	29(목)	30(금) 🌍 세계음식
오전간식	청경채죽	황태죽	아욱죽	가지죽	당근치즈죽 ²
점 심	백미밥 감자양파국 ^{5⑥} 돼지고기수육 ¹⁰ + 저염쌈장 ^{5⑥} 상추나물 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	오므라이스 ^{1⑤⑫} 미소국 ^{5⑥} 물만두찜 ^{1②⑤⑥⑩⑮} 짜먹는요구르트 ² 배추김치 ⁹	백미밥 쇠고기탕국 ^{5⑥⑮} 카레고등어구이 ^{2⑤⑥⑦⑫⑬⑮⑯} 버섯나물 ^{5⑥} 배추김치 ⁹	백미밥 애호박국 ^{5⑥⑩} 탕수육 ^{5⑥⑫} + 소스 ^{5⑥⑫} 양배추샐러드 ^{1②⑤} 배추김치 ⁹	흑미밥 시금치된장국 ^{5⑥} 간장닭갈비 ^{5⑥⑮} 숙주나물무침 ^{5⑥} 배추김치 ⁹
오후간식	바나나+우유 ²	찐고구마+보리차	크림빵 ^{1②⑤⑥} + 우유 ²	사과 + 김가루주먹밥 ⁵	미엔싸오통 ^{5⑥⑨⑮} (새우잡채)
영양/단백질	384/14	446/17	412/16	446/15	385/18

원산지 표시	쌀(밥,죽,누룽지)			배추김치(모든조리음식)		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	콩		
	백미	잡쌀	흑미	배추(봄동,열갈이)	고춧가루	국내산				두부	순두부	연두부
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	한우	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	가공품	참치(1일)		훈제오리		너비아니		소시지				
		다랑어		오리		돈육	계육	돈육	계육			
원양산		국내산		국내산	국내산	국내산	국내산					
수산물	오징어(2일)		전복		오징어(20일)		고등어					
	국내산		국내산		국내산		국내산					



일 자		1(목)	2(금)
오전간식		참치죽 ^⑧	연근죽
점 심	[식단 표기 사항] ▶ 🍓 : 자연간식 ▶ 🌿 : 저탄소식단 ▶ 🍰 : 생일식단 ▶ 🖼️ : 꾸러미식단 ▶ 🥬 : 이 달의 채소(버섯) 🍄 ▶ 🌍 : 세계 음식의 날(베트남)	백미밥 취나물된장국 ^{⑤⑥} 돈묵살구이 ^{⑤⑩} 콩나물무침 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	수수밥 들깨수제비국 ^⑥ 오징어볶음 ^{⑤⑥⑦} 청경채나물 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨
오후간식	[알레르기 유발 식품] ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣	치즈주먹밥 ^{②⑤}	방울토마토 ^⑫ + (저당)시리얼 ^⑤ + 우유 ^②
영양/단백질		631/27	629/22

일 자	5(월) 대체휴일	6(화)	7(수)	8(목) 🌿	9(금) 한글날
오전간식		브로콜리죽	양배추죽	버섯죽	
점 심		백미밥 청국장국 ^{⑤⑥} 훈제오리볶음 ^{②⑤⑥} 가지나물 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	찰보리밥 순살돈육탕 ^{⑤⑥⑩} 두부양념찜 ^{⑤⑥} 근대나물 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	[가을소풍] 쇠고기채소볶음밥 ^{⑤⑥⑩} 소시지볶음 ^{②⑤⑥⑩⑫⑮⑯} 과일푸딩 보리차	
오후간식		+로제스파게티 ^{①②⑤⑥⑩⑫⑮⑯}	+바나나 +떠먹는요구르트 ^②	소보로빵 ^{①②④⑤⑥} +우유 ^②	
영양/단백질		644/25	580/21	658/19	

일 자	12(월)	13(화) 🌿	14(수) 🖼️	15(목) 🌿🖼️	16(금) 🍰
오전간식	미역죽 ^{⑤⑥}	단호박죽	근대죽	전복죽 ^⑧	모듬채소죽
점 심	백미밥 청경채맑은국 ^{⑤⑥} 닭살파프리카볶음 ^{⑤⑥⑮} 청포묵무침 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	백미밥 연두부백탕 ^{⑤⑥} 순살삼치조림 ^{⑤⑥} 얼갈이나물 ^{⑤⑥} 깍두기 ^{⑨(배추김치⑨)}	백미밥 양배추된장국 ^{⑤⑥} 제육볶음 ^{⑤⑥⑩} 오이나물 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	버섯콩나물밥 ^⑤ +양념장 ^{⑤⑥} 황태국 ^{⑤⑥} 삼색달걀말이 ^{①⑤} 김구이 ^⑤ 배추김치 ^⑨	백미밥 쇠고기미역국 ^{⑤⑥⑮} 영양찜닭 ^{⑤⑥⑮} 과일샐러드 ^{①⑤} 배추김치 ^⑨
오후간식	다진유부주먹밥 ^{①②⑤⑥}	🍓찐감자+우유 ^②	간장비빔국수 ^{⑤⑥}	🍓사과 +오곡두유 ^{⑤⑥}	🍓샤인머스켓+우유 ^② +케이크 ^{①②⑤⑥}
영양/단백질	607/24	545/24	641/20	618/28	708/22

일 자	19(월)	20(화) 🖼️	21(수) 🌿🖼️	22(목) 🖼️	23(금) 🖼️
오전간식	참깨죽	애호박죽	게살치즈죽 ^{①②⑤⑥⑧⑫}	누룽지죽	얼갈이죽
점 심	백미밥 근대맑은국 ^{⑤⑥} 돼지갈비찜 ^{⑤⑥⑩} 잔멸치볶음 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	백미밥 안매운육개장 ^{⑤⑥⑮} 오징어조림 ^{⑤⑥⑦} 시금치나물 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	백미밥 아욱국 ^{⑤⑥} 고구마오리주물럭 ^{⑤⑥} 브로콜리무침 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	돈육자장밥 ^{②⑤⑥⑩⑫⑮⑯} 콩나물국 ^⑤ 너비아니구이 ^{⑤⑥⑩⑫⑮⑯} (저당)요구르트 ^② 배추김치 ^⑨	찰보리밥 조갯살미역국 ^{⑤⑥⑮} 두부달걀부침 ^{①⑤⑥} +양념장 ^{⑤⑥} 오이무침 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨
오후간식	어묵탕 ^{⑤⑥}	잼모닝빵 ^{①②⑤⑥} +우유 ^②	🍓배 +버섯전 ^{①⑤⑥}	🍓단호박찜+보리차	🍓샤인머스켓 +우유 ^②
영양/단백질	579/27	633/25	639/24	555/23	572/19

일 자	26(월)	27(화)	28(수) 🌿	29(목)	30(금) 🌍
오전간식	청경채죽	황태죽	아욱죽	가지죽	당근치즈죽 ^②
점 심	백미밥 감자양파국 ^{⑤⑥} 돼지고기수육 ^⑩ +저염쌈장 ^{⑤⑥} 상추나물 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	오므라이스 ^{①⑤⑫} 미소국 ^{⑤⑥} 물만두찜 ^{①②⑤⑥⑩⑫} 짜먹는요구르트 ^② 배추김치 ^⑨	백미밥 쇠고기탕국 ^{⑤⑥⑮} 카레고등어구이 ^{②⑤⑥⑦⑫⑮⑯} 버섯나물 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	백미밥 애호박국 탕수육 ^{①⑤⑥⑩} +소스 ^{⑤⑥⑫} 양배추샐러드 ^{①②⑤} 배추김치 ^⑨	흑미밥 시금치된장국 ^{⑤⑥} 간장닭갈비 ^{⑤⑥⑮} 숙주나물무침 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨
오후간식	🍓바나나+우유 ^②	🍓찐고구마+보리차	크림빵 ^{①②⑤⑥} +우유 ^②	🍓사과 +김가루주먹밥 ^⑤	미엔쌈오름 ^{⑤⑥⑨⑮} (새우잡채)
영양/단백질	591/22	686/26	634/24	686/23	592/27

원산지 표시	쌀(밥,죽,누룽지)			배추김치(모든조리음식)		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	콩		
	백미	찰쌀	흑미	배추(봄동,얼갈이)	고춧가루	국내산				두부	순두부	연두부
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	한우	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	가공품	참치(1일)		훈제 오리		너비아니		소시지				
		다랑어		오리		돈육	계육	돈육	계육			
		원양산		국내산		국내산	국내산	국내산	국내산			
수산물	오징어(2일)		전복	오징어(20일)		고등어						
	국내산		국내산	국내산		국내산						