

작성자: 경산시 어린이·사회복지급식관리지원센터 영양사 전 직원



날짜	1(목)염도측정Day	2(금)	3(토) 개천절
오전간식 양배추죽	흑임자죽		
점심	백미밥 달걀채소국 5,6,15 순살삼치구이 5,6 애호박볶음 5,6 배추김치 9	백미밥 두부국 5 쇠고기찜스테이크 5,6,12,16 브로콜리나물 배추김치 9	
오후간식 열량/단백질 원산지	미니잔치국수 5,6 367/15	자두/우유 2 437/17	
날짜	5(월) 대체공휴일	6(화)	7(수) 지구사랑DAY
오전간식	두부죽 5,6	녹두죽	
점심	백미밥 버섯국 5,6 순살간장찜닭 5,6,15 어묵잡채 5,6 배추김치 9	두부데리야끼덮밥 5,6,15,18 시래기된장국 5,6 순살가자미조림 5,6 깍두기 9	백미밥 바지락살미역국 5,6,18 쇠불고기 5,6,16 숙주나물 5,6 배추김치 9
오후간식 열량/단백질 원산지	플레인요거트 2 414/16	바나나/우유 2 405/19	프렌치토스트 1,2,5,6/우유 2 504/22
날짜	12(월)	13(화)	14(수)
오전간식	들기름무죽	새우살죽 5,6,9	채소죽 5,6
점심	백미밥 돼지고기된장국 5,6,10 채소달걀말이 1,5 단배추나물 깍두기 9	백미밥 순두부백탕 5 쇠고기채소볶음 5,6,16 오이무침 5,6 배추김치 9	백미밥 들깨미역국 5,6 돼지고기채소찜 5,6,10 세세멸치조림 5,6 배추김치 9
오후간식 열량/단백질 원산지	사과/우유 2 379/17	찐감자/우유 2 407/20	치즈스틱 1,2,5,6/우유 2 471/25
날짜	19(월)	20(화)	21(수) 지구사랑DAY
오전간식	들깨죽	쇠고기죽 5,6,16	달걀죽 1
점심	백미밥 동태살무국 5,6 쇠고기장조림 5,6,16 느타리버섯볶음 5,6 배추김치 9	백미밥 두부탕국 5,6 돼지불고기 5,6,10 김가루무침 5,6 배추김치 9	삼색나물비빔밥 5 바지락배추된장국 5,6,18 어묵볶음 5,6 깍두기 9
오후간식 열량/단백질 원산지	단감/우유 2 377/17	찐고구마/우유 2 485/17	오렌지/우유 2 398/15
날짜	26(월)	27(화)	28(수)
오전간식	황태죽	게살죽 1,5,6,8	채소죽 5,6
점심	백미밥 달걀양파국 1,5,6 돼지고기떡볶이 5,6,10,12 양배추나물 5,6 깍두기 9	백미밥 오징어국 17 두부양념조림 5,6 청경채나물 5,6 배추김치 9	쇠고기채소덮밥 5,6,16 콩나물국 5 맛살브로콜리볶음 1,5,6,8 배추김치 9
오후간식 열량/단백질 원산지	키위/우유 2 381/16	옥수수빵 1,2,5,6/우유 2 475/19	사과/우유 2 358/13
날짜	29(목)염도측정Day	30(금)	31(토)
오전간식	얼갈이배추죽	두부죽 5,6	
점심	백미밥 아욱된장국 5,6 순살달걀비 5,6,15 세세멸치볶음 5,6 배추김치 9	백미밥 쇠고기무국 5,6,16 채소달걀스크램블 1,5 감자채당근볶음 5,6 깍두기 9	
오후간식 열량/단백질 원산지	늪은호박전 5,6/우유 2 415/18	배/우유 2 422/15	

※ 본 식단은 센터 영양사의 식단감수를 통해 식단감수확인서가 발급된 식단표입니다.

- 본 식단은 영양 필요량에 따라 영양학적으로 작성되었습니다. 식단 임의 변경 시 영양사가 작성한 식단으로 보기 어려우므로 센터 로고 사용이 불가능합니다.
- 시설 및 식재료 수급 사정에 따라 식단 변경이 필요한 경우 가급적 동일 식품군·조리법 내 변경하되 다른 식품군·조리법으로 변경 시 식단 감수 제도를 이용할 수 있습니다. (식단구성안내문 참고)
- 안전한 급식 제공을 위해 식단구성안내문 및 식단표 하단의 "조리 및 배식 시 유의사항"을 참고 바랍니다.
- 파란색 글씨는 오전 죽과 연계한 식재료입니다.
- 알레르기 유발 식품 표시 : 품목을 확인 하고 알레르기 반응을 보이는 유아에게는 급식 시 각별한 주의 부탁드립니다.
- 1난류 2우유 3메밀 4당류 5대두 6밀 7고등어 8계 9새우 10돼지고기 11복숭아 12토마토 13야생산류 14호두 15닭고기 16소고기 17오징어 18조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 19잣
- 13 야생산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. (식품알레르기 원아에게는 같은 식품군 대체 제공 가능)
- (알레르기 유발 식품은 경산시센터 표준레시피를 기준으로 표기 되었습니다. 시설 사정에 따라 식재료 추가 시 위의 알레르기 유발 식품을 참고하여 추가적으로 표기 바랍니다.)

원산지 표시	쌀 (밥,죽,누룽지)	콩류 (두부류,콩비지,콩국수)	백김치 (겉절이 포함)	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	동태	오징어
	국내산 (국내산)	두부류 국내산 순두부 국내산 연두부 국내산	배추 국내산 고춧가루 국내산	국내산 한우 수입산 -	국내산	국내산	국내산	러시아산	국내산

작성자: 경산시 어린이·사회복지급식관리지원센터 영양사 전 직원



날짜			1(목)염도측정Day	2(금)	3(토) 개천절
오전간식			양배추죽	누룽지죽	
점심	 경산시어린이·사회복지 급식관리지원센터 홈페이지 바로가기		백미밥 달걀채소국 5,6,15 순살삼치구이 5,6 애호박볶음 5,6 배추김치 9	백미밥 두부국 5 쇠고기참스테이크 5,6,12,16 브로콜리나물 배추김치 9	
오후간식			미니잔치국수 5,6	자두/우유 2	
열량/단백질			554/23	641/25	
원산지					

날짜	5(월) 대체공휴일	6(화)	7(수)지구사랑DAY	8(목)염도측정Day	9(금) 한글날	10(토)
오전간식		두부죽 5,6	녹두죽	미역죽 5,6		
점심		백미밥 버섯국 5,6 순살간장찜닭 5,6,15 어묵잡채 5,6 배추김치 9	두부대리야끼 덮밥 5,6,15,18 시래기된장국 5,6 삼치조림 깍두기 9	백미밥 바지락미역국 쇠불고기 5,6,16 숙주나물 5,6 배추김치 9		
오후간식		*플레인요거트 2	바나나/우유 2	프렌치토스트 1,2,5,6/우유		
열량/단백질		554/21	656/26	701/26		
원산지					이미지: flaticon.com	

날짜	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)염도측정Day	16(금)	17(토)
오전간식	들기름우죽	새우살죽 5,6,9	채소죽 5,6	버섯죽	단호박죽	
점심	백미밥 돼지고기된장국 5,6,10 채소달걀말이 1,5 단배추나물 5,6 깍두기 9	백미밥 순두부백탕 5 쇠고기채소볶음 5,6,16 *오이무침 5,6 배추김치 9	백미밥 들깨미역국 5,6 돼지고기채소찜 5,6,10 세세멸치조림 5,6 배추김치 9	채소카레라이스 5,6 달걀부추국 1,5,6 새우살파프리카볶음 5,9 배추김치 9	백미밥 황태국 5,6 간장오리주물럭 5,6 콩나물무침 5,6 배추김치 9	
오후간식	사과/우유 2	찐감자/우유	치즈스틱 1,2,5,6/우유	배/우유 2	토마토 12/우유 2	
열량/단백질	605/28	517/26	615/34	673/26	565/25	
원산지						

날짜	19(월)	20(화)	21(수)지구사랑DAY	22(목)염도측정Day	23(금)	24(토)
오전간식	들깨죽	쇠고기죽 5,6,16	달걀죽 1	브로콜리죽 5,6	참치죽	
점심	백미밥 동태살무국 5,6 쇠고기장조림 5,6,16 느타리버섯볶음 5,6 배추김치 9	백미밥 두부탕국 5,6 돼지불고기 5,6,10 김가루무침 5,6 배추김치 9	삼색나물비빔밥 5 바지락배추된장국 5,6,18 어묵볶음 5,6 깍두기 9	백미밥 닭곰탕 15 치즈달걀찜 5,6,10,15,16 애호박나물 5,6 배추김치 9	백미밥 감자미역국 5,6 쇠고기버섯잡채 5,6,16 채소달걀말이 1,5 배추김치 9	
오후간식	단감/우유 2	*찐고구마/우유	오렌지/우유 2	꼬마김밥 5,13/우유	케이크 1,2,5,6 /사과/우유 2	
열량/단백질	601/27	637/21	642/24	760/23	940/35	
원산지					참치캔(다량아)원양산	

날짜	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)염도측정Day	30(금)	31(토)
오전간식	황태죽	게살죽 1,5,6,8	채소죽 5,6	얼갈이배추죽	두부죽 5,6	
점심	백미밥 달걀양파국 1,5,6 돼지고기복합 5,6,10,12 양배추나물 5,6 깍두기 9	백미밥 오징어국 17 *두부양념조림 5,6 청경채나물 5,6 배추김치 9	쇠고기채소덮밥 5,6,16 콩나물국 5 맛살브로콜리볶음 1,5,6,8 배추김치 9	백미밥 아욱된장국 5,6 순살달걀비 5,6,15 세세멸치볶음 5,6 배추김치 9	백미밥 전복미역국 5,6,18 채소달걀스크램블 1,5 감자채당근볶음 5,6 깍두기 9	
오후간식	키위/우유 2	옥수수빵 1,2,5,6/우유	사과/우유 2	늪호박전 5,6	배/우유 2	
열량/단백질	607/26	628/25	581/22	529/22	660/25	
원산지						

- 본 식단은 영양 필요량에 따라 영양학적으로 작성하였습니다. 식단 임의 변경 시 영양사가 작성한 식단으로 보기 어려우므로 센터 로고 사용이 불가능합니다.
- 시설 및 식재료 수급 사정에 따라 식단 변경이 필요한 경우 가급적 동일 식품군·조리법 내 변경하되 다른 식품군·조리법으로 변경 시 식단 감수 제도를 이용할 수 있습니다. (식단구성안내문 참고)
- 안전한 급식 제공을 위해 식단구성안내문 및 식단표 하단의 "조리 및 배식 시 유의사항"을 참고 바랍니다.
- 간식과 함께 제공되는 물은 시설 사정에 따라 보리차(기타 차 종류) 또는 그 외 음료로 변경하여 사용 가능합니다.
- 1~2세와 3~5세가 상이한 메뉴는 " * " 으로 표시되어있으며, 파란색 글씨는 오전 죽과 연계한 식재료입니다.
- 알레르기 유발 식품 표시 : 품목을 확인 하고 알레르기 반응을 보이는 유아에게는 급식 시 각별한 주의 부탁드립니다.
- 1년류 2우유 3매밀 4땅콩 5대두 6밀 7고등어 8계 9새우 10돼지고기 11복숭아 12토마토 13아황산류 14호두 15달걀 16소고기 17오징어 18조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 19자른 13 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. (식품알레르기 원아에게는 같은 식품군 대체 제공 가능)
- (알레르기 유발 식품은 경산시센터 표준레시피를 기준으로 표기 되었습니다. 시설 사정에 따라 식재료 추가 시 위의 알레르기 유발 식품을 참고하여 추가적으로 표기 바랍니다.)

원산지 표시	쌀 (밥,죽,누룽지)	콩류 (두부류,콩비지,콩국수)	배추김치 (겉절이 포함)	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	동태	오징어	전복
	국내산 (국내산)	두부류 국내산 순두부 국내산	배추 국내산 고춧가루 국내산	국내산 한우 수입산	국내산	국내산	국내산	러시아산	국내산	국내산