

구분	월	화	수	목	금
오전간식	▲단체급식 특성상 개별 맞춤 급식을 하기 어렵습니다. 영유아가 특정식품에 대해 알레르기가 있는 경우, 식단계획표를 미리 살펴보고 교사에 정보 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. 1-2세 ※ 백김치는 만1세~2세 대체식입니다. 3-5세 ※ 당질 55g, 단백질 15-20g, 지질 12g, 칼슘 500-600mg ※ 표시된 열량과 단백질량은 오전간식과 중식이 계산하였습니다.			1	2
점심				소고기채소죽⑤⑨/동치미 녹두밥 맑은콩나물국⑤ 돈육백김치두루치기⑤⑥⑨⑩ 온두부찜⑤/양념장⑤⑥ 열무김치⑥⑨/백김치⑨	씨리얼토피핑바나나조청범벅⑥ /흰유유② 흑미밥 두부미역국⑤ 고구마닭갈비⑤⑥⑩ 새우살무나물⑤⑥⑨ 배추김치⑨/백김치⑨
1-2세				413/12	320/15
3-5세				590/18	458/22
오후간식 1				크래미채소섞음밥⑤⑥⑧⑨ / 흰유유②	연근튀김⑤⑥ / 흰유유②
열량/단백질				199/9	204/8
오전간식	5:대체공휴일	6	7:소풍	8	9:한글날
점심		현미누룽지죽/동치미 토마토참살밥⑫ 경상도식소고기국⑤⑨ 코다리살강정⑤⑥⑫ 유부숙주나물무침⑤⑥ 열무김치⑥⑨/백김치⑨	마들렌①②⑤⑥/흰유유② 소고기채소볶음밥⑤⑥⑨ 두부미소국⑤ 치킨너겟①⑤⑥⑩ 진미채볶음⑤⑥⑨ 배추김치⑨/백김치⑨	단호박죽/배 현미참살밥 들깨버섯국⑤ 몽골리안복크⑤⑥⑩⑫ 청포묵구무침⑤ 배추김치⑨/백김치⑨	
1-2세		306/7	391/15	310/9	
3-5세		438/11	559/22	443/14	
오후간식 1		쫄면①⑤⑥/흰유유② (1-2세:찐감자/흰유유②)	구운계란①/굴/샐러드쥬스	씨리얼토피핑토마토조청범벅⑥⑫ 흰유유②	
열량/단백질		220/9	138/4	133/6	
오전간식	12	13	14	15	16
점심	대개살채소죽⑤⑧/동치미 현미밥 열갈이콩비지국⑤⑥ 소고기감자조림⑤⑥⑨ 대파양배추나물⑤ 배추김치⑨/백김치⑨	베이글①②⑥/크림치즈②/흰유유② 차조밥 해물된장찌개⑤⑥⑧⑨⑩ 북경식꿔바로우⑤⑥⑩ 만다린(굴)샐러드①②⑤ 배추김치⑨/백김치⑨	샤인머스켓/맛밤/흰유유② 녹두밥 순두부찌개①⑤⑨ 닭봉유자청조림⑤⑥⑩ 비타민나물⑤ 깍두기⑨/백김치⑨	찐고구마/흰유유② 기장밥 청국장찌개⑤⑥ 삼치살구이⑤⑥ 가지양파볶음⑤⑥/구운김 백김치⑨	참깨콩나물죽⑤/동치미 수수밥 배추된장국⑤⑥ 훈제오리찜⑤⑥⑩ /머스터드소스①⑤⑥ 명이나물초절임⑤⑥/무생채 열무김치⑥⑨/백김치⑨
1-2세	275/9	442/15	294/14	324/9	343/13
3-5세	394/14	632/22	421/21	464/13	490/19
오후간식 1	넙적군만두⑤⑥/흰유유②	우유카레우동②⑤⑥⑨⑩	또띠아콘피자②⑥ /저당마시는요플레②	두부들기름구이⑤양념장⑤⑥ /흰유유②	시금치프리티타①⑤⑥ 머스크메론/흰유유②
열량/단백질	219/11	219/3	173/7	190/7	210/10
오전간식	19	20	21	22	23
점심	당근크림스프②⑤⑥⑩⑪ /흰유유②/조각식빵⑥ 차조밥 아욱된장국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑨ 아삭달콤단감치커리무침⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨	새우살채소죽⑤⑨/스트링치즈② 강황참살밥 유부주머니전골⑤ 임연수구이⑤ 참나물무침⑤/구운김 깍두기⑨/백김치⑨	바나나/ 두유⑤+미숫가루⑤ 렌틸콩짜장덮밥②⑤⑥⑨⑩ 돈육김치찌개⑤⑨⑩ 두부강정⑤⑥⑫ 오이양파무침⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨	대구살채소죽⑤⑥/태추단감 흑미밥 맑은열갈이버섯국⑤ 썬쌈먹는제육불고기⑤⑥⑩ 양배추쌈/저염쌈장⑤ 열무김치⑥⑨/백김치⑨	저염치즈감자타락죽②⑤ 보리밥 전복미역국⑤⑨ 치킨가라아게①⑤⑥⑩ 소스 ⑤⑥ 애호박당근볶음⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨
1-2세	261/8	390/19	452/15	343/11	357/16
3-5세	373/12	558/28	647/22	491/17	510/23
오후간식 1	참치채소볶음밥⑤⑥/포도	까르보나라스파게티②⑤⑥⑨/ 통굴레차	씨앗호떡②④⑤⑥⑩ /아몬드브리즈⑩	베트남쌀국수⑤⑥⑨/스트링치즈②	소고기미나리섞음밥⑤⑥⑩/ 저당마시는요플레②
열량/단백질	228/7	234/12	214/9	222/8	207/9
오전간식	26	27	28	29	30
점심	영양닭죽⑤/동치미 대두콩밥 ⑤ 들깨미역국⑤ 고등어카레구이②⑤⑥⑦⑩⑫⑭⑮ 취나물볶음⑤ 깍두기 ⑨/백김치⑨	스크램블에그①⑤/사과/흰유유② 기장밥 북어채콩나물국⑤ 함박스테이크조림①⑤⑥⑩⑪ 푸실리채소샐러드①⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨	우유구겔호프①②⑤⑥⑨/흰유유② 양파등쪽돈가스덮밥①⑤⑥⑩ (가츠동) 두부미소국⑤⑥ 로메인양자청샐러드⑤⑥ 단호박범벅①⑤⑥ 배추김치⑨/백김치⑨	전복채소죽⑤⑨/동치미 수수밥 어묵채소국⑤⑥ 돈육채피망볶음⑤⑥⑩ 날치알계란찜①⑤ 깍두기 ⑨/백김치⑨	흑임고구마죽/사과 발아현미밥 도라지닭곰탕⑤⑩ 두부간장조림⑤⑥ 브로콜리사과무침⑤ 배추김치⑨/백김치⑨
1-2세	289/8	392/17	374/11	403/15	342/9
3-5세	414/12	560/25	535/17	576/22	489/14
오후간식 1	햄치즈샌드위치①②⑤⑥⑩ /흰유유②	오징어부추전①⑤⑥⑨/보리차	허니버터감자구이②⑤/포도/통굴레차	잔치국수⑤⑥/단무지	토마토계란볶음①⑤⑩/흰유유②
열량/단백질	232/11	211/8	199/5	185/5	249/10
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 및 유제품 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀가루 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돈육 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ⑲ 잣				
원산지 표시	쌀 밥, 죽, 누룽지 국내산	배추김치 배추 고춧가루 국내산	콩 열갈이 두부 순두부, 연두부 국내산	소고기 돼지고기 닭고기 오리고기 국내산	수산물 고등어 전복 코다리 꽃게 국내산
	수산 및 식육 가공품	진미채 오징어 페루산	어묵 연육 외국산	햄 돼지고기 외국산	치킨너겟 닭고기 국내산
				함박스테이크 소고기 국내산	돈까스 돼지고기 국내산
					참치 다랑어 원양산