

일 자	표준조리법						1(수)	2(목)	3(금)	4(토)
오전간식							두유⑤	♣배	♣바나나	♣토마토⑫
점 심							돈육자장밥 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 두부당면국⑤⑥ 브로콜리숙회+케첩 ①②⑤⑥⑫ 깍두기⑨	수수밥 시금치된장국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 콩비지찌개⑤⑨ 달걀말이①⑤ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨	닭살굴소스볶음밥 ⑤⑥⑫⑮ 머위잎된장국⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식		이달의 푸드브릿지					구운달걀①/보리차	핫케이크①②⑤⑥ /우유②	모닝빵(+딸기잼) ①②⑤⑥/우유②	우유②
열량(kcal)/단백질(g)		오이					622/26	701/30	611/22	499/24
일 자	6(월)	7(화)	8(수) 푸드브릿지Day	9(목)	10(금) 상급Day1	11(토)				
오전간식	♣참외/치즈②	들깨채소죽⑤⑥	시리얼/우유②	♣파프리카스틱 /떠먹는요구르트②	♣바나나	♣키위				
점 심	기장밥 아욱된장국⑤⑥ 돈육케첩조림 ①②⑤⑥⑩⑫ 양배추당근채볶음⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 버섯미역국⑤⑥ 닭살피망조림⑤⑥⑫ 스크램블에그①②⑤ 배추김치⑨	훈제오리부추볶음밥 ⑤⑥ 두부된장국⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩나물국⑤ 닭살데리야끼볶음 ⑤⑥⑫⑮ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 달걀배추국⑩⑫⑬⑭⑮⑯ 들기름두부구이⑤ 연근조림⑤⑥ 무나물⑤⑥	돈육카레라이스 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮⑯ 미소장국⑤⑥ 배추김치⑨				
오후간식	들기름막국수③⑤⑥ /보리차	♣찐고구마/우유②	참나물전①⑤⑥ /보리차	단호박스프 ①②⑤⑥⑫⑮⑯	후레쉬번①②⑤⑥/ 우유②	우유②				
열량(kcal)/단백질(g)	604/28	625/25	699/31	611/27	699/28	527/26				
일 자	13(월)	14(화) ★생일식단★	15(수)	16(목)	17(금)	18(토)				
오전간식	♣사과	♣수박	미숫가루⑤/우유②	♣바나나		♣배				
점 심	흑미밥 연두부국⑤ 돼지불고기⑤⑥⑫ 근대나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 새우살미역국⑤⑥⑨ 함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 아기삼계탕⑮ 간장두부조림⑤⑥ 애호박볶음⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 수제미국⑥ 돈육카레구이 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 고사리나물⑤⑥ 배추김치⑨		오므라이스 ①②⑤⑥⑫⑬⑭ 맑은미역국⑤⑥ 깍두기⑨				
오후간식	삼색채소주먹밥⑤ /엑상요구르트②	케이크①②⑤⑥⑩ /우유②	잔치국수⑤⑥	소보로빵①②④⑤⑥ /우유②		우유②				
열량(kcal)/단백질(g)	643/20	722/34	689/30	716/27		476/22				
일 자	20(월)	21(화)	22(수) 상급Day2	23(목)	24(금)	25(토)				
오전간식	연두부+양념장⑤⑥	누룽지죽	두유⑤	♣당근스틱 /떠먹는요구르트②	♣키위	♣바나나				
점 심	백미밥 소고기대파국⑫ 순살찜닭⑤⑥⑮ 양배추나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 청경채된장국⑤⑥ 돈육파프리카볶음 ⑤⑥⑩ 구이김 배추김치⑨	달걀마요덮밥①⑤ 순두부백탕⑤ 브로콜리무침 가지나물⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 닭살미역국⑤⑥⑮ 돼지고기시래기조림 ⑤⑥⑫ 버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 만둣국①⑤⑥⑩ 채소달걀찜① 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	닭칼국수⑥⑮ 추가쌈밥 깍두기⑨				
오후간식	♣수박/우유②	♣찐단호박/우유②	배추전⑤⑥/매실차	(으깬)옥수수스프 ①②⑤⑥⑫⑮⑯	찰보리빵①②⑤⑥ /우유②	우유②				
열량(kcal)/단백질(g)	608/26	652/26	617/21	582/27	603/25	662/30				
일 자	27(월) 푸드브릿지Day	28(화)	29(수)	30(목) 가동Day	31(금)					
오전간식	♣사과	모듬버섯죽	시리얼/우유②	♣토마토⑫/치즈②	♣바나나					
점 심	흑미밥 두부청국장국⑤⑥ 돈육고사리볶음⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 무חת국⑤⑥ 로제닭갈비 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑮⑯ 얼갈이나물⑤⑥ 배추김치⑨	소고기감자밥+양념장 ⑤⑥⑫ 실파장국⑤⑥ 열무나물⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 달걀팥국① 치킨가스+소스 ①②⑤⑥⑫⑮ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 소고기미나리국⑫ 두부부침⑤⑥ 김자반⑤⑥ 배추김치⑨					
오후간식	햄치즈샌드위치 ①②⑤⑥⑩⑫⑮⑯ /우유②	♣찐고구마/우유②	김가루주먹밥⑤⑥ /보리차	우유크림우동②⑥⑨	마들렌①②⑤⑥ /우유②					
열량(kcal)/단백질(g)	673/32	696/31	702/26	638/30	652/24					
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 ※ ㉮아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.									
원산지 표시	배추김치	쌀 (밥/죽/누룽지)	콩		소고기	돼지고기	닭고기			
	배추(국내산) 고춧가루(국내산)	백미(국내산) 흑미(국내산)	두부(국내산) 연두부(국내산)	콩비지(국내산) 순두부(국내산)	한우(국내산)	국내산	국내산			
	참치오이샌드위치 (참치)		훈제오리부추볶음밥 (훈제오리)		치킨가스		함박스테이크			
	가다랑어 (원양산)		오리고기 (국내산)		닭고기(국내산)		돼지고기(국내산) 닭고기(국내산)			

일 자	표준조리법		1(수)	2(목)	3(금)	4(토)	
오전간식			두유⑤	♣배	♣바나나	♣토마토⑫	
점 심			돈육자장밥 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ ✓두부당면국⑤⑥ 브로콜리숙회+케첩 ①②⑤⑥⑫ ✓깍두기⑨	수수밥 시금치된장국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥ ✓배추김치⑨	흑미밥 콩비지찌개⑤⑨ 달걀말이①⑤ 애호박나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	닭살굴소스볶음밥 ⑤⑥⑫⑬ 머위된장국⑤⑥ ✓배추김치⑨	
		구운달걀①/보리차	핫케이크①②⑤⑥ /우유②	모닝빵(+딸기잼) ①②⑤⑥/우유②	우유②		
오후간식	이달의 푸드브릿지		404/17	456/20	397/14	324/16	
열량(kcal)/단백질(g)	오이						
일 자	6(월)	7(화)	8(수) 푸드브릿지Day	9(목)	10(금) 상급Day1	11(토)	
오전간식	♣참외/치즈②	들깨채소죽⑤⑥	시리얼/우유②	✓♣파프리카스틱 /떠먹는요구르트②	♣바나나	♣키위	
점 심	기장밥 아욱된장국⑤⑥ 돈육케첩조림 ①②⑤⑥⑩⑫ 양배추당근채볶음⑤ ⑥ ✓깍두기⑨	흑미밥 ✓버섯미역국⑤⑥ ✓닭살피망조림⑤⑥⑫ 스크램블에그①②⑤ ✓배추김치⑨	✓훈제오리부추볶음밥 ⑤⑥ 두부된장국⑤⑥ ✓오이나물⑤⑥ ✓배추김치⑨	백미밥 ✓콩나물국⑤ 닭살데리야끼볶음 ⑤⑥⑫⑬ 청경채나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	수수밥 달걀배춧국⑩⑫⑬⑭⑮⑯ 들기름두부구이⑤ ✓연근조림⑤⑥ 무나물⑤⑥	돈육카레라이스 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮⑯ 미소장국⑤⑥ ✓배추김치⑨	
오후간식	✓들기름막국수③⑤⑥ /보리차	♣찐고구마/우유②	참나물전①⑤⑥ /보리차	단호박스프 ①②⑤⑥⑫⑬⑭⑮	후레쉬번①②⑤⑥/ 우유②	우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	393/18	406/16	454/20	397/18	454/18	343/17	
일 자	13(월)	14(화) ★생일식단★	15(수)	16(목)	17(금)	18(토)	
오전간식	♣사과	♣수박	미숫가루⑤/우유②	♣바나나		♣배	
점 심	흑미밥 연두붓국⑤ 돼지불고기⑤⑥⑫ 근대나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	백미밥 ✓새우살미역국⑤⑥⑨ 함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 양배추나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	백미밥 아기삼계탕⑮ 간장두부조림⑤⑥ 애호박볶음⑤⑥ ✓깍두기⑨	기장밥 수제비국⑥ 돈육카레구이 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮⑯ ✓고사리나물⑤⑥ ✓배추김치⑨		오므라이스 ①②⑤⑥⑫⑬⑭ 맑은미역국⑤⑥ ✓깍두기⑨	
오후간식	삼색채소주먹밥⑤ /액상요구르트②	케이크①②⑤⑥⑩ /우유②	잔치국수⑤⑥	소보로빵①②④⑤⑥ /우유②		우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	418/13	469/22	448/20	465/18	309/14		
일 자	20(월)	21(화)	22(수) 상급Day2	23(목)	24(금)	25(토)	
오전간식	연두부+양념장⑤⑥	누룽지죽	두유⑤	♣당근스틱 /떠먹는요구르트②	♣키위	♣바나나	
점 심	백미밥 소고기대파국⑩ 순살찜닭⑤⑥⑫ 양배추나물⑤⑥ ✓배추김치⑨	수수밥 청경채된장국⑤⑥ 돈육파프리카볶음⑤ ⑥⑩ 구이김 ✓배추김치⑨	달걀마요덮밥①⑤ 순두부백탕⑤ 브로콜리무침 가지나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	흑미밥 닭살미역국⑤⑥⑫ ✓돼지고기시래기 조림⑤⑥⑫ ✓버섯나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	기장밥 만둣국①⑤⑥⑩ 채소달걀찜① ✓콩나물무침⑤⑥ ✓배추김치⑨	✓닭칼국수⑥⑫ 추가쌀밥 ✓깍두기⑨	
오후간식	♣수박/우유②	♣찐단호박/우유②	배추전⑤⑥/매실차	✓으깬옥수수스프 ①②⑤⑥⑫⑬⑭⑮	찰보리빵①②⑤⑥ /우유②	우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	395/17	424/17	401/14	378/18	392/16	430/20	
일 자	27(월) 푸드브릿지Day	28(화)	29(수)	30(목) 가동Day	31(금)		
오전간식	✓♣사과	✓모듬버섯죽	시리얼/우유②	♣토마토⑫/치즈②	♣바나나		
점 심	흑미밥 두부청국장국⑤⑥ ✓돈육고사리볶음⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥ ✓배추김치⑨	백미밥 무쌈국⑤⑥ 로제닭갈비 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑮⑯ 열갈이나물⑤⑥ ✓배추김치⑨	소고기감자밥+양념장 ⑤⑥⑫ 실파장국⑤⑥ ✓열무나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	기장밥 달걀찜국① (✓치킨가스+소스 ①②⑤⑥⑫⑬⑭) 배추나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	수수밥 ✓소고기미나리국⑫ 두부부침⑤⑥ ✓김자반⑤⑥ ✓배추김치⑨		
오후간식	✓햄치즈샌드위치 ①②⑤⑥⑩⑫⑬⑭ /우유②	♣찐고구마/우유②	김가루주먹밥⑤⑥ /보리차	✓우유크림우동②⑥⑨	마들렌①②⑤⑥ /우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	437/21	452/20	456/17	415/20	424/16		
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개 류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲자 * ⑳야황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.						
안내사항	- ✓는 연령(1-2세) 특성에 따른 배식 및 조리 시 주의가 필요한 메뉴 표시 - ✓배추김치, ✓깍두기는 고춧가루를 소량 첨가하거나 넣지 않은 김치를 의미						
원산지 표시	배추김치	쌀 (밥/죽/누룽지)	콩		소고기	돼지고기	닭고기
	배추(국내산) 고춧가루(국내산)	백미(국내산) 흑미(국내산)	두부(국내산) 연두부(국내산)	콩비지(국내산) 순두부(국내산)	한우(국내산)	국내산	국내산
	참치오이샌드위치 (참치)		훈제오리부추볶음밥 (훈제오리)		치킨가스		함박스테이크
	가다랑어 (원양산)		오리고기 (국내산)		닭고기(국내산)		돼지고기(국내산) 닭고기(국내산)

일 자			1(수)	2(목)	3(금)	4(토)
오전간식			으깬과일(사과)	으깬과일(배)	으깬과일(바나나)	으깬과일(사과)
점 심			소고기브로콜리무른밥 ⑬	두부사과무른밥⑤	달걀노른자애호박 무른밥①	닭가슴살양파무른밥 ⑮
오후간식			아기두유⑤	아기떡빵/보리차	모닝빵①②⑤⑥ /보리차	아기요구르트②
열량(kcal)/단백질(g)			197/8	157/4	223/6	168/6
일 자	6(월)	7(화)	8(수)	9(목)	10(금)	11(토)
오전간식	으깬과일(바나나)	으깬과일(사과)	으깬과일(배)	으깬과일(사과)	으깬과일(바나나)	으깬과일(배)
점 심	달걀노른자당근무른밥 ①	소고기미역무른밥⑬	두부오이무른밥⑤	닭살청경채무른밥 ⑮	달걀노른자무른밥 ①	소고기참쌀무른밥⑬
오후간식	아기치즈②	찐고구마/보리차	플레인요구르트②	찐단호박/보리차	아기두유⑤	아기떡빵/보리차
열량(kcal)/단백질(g)	191/6	158/5	156/6	133/5	220/7	164/6
일 자	13(월)	14(화)	15(수)	16(목)	17(금)	18(토)
오전간식	으깬과일(사과)	으깬과일(수박)	으깬과일(사과)	으깬과일(바나나)	제헌절 	으깬과일(배)
점 심	연두부양파무른밥⑤	달걀노른자수수무른밥 ①	닭살애호박무른밥 ⑮	소고기당근무른밥⑬		달걀노른자미역무른밥 ①
오후간식	아기요구르트②	찐감자/보리차	소면⑥/보리차	아기떡빵/보리차		아기치즈②
열량(kcal)/단백질(g)	159/3	165/5	146/6	186/6		174/6
일 자	20(월)	21(화)	22(수)	23(목)	24(금)	25(토)
오전간식	으깬과일(수박)	으깬과일(사과)	으깬과일(배)	으깬과일(바나나)	으깬과일(배)	으깬과일(바나나)
점 심	닭살양배추무른밥 ⑮	소고기청경채무른밥 ⑬	달걀노른자배추무른밥 ①	소고기버섯무른밥⑬	달걀노른자양파무른밥 ①	닭가슴살당근무른밥 ⑮
오후간식	아기두유⑤	찐단호박/보리차	아기떡빵/보리차	플레인요구르트②	모닝빵①②⑤⑥ /보리차	소면⑥/보리차
열량(kcal)/단백질(g)	172/8	162/5	185/5	198/8	216/6	147/6
일 자	27(월)	28(화)	29(수)	30(목)	31(금)	
오전간식	으깬과일(사과)	으깬과일(배)	으깬과일(바나나)	으깬과일(사과)	으깬과일(배)	
점 심	소고기오이무른밥⑬	닭살무른밥⑮	소고기양파무른밥⑬	달걀노른자감자무른밥 ①	두부수수무른밥⑤	
오후간식	식빵①②⑤⑥ /보리차	찐고구마/보리차	아기두유⑤	우동면⑥/보리차	아기치즈②	
열량(kcal)/단백질(g)	187/6	140/5	218/8	181/5	140/5	
안내사항	※ 식재료 수급에 따른 식재료 변경 시, 반드시 식단 안내문(1P)을 참고하여 제공 가능한 식재료로 제공합니다. ※ 소금, 설탕, 간장 등 조미료는 이유식 종료 때까지 사용하지 않습니다.					표준조리법
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 ※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.					

[12개월 이전 제한 식품]

- ▶ 과일류 : 귤, 오렌지, 복숭아, 토마토, 딸기, 키위, 레몬, 파인애플, 망고, 단감
- ▶ 유제품 : 생우유, 생크림, 연유, 액상요구르트
- ▶ 어육류 : 돼지고기, 등푸른생선, 달걀흰자, 갑각류
- ▶ 기타 : 가공식품, 견과류
- ▶ 발행처 : 영양기획팀 (문의 02-6925-1839)
- ▶ 발급일 : 2026.6.19.

원산지 표시	쌀(밥)	콩	소고기	닭고기
	백미(국내산) 참쌀(국내산)	두부(국내산) 연두부(국내산)	한우(국내산)	국내산