

일 자	표준조리법	★생일식단★	1(수)	2(목)	3(금)	4(토)		
오전간식		♣수박	칼슘두유⑤	닭죽⑬	♣오렌지	♣토마토⑫		
점 심		백미밥 새우살미역국⑤⑥⑨ 함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑬ 양배추나물⑤⑥ 백깍두기⑨	백미밥 두부당면국⑤⑥ 소고기채소볶음⑤⑥⑬ 브로콜리숙회+케첩 ①②⑤⑥⑫ 백깍두기⑨	백미밥 시금치된장국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 돌나물사과무침⑤⑥ 백김치⑨	흑미밥 북어감자국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 애호박나물⑤⑥ 백깍두기⑨	닭살굴소스볶음밥 ⑤⑥⑬⑭ 머위잎된장국⑤⑥ 백김치⑨		
오후간식	이달의 푸드브릿지	(롤)케이크①②⑤⑥⑩ /우유②	구운달걀①/보리차	한케이크①②⑤⑥ /우유②	모닝빵(+딸기잼) ①②⑤⑥/우유②	우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	오이 	469/22	396/16	455/21	397/14	324/16		
일 자	6(월)	7(화)	8(수) 푸드브릿지/Day	9(목)	10(금) 상점Day1	11(토)		
오전간식	♣사과/치즈②	들깨채소죽⑤⑥	시리얼/우유②	단호박죽	♣바나나	♣키위		
점 심	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 돈육케첩조림 ①②⑤⑥⑩⑫ 숙주당근무침⑤⑥ 백깍두기⑨	백미밥 버섯미역국⑤⑥ 소고기피망조림⑤⑥⑬ 잔멸치볶음⑤⑥ 백김치⑨	훈제오리부추볶음밥 ⑤⑥ 두부된장국⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 콩나물국⑤ 닭살데리야끼볶음 ⑤⑥⑬⑭ 청경채나물⑤⑥ 백깍두기⑨	수수밥 달걀배추국①⑤⑥ 임연수구이⑤⑥ 연근조림⑤⑥ 무초절임	돈육카레라이스 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 미소장국⑤⑥ 백김치⑨		
오후간식	들기름막국수③⑤⑥ /보리차	♣찐고구마/우유②	참나물전①⑤⑥ /보리차	♣파프리카스틱 /떠먹는요구르트②	후레쉬번①②⑤⑥ /우유②	우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	397/18	406/16	454/20	387/17	454/18	343/17		
일 자	13(월)	14(화)	15(수)	16(목)	17(금)	18(토)		
오전간식	♣참외	모듬버섯죽	미숫가루⑤/우유②	달걀당근죽①⑤⑥		♣배		
점 심	백미밥 연두붓국⑤ 소불고기⑤⑥⑬ 근대나물⑤⑥ 백깍두기⑨	백미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 돼지고기수육(+쌈장) ⑤⑥⑩ 도토리묵상추무침⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 아기삼계탕⑮ 간장두부조림⑤⑥ 애호박볶음⑤⑥ 백깍두기⑨	기장밥 수제비국⑥ 고등어카레구이 ①⑤⑥⑦⑩⑫⑬⑭⑮ 고사리나물⑤⑥ 백김치⑨		오므라이스 ①②⑤⑥⑫⑬ 맑은미역국⑤⑥ 백깍두기⑨		
오후간식	삼색채소주먹밥⑤ /액상요구르트②	♣찐감자/우유②	잔치국수⑤⑥	소보로빵①②④⑤⑥ /우유②		우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	414/14	438/20	448/20	482/23		309/14		
일 자	20(월)	21(화)	22(수) 상점Day2	23(목)	24(금)	25(토)		
오전간식	연두부+양념장⑤⑥	누룽지죽	칼슘두유⑤	으깬옥수수스프 ①②⑤⑥⑬⑭	♣자두	♣오렌지		
점 심	백미밥 동태살대파국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑮ 양배추나물⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 청경채된장국⑤⑥ 돈육숙주볶음⑤⑥⑩ 구이김 백김치⑨	달걀마요덮밥①⑤ (순두부백탕⑤) 브로콜리무침 가지나물⑤⑥ 백깍두기⑨	백미밥 닭살미역국⑤⑥⑮ 소고기시래기조림 ③⑥⑬ 버섯나물⑤⑥ 백깍두기⑨	흑미밥 만둣국①⑤⑥⑩ 채소달걀찜① 콩나물무침⑤⑥ 백김치⑨	닭칼국수⑥⑮ 추가쌀밥 백깍두기⑨		
오후간식	수박우유화채② (♣사과/우유②)	♣찐단호박/우유②	배추전⑤⑥/보리차	♣당근스틱 /떠먹는요구르트②	찰보리빵①②⑤⑥ /우유②	우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	395/17(402/17)	424/17	388/12(401/14)	378/18	392/16	416/20		
일 자	27(월) 푸드브릿지/Day	28(화)	29(수)	30(목) 가동Day	31(금)			
오전간식	♣바나나	두부양파죽⑤⑥	시리얼/우유②	청경채치즈죽②	♣키위			
점 심	백미밥 두부청국장국⑤⑥ 돈육고사리볶음⑤⑥⑮ 참나물무침⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 무채국⑤⑥ 로제닭갈비 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑮ 얼갈이나물⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 실파장국⑤⑥ 소고기감자조림⑤⑥⑮ 열무나물⑤⑥ 백깍두기⑨	백미밥 달걀팥국① 생선가스+소스①②⑤⑥ ①②⑤⑥⑫⑬⑭ 양상추샐러드 +오리엔탈드레싱⑤⑥ 백깍두기⑨	수수밥 소고기미나리국⑮ 두부부침⑤⑥ 청포묵무침⑤⑥ 백김치⑨			
오후간식	참치오이샌드위치 ①②⑤⑥ /우유②	♣찐고구마/우유②	김가루주먹밥⑤⑥ /보리차	우유크림우동②⑥⑨	밤식빵①②⑤⑥ /우유②			
열량(kcal)/단백질(g)	437/21	462/21	463/16	447/19	424/16			
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개 류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲자른 ※ ⑳아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.							
원 산 지 표 시	백김치	쌀 (밥/죽/누룽지)	콩		소고기	돼지고기	닭고기	고등어
	배추(국내산)	백미(국내산) 흑미(국내산)	두부(국내산) 연두부(국내산)	순두부(국내산)	국내산 [한우/육우/젓소] *국내산 해당	국내산	국내산	국내산
	동태	참치오이샌드위치 (참치)		훈제오리부추볶음밥 (훈제오리)		생선가스		함박스테이크
	러시아산	가다랑어 (원양산)		오리고기 (국내산)		청대구살(중국산) 기타(수입산)		돼지고기(국내산) 닭고기(국내산)

일 자		★생일식단★	1(수)	2(목)	3(금)	
저녁		백미밥 ✓새우살수제비국⑤⑥⑨ 동그랑땡전①⑤⑥⑩⑫ 양배추초무침 ✓깍두기⑨	백미밥 달걀파국① 소고기브로콜리볶음 ⑤⑥⑩ 구이김 ✓배추김치⑨	백미밥 들깨미역국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ ✓배추김치⑨	달걀채소볶음밥①⑤⑥ 감자된장국⑤⑥ 애호박전⑤⑥ ✓깍두기⑨	
저녁간식	표준조리법 바로가기	우유②	우유②	우유②	우유②	
열량(kcal)/단백질(g)		354/16	320/15	350/17	352/13	
일 자	6(월)	7(화)	8(수)	9(목)	10(금)	
저녁	돈육하이라이스 ②⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 숙주맑은국 치즈스틱②⑤⑥ ✓배추김치⑨	백미밥 소고기된장국⑤⑥⑩ 삼색달걀찜① ✓버섯나물⑤⑥ ✓배추김치⑨	백미밥 두부부추국⑤ 소시지채소볶음 ⑤⑥⑩⑫⑬ 참나물무침⑤⑥ ✓깍두기⑨	백미밥 닭살청경채국⑫ ✓소고기곤약조림⑤⑥⑩ ✓콩나물무침⑤⑥ ✓배추김치⑨	백미밥 두부무침국⑤⑥ 치즈달걀말이①②⑤ 배추나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	
저녁간식	우유②	우유②	우유②	우유②	우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	346/20	318/14	319/12	343/16	322/14	
일 자	13(월)	14(화)	15(수)	16(목)	17(금)	
저녁	소고기장조림덮밥⑤⑥⑩ 근대된장국⑤⑥ 유부채소볶음⑤⑥ ✓배추김치⑨	백미밥 감자국⑤⑥ 돈육복합①②⑤⑥⑩⑫ 얼갈이나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	백미밥 애호박된장국⑤⑥ 닭살간장볶음⑤⑥⑫ ✓얼무나물⑤⑥ ✓배추김치⑨	백미밥 ✓복어미역국⑤⑥ 순살고등어조림⑤⑥⑦ ✓버섯나물⑤⑥ ✓배추김치⑨	제헌절 ⚖️ 	
저녁간식	우유②	우유②	우유②	우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	333/18	329/18	332/18	331/18		
일 자	20(월)	21(화)	22(수)	23(목)	24(금)	
저녁	백미밥 두부된장국⑤⑥ 동태살전①⑤⑥ 숙주나물⑤⑥ ✓배추김치⑨	백미밥 ✓우동국⑤⑥ 돈육단호박조림⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	백미밥 달걀배추국① 순두부찜+양념장⑤⑥ ✓가지튀김①⑤⑥ ✓깍두기⑨	닭살채소볶음밥⑤⑥⑫ ✓버섯된장국⑤⑥ ✓시래기나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	백미밥 ✓콩나물국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑩ 잔멸치볶음⑤⑥ ✓배추김치⑨	
저녁간식	우유②	우유②	우유②	우유②	우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	326/16	348/16	319/14	310/18	309/16	
일 자	27(월)	28(화)	29(수)	30(목)	31(금)	
저녁	참치채소비빔밥⑤⑥ ✓고사리들깨탕⑤⑥ ✓오이무침⑤⑥ ✓배추김치⑨	백미밥 얼갈이된장국⑤⑥ ✓닭살버섯볶음⑤⑥⑫ 고구마맛탕⑤ ✓깍두기⑨	백미밥 소고기미역국⑤⑥⑩ 두부간장조림⑤⑥ 무나물⑤⑥ ✓배추김치⑨	백미밥 감자국⑤⑥ 토마토달걀볶음①⑤⑫ 찐만두⑤⑥⑩ ✓깍두기⑨	백미밥 ✓미나리된장국⑤⑥ 소고기채소조림⑤⑥⑩ 두부구이⑤ ✓배추김치⑨	
저녁간식	우유②	우유②	우유②	우유②	우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	339/21	350/18	316/14	324/12	306/16	
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ㉠자른 ※ ㉡아황산류는 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)	콩	소고기	돼지고기	닭고기
	배추(국내산)	백미(국내산)	두부(국내산) 순두부(국내산)	국내산 [한우] *국내산 해당	국내산	국내산
	고등어	동태	소시지채소볶음 (소시지)	참치채소비빔밥 (참치)	동그랑땡전	
	국내산	러시아산	돼지고기(국내산) 닭고기(국내산)	가다랑어(원양산)	돼지고기(국내산) 닭고기(국내산)	