

일 자	표준조리법	★생일식단★	1(수)	2(목)	3(금)	4(토)		
오전간식		♣수박	닭살무죽⑤⑥⑮	소고기브로콜리죽 ⑤⑥⑮	시금치죽⑤⑥	✓복어애호박죽⑤⑥		
점 심		백미밥 소고기미역국⑤⑥⑮ 함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑮ 양배추나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	소고기자장밥 ①⑤⑥⑩⑫⑮⑮ ✓두부당면국⑤⑥ 브로콜리숙회+케첩 ①②⑤⑥⑫ ✓깍두기⑨	수수밥 시금치된장국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 돌나물사과무침⑤⑥ ✓배추김치⑨	백미밥 콩비지찌개⑤⑨ 달걀말이①⑤ 애호박나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	닭살굴소스볶음밥 ⑤⑥⑮⑮ 머위잎된장국⑤⑥ ✓배추김치⑨		
오후간식	이달의 푸드브릿지	케이크①②⑤⑥⑩ /우유②	♣배/치즈②	♣오렌지/우유②	모닝빵(+딸기잼) ①②⑤⑥/우유②	우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	오이	469/22	436/16	430/20	443/15	420/18		
일 자	6(월)	7(화)	8(수) 푸드브릿지Day	9(목)	10(금) 상경Day1	11(토)		
오전간식	누룽지죽	삼색채소죽	소고기미역국⑤⑥⑮	✓두부부추죽⑤⑥	✓돼개콩나물죽⑤⑥	✓달걀연근죽①		
점 심	기장밥 아욱된장국⑤⑥ 돈육계첩조림 ①②⑤⑥⑩⑫ 숙주당근무침⑤⑥ ✓깍두기⑨	백미밥 ✓버섯미역국⑤⑥ ✓소고기파망조림⑤⑥⑮ 스프램블에그①②⑤ ✓배추김치⑨	✓훈제오리부추볶음밥 ⑤⑥ 두부된장국⑤⑥ ✓오이무침⑤⑥ ✓배추김치⑨	백미밥 ✓콩나물국⑤ 닭살데리야기볶음 ⑤⑥⑮⑮ 청경채나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	수수밥 달걀배추국①④⑤⑥ 들기름두부구이 ✓연근조림⑤⑥ 무초절임	돈육카레라이스 ①⑤⑥⑩⑫⑮⑮ 미소장국⑤⑥ ✓배추김치⑨		
오후간식	♣바나나/우유②	♣찐고구마/우유②	참나물전①⑤⑥ /액상요구르트②	♣키위/우유②	후레쉬번①②⑤⑥ /우유②	우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	422/18	404/16	430/19	458/20	488/20	396/19		
일 자	13(월)	14(화)	15(수)	16(목)	17(금)	18(토)		
오전간식	✓모듬버섯죽	소고기근대죽⑤⑥⑮	달걀알걀이죽①⑤⑥	♣수박		김가루채소죽⑤⑥		
점 심	백미밥 연두부국⑤ 소불고기⑤⑥⑮ 근대나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	수수밥 얼갈이된장국⑤⑥ 돼지고기수육(+쌈장) ⑤⑥⑩ ✓도토리묵상추무침 ⑤⑥ ✓배추김치⑨	백미밥 아기삼계탕⑮ 간장두부조림⑤⑥ 애호박볶음⑤⑥ ✓깍두기⑨	백미밥 소고기미역국⑤⑥⑮ 함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑮ 양배추나물⑤⑥ ✓깍두기⑨ <생일식단>		오므라이스 ①②⑤⑥⑫⑮ 맑은미역국⑤⑥ ✓깍두기⑨		
오후간식	핫케이크①②⑤⑥ /우유②	♣찐감자/우유②	수박우유화채② (♣천도)복숭아⑪ /우유②	케이크①②⑤⑥⑩ /우유②		우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	478/18	458/21	426/18(422/18)	469/22		361/16		
일 자	20(월)	21(화)	22(수) 상경Day2	23(목) 가뽏Day	24(금)	25(토)		
오전간식	두부채소죽⑤⑥	닭살양배추죽⑤⑥⑮	단호박죽	달걀가지죽①/치즈②	✓소고기버섯죽⑤⑥⑮	✓두부콩나물죽⑤⑥		
점 심	백미밥 동태살대파국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑮ 양배추나물⑤⑥ ✓배추김치⑨	수수밥 청경채된장국⑤⑥ 돈육숙주볶음⑤⑥⑩ 구이김 ✓배추김치⑨	달걀마요덮밥①⑤ (순두부백탕⑤) 브로콜리무침 가지나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	백미밥 닭살미역국⑤⑥⑮ ✓소고기시래기조림 ⑤⑥⑮ ✓버섯나물⑤⑥ ✓깍두기⑨ ✓우유크림우동 ②⑥⑨	기장밥 만둣국①⑤⑥⑩ 채소달걀찜① ✓콩나물무침⑤⑥ ✓배추김치⑨	✓닭갈국수⑥⑮ 추가쌀밥 ✓깍두기⑨		
오후간식	♣자두/우유②	♣찐단호박/우유②	♣바나나/우유②		찰보리빵①②⑤⑥ /우유②	우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	451/18	437/20	410/14(423/16)	450/22	471/19	467/21		
일 자	27(월) 푸드브릿지Day	28(화)	29(수)	30(목)	31(금)			
오전간식	달걀죽①	두부참나물죽⑤	닭살알걀이죽⑤⑥⑮	✓소고기열무죽⑤⑥⑮	달걀채소죽①			
점 심	백미밥 두부청국장국⑤⑥ ✓돈육고사리볶음 ⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥ ✓배추김치⑨ --- 여	백미밥 무채국⑤⑥ 로제달걀비 ②⑤⑥⑫⑮⑮ 얼갈이나물⑤⑥ ✓배추김치⑨ 름	소고기감자밥+양념장 ⑤⑥⑮ 실파장국⑤⑥ ✓열무나물⑤⑥ ✓깍두기⑨ 방	기장밥 달걀팥국① ✓생선가스+소스①②⑤⑥ 양상추샐러드 +오리엔탈드레싱⑤⑥ ✓깍두기⑨ 학	수수밥 ✓소고기미나라국⑮ 두부부침⑤⑥ ✓청포묵무침⑤⑥ ✓배추김치⑨ ---			
오후간식	✓참치오이샌드위치 ①②⑤⑥/우유②	♣찐고구마 /칼슘두유⑤	♣사과/우유②	♣토마토⑫ /떠먹는요구르트②	밤식빵①②⑤⑥ /우유②			
열량(kcal)/단백질(g)	479/23	458/21	458/19	412/19	475/18			
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③매일 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개 류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 ※ ㉮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							
원 산 지 표 시	배추김치	쌀 (밥/죽/누룽지)	콩		소고기	돼지고기	닭고기	고등어
	배추(국내산) 고춧가루(국내산)	백미(국내산) 흑미(____ 산)	두부(국내산) 연두부(국내산)	콩비지(국내산) 순두부(국내산)	국내산 한우	국내산	국내산	원양산
	동태	훈제오리부추볶음밥 (훈제오리)	참치오이샌드위치 (참치)	햄오이샌드위치(햄)	생선가스	치킨가스		함박스테이크
	원양산	오리고기 (국내산)	가다랑어 (원양산)	____고기(____ 산) ____고기(____ 산)	동태 (원양산)	닭고기(____ 산) ____고기(____ 산)	돼지고기(국내산) ____고기(____ 산)	