


구분	월	화	수	목	금	
오전간식	1	2	3:지방선거일	4	5	
점심	보리밥 시금치된장국⑤⑥ 햄박스테이크⑤⑥⑦⑧⑨/소스⑤⑥⑦⑧⑨ 양배추피망볶음⑤ 팍두기⑦/백김치⑨	기장밥 소고기미역국⑤⑥ 양볼락구이⑤⑥ 반달애호박볶음⑤⑥ 배추김치⑦/백김치⑨		소고기채소죽⑤⑥⑦⑧/오렌지 차조밥 청국장찌개⑤⑥ 허브솔트목살구이⑤⑥/쌈장⑤⑥⑦ 오이무침⑤⑥/찜양배추 열무김치⑦/백김치⑨	대구살채소죽⑤/포도 밭아현미밥 안매운두부김치국⑤⑥ 로제찜닭②③④⑤⑥⑦⑧⑨ 가지양파볶음⑤⑥ 팍두기⑦/백김치⑨	
1-2세	389/16	331/14		488/20	246/14	
3-5세	557/23	474/20		698/29	352/21	
오후간식 1	롤케익①②③④⑤/무설탕두유⑤	돈육부추잡채⑤⑥⑦/흰우유②		유부우동⑤⑥/저염치즈②	프렌치토스트①②③④⑤ 흰우유②	
열량/단백질	157/3	189/5		90/3	187/7	
오후간식 2	떠먹는요플레②	스트링치즈②		흰우유②	떠먹는요플레②	
오전간식	8	9	10	11	12	
점심	현미누룽지죽/동치미⑦ 수수밥 순두부찌개①⑤⑥⑦ 소고기숙주볶음⑤⑥⑦⑧ 얼갈이나물⑤ (영아:얼갈이나물볶음⑤⑥) 배추김치⑦/백김치⑨	단호박죽/메론 보리찰쌀밥 들깨미역국⑤ 코다리살조림⑤⑥ 당근감자채볶음⑤ 팍두기⑦/백김치⑨	찜감자/흰우유② 규동덮밥(일부식물고기덮밥)⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 건새우아욱된장국⑤⑥⑦⑧ 썩갓나물무침⑤ 참기름단무지무침 (영아:연두부양념장⑤⑥) 배추김치⑦/백김치⑨	전복채소죽⑤⑥/사과 귀리밥 소고기팽이버섯국⑤⑥⑦ 수제돈가스/소스①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 컵샐러드①⑤⑥⑦⑧ 팍두기⑦/백김치⑨	브로콜리스트프②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩/조각식빵②③④⑤⑥ 녹두찰쌀밥 청경채콩나물국⑤ 안동찜닭⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 새우살애호박볶음⑤ 배추김치⑦/백김치⑨	
1-2세	497/14	295/9	302/10	344/13	354/19	
3-5세	710/21	422/14	432/15	492/19	507/28	
오후간식 1	탕수육⑤⑥⑦⑧⑨/흰우유② (20개월이하:두부구이⑤⑥/흰우유②)	교자만두찜⑤⑥/흰우유②	부리채소주먹밥/보리차	핫케익①⑤⑥/블루베리/흰우유②	고구마맛탕/흰우유②	
열량/단백질	218/10	156/7	267/12	128/5	92/2	
오후간식 2	떠먹는요플레②	스트링치즈②	흰우유②	떠먹는요플레②	스트링치즈②	
오전간식	15	16	17:채식DAY	18	19	
점심	오곡씨리얼/흰우유② 기장밥 달걀미역국⑤⑥⑦ 돈육감자조림⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 오이사와무침⑤ 배추김치⑦/백김치⑨	단호박찜/흰우유② 차조밥 어묵썩갓국⑤⑥⑦⑧⑨ 넓은당면소불고기⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 시금치나물⑤ (15개월이하:시금치볶음⑤⑥) 팍두기⑦/백김치⑨	당근크림스프②⑤⑥⑦⑧⑨/모닝빵 자장덮밥②⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬ 버섯시소국⑤⑥⑦ 두부스틱⑤⑥/소스⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 배추김치⑦ 망고푸딩	새우살근대죽⑤⑥/메론 홍국찰쌀밥 다시마감자국⑤ 돈육메추리알장조림①⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 브로콜리사과무침⑤ 팍두기⑦/백김치⑨	연두부팽이죽⑤/포도 현미찰쌀밥 해물된장찌개⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯ 훈제오리찜②③④⑤/소스⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 새콤무생채⑤ 배추김치⑦/백김치⑨	
1-2세	324/11	494/18	298/9	330/11	347/13	
3-5세	463/16	707/26	426/13	472/17	496/19	
오후간식 1	치즈딸기썩빵①②③④⑤/흰우유② (15개월이하:오곡식빵⑤⑥/흰우유②)	까르보나라스파게티①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿/마시는요플레②	온메밀국수⑤/저염치즈②	오꼬노미야끼①②③④⑤⑥/마시는요플레②	하도그①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ 흰우유②(15개월이하:썩빵자)	
열량/단백질	170/3	267/10	90/4	95/3	162/6	
오후간식 2	스트링치즈②	흰우유②	흰우유②	스트링치즈②	떠먹는요플레②	
오전간식	22	23	24	25	26	
점심	크림스프②⑤⑥⑦⑧⑨⑩/조각식빵⑦/흰우유② 흑미밥 참나물된장국⑤⑥ 소고기버섯볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 양상추오렌지샐러드①⑤⑥⑦ 배추김치⑦/백김치⑨	찰보리밥 들깨미역국⑤ 생선마스⑤⑥/타르타르소스①⑤ 양배추샐러드⑤⑥ 팍두기⑦/백김치⑨	찜고구마/흰우유② 하이라이프드림밥②⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ 새우살채소국⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ 삼색어묵채소볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ 김부각⑤⑥ 백김치⑦	백김치콩나물죽⑤⑥/블루베리 조각서리태콩밥⑤ 두부시금치된장국⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ 제육볶음⑤⑥⑦⑧⑨/쌈장⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ 양배추찜/콩나물무침⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ 열무김치⑦⑧⑨/백김치⑨	흰살생선채소죽⑤/저염치즈② 조각서리태밥⑤ 소고기묵국⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ 달걀카레채소볶음②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ (영아:달걀저염조림) 참나물무침⑤ (15개월이하:참나물볶음⑤) 배추김치⑦/백김치⑨	
1-2세	380/13	315/11	350/18	413/13	330/17	
3-5세	544/19	450/17	500/27	590/19	472/25	
오후간식 1	제주국수⑤⑥⑦⑧⑨⑩	구운계란①/수박/흰우유②	안홍찜빵⑦/무설탕오트밀우유②	메추리알어묵볶이①⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ 흰우유②	토마토스파게티⑤⑥⑦⑧⑨⑩/흰우유②	
열량/단백질	286/8	67/4	158/4	131/9	201/8	
오후간식 2	흰우유②	떠먹는요플레②	스트링치즈②	흰우유②	떠먹는요플레②	
오전간식	29	30				
점심	연두부양념장⑤⑥/흰우유②/사과 기장밥 콩가루얼갈이국⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ 소고기감자조림⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ 파프리카버섯볶음⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ 배추김치⑦/백김치⑨	계란간짜채소죽①/적포도 토마토찰쌀밥⑤ 도라지달고양⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ 삼치살조림⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ 들깨시금치나물⑤ 열무김치⑦⑧⑨/백김치⑨	▲단체급식 특성상 개별 맞춤 급식을 하기 어렵습니다. 영유아가 특정식품에 대해 알레르기가 있는 경우, 식단계획표를 미리 살펴보고 교사에게 정보를 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. * 백김치는 만세~2세 대체식입니다. * 당질 55g, 단백질 15-20g, 지질 12g, 칼슘 500-600mg			
1-2세	270/11	315/9				
3-5세	386/17	450/13				
오후간식 1	츄러스⑥/수박 (15개월미만:수박/찜감자)	썩갓우동⑤⑥/저염치즈②				
열량/단백질	124/2	95/4				
오후간식 2	흰우유②	떠먹는요플레②				

알레르기 유발식품 ①난류 ②우유 및 유제품 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀가루 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돈육 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야황산염 ⑭호두 ⑮달고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ⑳ 잣

원산지 표시
 소고기:국내산-한우, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리고기:국내산, 쌀(찰쌀,홍곡,밥,누룽지,죽,흑미,현미)-국내산, 배추김치:배추-국내산,고춧가루-국내산,얼갈이/겉절이:얼갈이/배추-국내산,고춧가루-국내산,봄동겉절이:얼갈이/배추-국내산,고춧가루-국내산,두부,순두부,콩비지,콩국수,연두부:콩-국내산,콩가루-외국산,참조기:국내산,낙지:중국/베트남,명태,동태:러시아산,북어-러시아연방,툰-국내산,대구-국내산,고등어:국내산,인연수어:미국산,갈치:국내산,오징어:원양산,꽃게:국내산,진미채:오징어-수입산,오징어실채:오징어-페루산,새우:베트남산,아귀살:국내산,코다리:명태-러시아산,전복:국내산,방어:국내산,볼락:미국산,가자미:미국산,돈가스:돼지고기-국내산,해물동그랑땡:오징어-페루산,생선가스:명태-러시아산,훈제오리-오리고기(국내산),햄/소세지/너비아니:돼지고기-국내산,샌드위치(슬라이스)-외국산,생선살:생선(참치:다랑어-원양산,베이컨:돼지고기-국내산,햄박스테이크:돼지고기-국내산,소고기-호주산),미트볼-돼지고기(국내산) 소고기(국내산,호주산),치킨(겉:닭고기-국내산,치킨(갓):닭고기-국내산,참치(캔):다랑어-원양산,베이컨:돼지고기-국내산,햄박스테이크:돼지고기-국내산,어묵:연육(수입산),갈비탕:소고기(육우),우사골(완)-우정육(호주산),달걀찜(닭:국내산),스테이크-국내산(한우),핫도그:돼지고기-국내산,바베큐폭죽:돈육(국내산),멘치마스:돈육(국내산)/쇠고기(호주산),두부기라야끼(콩-국내산),두부스테이크(콩-국내산,돼지고기-국내산),생선가스(대구-국내산),갈비만두(돼지고기-국내산),방어-국내산,해물모듬(5종-오징어채,갑오징어족,홍합살,바지락살,새우살)-국내산,꿔바로우:돼지고기-국내산,바지락살-국내산