

날짜	6/1 (월)	6/2 (화)	6/3 (수)	6/4 (목)	6/5 (금)	6/6 (토)
오전간식	채소스틱(파프리카스틱) &떠먹는요구르트②	과일(파인애플)		미숫가루우유②⑤	과일(토마토)②&우유②	
점심	백미밥 맑은육개장⑤⑥⑩ 치즈달걀말이①②⑤ 느타리버섯볶음⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 배춧국⑤⑥ 안매운제육볶음⑤⑥⑩ 오이무침⑤⑥ 깍두기⑨		잡곡밥 열무된장국⑤⑥ 달걀버터구이②⑤ 깍두기⑨	잡곡밥 콩나물국⑤ 생선까스&타르타르소스 ①⑤⑥ 감자조림⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식	냉공국수⑤⑥	빵(밤식빵)①②⑤⑥&우유②		롤만두⑤⑥⑩⑬⑭	채소주먹밥⑤&겉명자차	
열량(kcal)/단백질(g)	440/22	418/16	390/21	432/16		
날짜	6/8 (월)	6/9 (화) 서울미래밥상	6/10 (수)	6/11 (목)	6/12 (금)	6/13 (토)
오전간식	과일(참외)&우유②	과일(오렌지)	크림스프②⑤⑥⑬⑭	시리얼&우유②	과일(바나나)&치즈②	우유②
점심	백미밥 쇠고기탕국⑤⑩ 달걀장조림①⑤⑥ 숙주무침 배추김치⑨	잡곡밥 근대두부된장국⑤⑥ 삼치구이⑤⑥ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	전주비빔밥⑤⑥⑬ 상삼 버섯맑은국⑤⑥ 연근튀김⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 된장찌개⑤⑥ 돈육부추볶음⑤⑥⑩ 파프리카무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 하얀무생채 배추김치⑨	돈육간장볶음밥⑤⑥⑩ 파프리카잡채⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	잔치국수⑤⑥	빵(롤빵)①②⑤⑥&우유②	찐감자&우유②	새우애호박토마토리조뜨 ②⑨⑩	미니핫도그①②⑥⑩&오미자차	감자범벅①⑤
열량(kcal)/단백질(g)	425/17	430/19	437/15	438/17	434/14	315/12
날짜	6/15 (월)	6/16 (화) 서울미래밥상	6/17 (수)	6/18 (목)	6/19 (금)	6/20 (토)
오전간식	채소스틱(양배추스틱) &떠먹는요구르트②	과일(키위)	파프리카스프②	미숫가루우유②⑤	과일(수박)&우유②	우유②
점심	백미밥 청경채된장국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑩ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 오징어묵국⑤⑥⑩ 연두부찜&양념장⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	미트볼카레라이스 ⑤⑥⑩⑬ 달걀찜국① 과일치즈샐러드② 배추김치⑨	잡곡밥 돈육애호박찌개⑤⑥⑩ 새우살양파볶음⑤⑥ 가지나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 채소당면국⑤⑥ 영양찜닭⑤⑥⑬ ★김구이 깍두기⑨	새우살오므라이스①⑤⑨⑩ 가지양념찜⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	들기름비빔국수⑤⑥	빵(모닝빵)①②⑤⑥&우유②	찐고구마&우유②	유부초밥⑤⑥	카스테라①②⑥&옥수수차	고구마맛탕⑤
열량(kcal)/단백질(g)	416/15	393/15	439/13	436/19	438/16	401/14
날짜	6/22 (월)	6/23 (화)	6/24 (수)	6/25 (목)	6/26 (금)	6/27 (토)
오전간식	과일(바나나)&우유②	과일(사과)	브로콜리스프②⑥	시리얼&우유②	과일(참외)&치즈②	우유②
점심	백미밥 콩비지찌개⑤⑨ 돈사태찜⑤⑥⑩ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 시금치맑은국 순살닭볶음탕⑤⑥⑬ 열무나물 배추김치⑨	쌈쌈 해물볶음밥⑤⑥⑨⑩ 상삼 유부장국⑤⑥ 양배추새콤무침⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 감자국⑤⑥ 쇠고기찜스테이크⑤⑥⑩⑬ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 숙갓어묵국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 애호박달걀전①⑤⑥ 배추김치⑨	쇠고기굴소스볶음밥 ⑤⑩⑬ 감자채볶음⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	쌀국수⑬	빵(소보로빵)①②④⑥&우유②	삶은달걀①&우유②	로제소스스파게티 ②⑤⑥⑩⑬⑭⑯	찐고구마&매실차	프렌치토스트①②⑤⑥
열량(kcal)/단백질(g)	420/17	429/17	391/20	419/13	414/11	409/15
날짜	6/29 (월)	6/30 (화)	6월의 푸드브릿지			
오전간식	채소스틱(당근스틱) &떠먹는요구르트②	과일(매론)	♥ 애호박 ♥			
점심	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 브로콜리무침 배추김치⑨	잡곡밥 순두부백탕①⑤ 가자미조림⑤⑥ 애호박볶음⑤⑥ 깍두기⑨	애호박은 수분이 많고 부드러운 식감을 지니며, 장 운동을 도와 소화 기능 개선에 도움을 줍니다. 또한 무기질과 비타민이 풍부해 기초 영양 보충에 좋은 채소입니다.			
오후간식	감가루주먹밥⑤⑥	빵(잼샌드위치)①②⑤⑥&우유②				
열량(kcal)/단백질(g)	430/17	396/19				
식단안내	* 알레르기 유발식품 안내 (각 번호의 품목을 확인하고 알레르기 반응을 보이는 영유아에게는 해당 식품을 제한) ①난류 ②우유 ③매밀 ④팥콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳잔 <아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.>					이 달의 푸드브릿지 쌈쌈 닭스테이 상삼 저염메이 SMART UP식재료 ★ 영·유아 섭취 주의

원산지 표시	밥, 죽 누룽지		김치		두부		콩비지		쇠고기			수산물				
	쌀(흑미, 현미, 찰쌀 포함)		배추	고춧가루	콩	콩	국내산	돼지고기	닭고기	오리고기	주꾸미	고등어	오징어	명태	다랑어	
	국내산		국내산	국내산	국내산	국내산	한우	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	러시아산	원양산	
	식육가공품(햄, 소시지, 베이컨 등) 어육가공품(어묵, 어육소시지 등)					콩국수(콩-국내산), 생선까스 (명태-국내산), 미트볼카레라이스 (돼지고기-국내산) * 식품의 수급상황에 따라 위의 원산지 표시가 변경될 수 있습니다.										

날짜	6/1 (월)	6/2 (화)	6/3 (수)	6/4 (목)	6/5 (금)	6/6 (토)
오전간식	채소스틱(파프리카스틱) &떠먹는요구르트②	과일(파인애플)		미숫가루우유②⑤	과일(토마토)⑫&우유②	
점심	백미밥 맑은육개장⑤⑥⑩ 치즈달걀말이①②⑤ 느타리버섯볶음⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 배춧국⑤⑥ 안매운제육볶음⑤⑥⑩ 오이무침⑤⑥ 깍두기⑨		잡곡밥 열무된장국⑤⑥ 달걀버터구이②⑤⑥ 깎뚜기⑨	백미밥 콩나물국⑤ 생선까스&타르타르소스 ①⑤⑥ 감자조림⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식	냉콩국수⑤⑥	빵(밤식빵)①②⑤⑥&우유②		블만두⑤⑥⑩⑫⑬	채소주먹밥⑤&결명자차	
열량(kcal)/단백질(g)	679/34	642/25	601/33	665/25		
날짜	6/8 (월)	6/9 (화) 서울미래밥상	6/10 (수)	6/11 (목)	6/12 (금)	6/13 (토)
오전간식	과일(참외)&우유②	과일(오렌지)	크림스프②⑤⑥⑫⑬	시리얼&우유②	과일(바나나)&치즈②	우유②
점심	백미밥 쇠고기탕국⑤⑥ 달걀장조림①⑤⑥ 숙주무침 배추김치⑨	잡곡밥 근대두부된장국⑤⑥ 삼치구이⑤⑥ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	전주비빔밥⑤⑥⑫ 삼삼 버섯맑은국⑤⑥ 연근튀김⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 된장찌개⑤⑥ 돈육부추볶음⑤⑥⑩ 파프리카무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 하얀무생채 배추김치⑨	돈육간장볶음밥⑤⑥⑩ 파프리카잡채⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	잔치국수⑤⑥	빵(롤빵)①②⑤⑥&우유②	찐감자&우유②	새우애호박토마토리조프 ②⑨⑫	미니핫도그①②⑥⑩&오미자차	감자범벅①⑤
열량(kcal)/단백질(g)	654/27	661/29	672/23	674/26	668/21	484/19
날짜	6/15 (월)	6/16 (화) 서울미래밥상	6/17 (수)	6/18 (목)	6/19 (금)	6/20 (토)
오전간식	채소스틱(양배추스틱) &떠먹는요구르트②	과일(키위)	파프리카스프②	미숫가루우유②⑤	과일(수박)&우유②	우유②
점심	백미밥 청경채된장국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑫ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 오징어묵국⑤⑥⑫ 연두부찜&양념장⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	미트볼카레라이스 ⑤⑥⑩⑫ 달걀찜국① 과일치즈샐러드② 배추김치⑨	잡곡밥 돈육애호박찌개⑤⑥⑩ 새우살양파볶음⑤⑨ 가지나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 채소당면국⑤⑥ 영양찜닭⑤⑥⑫ ★김구이 깍두기⑨	새우살오므라이스①⑤⑨⑫ 가지양념찜⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	들기름비빔국수⑤⑥	빵(모닝빵)①②⑤⑥&우유②	찐고구마&우유②	유부초밥⑤⑥	카스테라①②⑥&옥수수차	고구마맛탕⑤
열량(kcal)/단백질(g)	641/24	605/23	676/20	671/29	673/24	617/22
날짜	6/22 (월)	6/23 (화)	6/24 (수)	6/25 (목)	6/26 (금)	6/27 (토)
오전간식	과일(바나나)&우유②	과일(사과)	브로콜리스프②⑥	시리얼&우유②	과일(참외)&치즈②	우유②
점심	백미밥 콩비지찌개⑤⑨ 돈사태찜⑤⑥⑩ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 시금치맑은국 순살닭볶음탕⑤⑥⑫ 열무나물 배추김치⑨	쌈쌈 해물볶음밥⑤⑥⑨⑫ 삼삼 유부장국⑤⑥ 양배추새콤무침⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 감자국⑤⑥ 쇠고기참스테이크⑤⑥⑫⑬ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 숙갓어묵국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 애호박달걀전①⑤⑥ 배추김치⑨	쇠고기굴소스볶음밥 ⑤⑥⑩⑫ 감자채볶음⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	쌀국수⑩	빵(소보로빵)①②④⑥&우유②	삶은달걀①&우유②	로제소스스파게티 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑯	찐고구마&매실차	프렌치토스트①②⑤⑥
열량(kcal)/단백질(g)	645/27	659/26	601/31	644/19	4638/17	630/23
날짜	6/29 (월)	6/30 (화)	6월의 푸드브릿지			
오전간식	채소스틱(당근스틱) &떠먹는요구르트②	과일(메론)	♥ 애호박 ♥			
점심	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 브로콜리무침 배추김치⑨	잡곡밥 순두부백탕①⑤ 가지미조림⑤⑥ 애호박볶음⑤⑥ 깍두기⑨	애호박은 수분이 많고 부드러운 식감을 지니며, 장 운동을 도와 소화 가능 개선에 도움을 줍니다. 또한 무기질과 비타민이 풍부해 기초 영양 보충에 좋은 채소입니다.			
오후간식	김가루주먹밥⑤⑥	빵(잼샌드위치)①②⑤⑥&우유②				
열량(kcal)/단백질(g)	662/26	609/30				
식단안내	* 알레르기 유발식품 안내 (각 번호의 품목을 확인하고 알레르기 반응을 보이는 영유아에게는 해당 식품을 제한) ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야행산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲갓 <야행산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.>					이 달의 푸드브릿지 짹짹 싹싹데이 삼삼 저염데이 SMART UP식재료 영유아 섭취 주의

원산지 표시	밥, 죽 누룽지		김치		두부	콩비지	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물				
	쌀(흑미, 현미, 찰쌀 포함)		배추	고춧가루	콩	콩	국내산				주꾸미	고등어	오징어	명태	다랑어
	국내산		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	한우	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	러시아산
	식육가공품(햄, 소시지, 베이컨 등) 어육가공품(어묵, 어육소시지 등)					콩국수(콩-국내산), 생선까스(명태-국내산), 미트볼카레라이스(돼지고기-국내산)									
	* 식품의 수급상황에 따라 위의 원산지 표시가 변경될 수 있습니다.														