


날짜	1(월)	2(화)	3(수) 지방선거	4(목)	5(금)	6(토) 현충일
오전간식	미숫가루⑤&우유②	크림스프②⑥		당근스틱 & 어린이치즈②	자른 방울토마토⑫	
점심	백미밥 돈육비지찌개⑤⑨⑩ 메추리알장조림①⑤⑥ 깻잎나물⑤⑥ 어린이각두기⑨	기장밥 (달걀제외)복어국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑩ 상추무침⑤⑥ 어린이각두기⑨		흑미밥 팽이버섯된장국⑤⑥ 돈육복쌈⑤⑥⑩⑫ 비름나물무침⑤⑥ 어린이각두기⑨	수수밥 닭곰탕⑮ 두부양념조림⑤⑥ 근대나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	
오후간식	칼국수⑤⑥	찐고구마&우유②		토마토스파게티⑤⑥⑫	식빵①②⑥&우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	435/17	427/15		416/19	390/20	
날짜	8(월)	9(화)	10(수) Na	11(목)	12(금)	13(토)
오전간식	곡물시리얼⑤⑥&우유②	달걀양파죽⑮	수박 & 플레인요거트②	오이스틱 & 어린이치즈②	오렌지	
점심	백미밥 열무된장국⑤⑥ 쇠고기파프리카볶음⑤⑥⑩ 가지나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	흑미밥 (달걀제외)순두부백탕⑤ 돈육수육⑤⑥⑩ 양배추숙쌈&저염쌈장⑤⑥ 어린이각두기⑨	단호박짜장밥⑤⑥ (+송늬) 실채볶음⑤⑥⑩ 과일샐러드② 어린이배추김치⑨	기장밥 쇠고기뭇국⑤⑥⑩ 달걀말이①⑤ 우거지나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	수수밥 청경채된장국⑤⑥ 간장달걀비⑤⑥⑮ 콩나물무침⑤⑥ 어린이각두기⑨	
오후간식	프렌치토스트①②⑤⑥	버터감자구이② & 우유②	김가루주먹밥⑤⑥	수제비⑥	모닝빵①②⑥&우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	439/14	406/19	390/14	434/18	390/18	
날짜	15(월)	16(화)	17(수)	18(목) NEW	19(금) 단오	20(토)
오전간식	미숫가루⑤&우유②	두부양파죽⑤	참외&플레인요거트②	데친 고구마스틱 & 어린이치즈②	바나나	
점심	백미밥 콩가루배추국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 청포묵무침⑤⑥ 어린이각두기⑨	기장밥 안매운육개장⑤⑥⑩ 치즈달걀찜①② 김구이 어린이각두기⑨	달걀깨워볶음밥⑤⑥⑮ 시금치된장국⑤⑥ 물만두①⑤⑥⑩ 어린이배추김치⑨	수수밥 맑은유부국⑤⑥ 쇠고기장조림⑤⑥⑩ 느타리버섯나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	흑미밥 들깨미역국⑤⑥ 훈제오리볶음⑤ 숙주나물⑤⑥ 어린이각두기⑨	
오후간식	우동⑤⑥	찐단호박&우유②	삼색주먹밥⑤	카레감자전⑤⑥ *신메뉴 레시피 참고	식빵①②⑥&우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	393/17	404/19	405/17	409/19	400/14	
날짜	22(월)	23(화)	24(수) Na	25(목)	26(금)	27(토)
오전간식	곡물시리얼⑤⑥&우유②	치즈채소죽②	자른 방울토마토⑫ & 플레인요거트②	파프리카스틱 & 어린이치즈②	참외	
점심	백미밥 달걀찜국① 쇠고기복쌈⑤⑥⑩⑫ 브로콜리무침⑤⑥ 어린이배추김치⑨	수수밥 감자된장국⑤⑥ 돈육장독떡이⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 어린이각두기⑨	해산물덮밥⑤⑥⑨⑰ (+송늬) 볼어묵조림⑤⑥ 오이새콤무침⑤⑥ 어린이각두기⑨	흑미밥 두부된장국⑤⑥ 돈육부추볶음⑤⑥⑩ 애호박나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	기장밥 맑은콩나물국⑤⑥ 영양찜닭⑤⑥⑮ 치커리사과무침⑤⑥ 어린이배추김치⑨	
오후간식	(달걀제외)핫케이크②⑤⑥	고구마샐러드①⑤ & 우유②	다진유부주먹밥⑤	쌀국수⑥	모닝빵①②⑥&우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	447/15	418/15	400/18	424/17	392/20	
날짜	29(월)	30(화)	특별식단 운영 안내			
오전간식	옥수수스프②⑥	달걀당근죽①	<b>식품알레르기 유발식품 표시]</b> ①난류 ②우유 ③메밀 ④팥콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲참			NEW 신메뉴 DAY (월 1회)
점심	백미밥 새송이버섯된장국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 어린이각두기⑨	흑미밥 쇠고기당면국⑤⑥⑩ 두부카레조림⑤⑥ 아욱나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨				국없는 날(주요요일)
오후간식	잔치국수⑤⑥	찐감자&우유②				서울미래밥상 (월 2회)
열량(kcal)/단백질(g)	392/17	423/16				우리음원날마다
						생일식단 (월 1회)

원산지 표시	쌀		김치		쇠고기	콩		돼지고기	닭고기	수산물		이달의 식재료 가정통신문		
	밥, 죽, 누룽지, 흑미, 현미, 찹쌀	배추	고춧가루	국내산	두부류	콩비지				동태	오징어 (해산물덮밥)			
	국내산	국내산	국내산	한우	육우	젓소	국내산	국내산	국내산	국내산	산			국내산
	식육·수산물 가공품						기관 실사용분							
실체	훈제오리	어묵	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)			
	페루산	국내산	해당없음	산	산	산	산	산	산	산	산			

※ 원산지 표기 대상 식품이 있는 경우 원산지를 추가 작성해 주시기 바랍니다. 식품의 원산지는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

\*학부모 참여 사업 확인해주세요

날짜	1(월)	2(화)	3(수) 지방선거	4(목)	5(금)	6(토) 현충일	
첫째주	저녁	백미밥 들깨버섯국⑤⑥ 두부카레구이⑤⑥ 우영채조림⑤⑥ 어린이배추김치⑨	기장밥 달걀팻국① 돈육겉잎볶음⑤⑥⑩ 김자반⑤ 어린이배추김치⑨	 투표함	쇠고기숙주덮밥⑤⑥⑬ 배추된장국⑤⑥ 고구마범벅② 어린이각두기⑨	수수밥 맑은유부국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 미역초무침 어린이각두기⑨	
	열량(kcal)/ 단백질(g)	233/9	250/13		234/7	216/12	
날짜	8(월)	9(화)	10(수)	11(목)	12(금)	13(토)	
둘째주	저녁	백미밥 애호박새우젓국⑨ 훈제오리구이⑤ &소스①⑤ 무생채 어린이배추김치⑨	흑미밥 근대된장국⑤⑥ 쇠고기가지볶음⑤⑥⑩ 열무나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	백미밥 맑은감자국⑤⑥ 돈육참스테이크⑤⑥⑩⑫ 양배추나물⑤⑥ 어린이각두기⑨	기장밥 단호박된장국⑤⑥ 두부조림⑤⑥ 미역줄기볶음⑤⑥ 어린이각두기⑨	오므라이스①⑤⑫⑬ (달걀제외)복숭아⑤⑥ 오이새콤무침⑤⑥ 어린이배추김치⑨	
	열량(kcal)/ 단백질(g)	241/8	287/11	235/10	211/8	226/10	
날짜	15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금) 단오 🇰🇷	20(토)	
셋째주	저녁	백미밥 맑은두부국⑤ 간장닭볶음탕⑤⑥⑬ 청경채나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	기장밥 아욱된장국⑤⑥ 돈육잡채⑤⑥⑩ 배추나물⑤⑥ 어린이각두기⑨	백미밥 맑은콩나물국⑤⑥ 쇠고기단호박조림⑤⑥⑩ 자른고사리나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	토마토달걀덮밥①⑤⑥⑫ (달걀제외)물만둣국 ①⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 어린이각두기⑨	흑미밥 느타리버섯된장국⑤⑥ 두부카레구이⑤⑥ 과일샐러드② 어린이배추김치⑨	
	열량(kcal)/ 단백질(g)	230/14	229/9	212/11	238/10	229/8	
날짜	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)	27(토)	
넷째주	저녁	백미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 간장달걀비⑤⑥⑬ 숙주나물⑤⑥ 어린이각두기⑨	수수밥 쇠고기뭇국⑤⑥⑩ 달걀찜① 브로콜리숙회&소스⑤⑥ 어린이배추김치⑨	백미밥 청경채된장국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 감자채볶음⑤ 어린이배추김치⑨	새우살파인애플볶음밥 ⑤⑥⑨ 맑은어묵국⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	기장밥 애호박된장국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 양배추김무침 어린이각두기⑨	
	열량(kcal)/ 단백질(g)	225/13	249/12	229/10	201/9	223/8	
날짜	29(월)	30(화)	다섯째주				
다섯째주	저녁	백미밥 미역국⑤⑥ 치즈달걀말이①②⑤ 콩나물무침⑤⑥ 어린이배추김치⑨	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 새송이버섯나물⑤⑥ 어린이각두기⑨	<b>식품알레르기 유발식품 표시]</b> ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑳젓			
	열량(kcal)/ 단백질(g)	237/10	226/11				

원산지 표시	쌀	김치		쇠고기	콩		돼지고기	닭고기	수산물		이달의 식재료 가정통신문 	
	밥,죽,누룽지,흑미,현미,잡쌀	배추	고춧가루	국내산	두부류	콩비지			(식품명)	(식품명)		
	국내산	국내산	국내산	한우 □ 육우 □ 젓소 □	국내산	국내산	국내산	국내산	산	산		
	식육·수산물가공품						기관 실사용분					
훈제오리	어묵	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)		
국내산	해당 없음	산	산	산	산	산	산	산	산	산		

※ 원산지 표기 대상 식품이 있는 경우 원산지를 추가 작성해 주시기 바랍니다. 식품의 원산지는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다. \*학부모 참여 사업 확인해주세요