

첫 째 주	날짜		1(화)	2(수) 🌱	3(목) NEW	4(금)
	오전간식		치즈브로콜리죽②	복숭아⑪ &플레인요거트②	오이스틱 &어린이치즈②	수박
	점심		백미밥 쇠고기뭇국⑤⑥⑬ 메추리알장조림①⑤⑥ 청경채나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	새우살채소볶음밥 ⑤⑥⑨ 감자된장국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 어린이배추김치⑨	백미밥 들깨미역국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 참나물무침⑤⑥ 어린이깍두기⑨	백미밥 어묵국⑤⑥ 달걀파프리카잡채 ⑤⑥⑮ 애호박나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨
	오후간식		찐고구마&우유②	우영주먹밥⑤⑥	단호박크림푸시리파스타②⑤⑥ *신메뉴 레시피 참고	모닝빵①②⑥&우유②
	열량(kcal)/ 단백질(g)		392/14	394/17	450/16	390/15
둘 째 주	날짜	7(월)	8(화)	9(수) 🌱	10(목)	11(금)
	오전간식	미숫가루⑤&우유②	영양닭죽⑮	키위 &플레인요거트②	데친 고구마스틱 &어린이치즈②	자른 씨없는 청포도
	점심	백미밥 배추된장국⑤⑥ 쇠고기장조림⑤⑥⑬ 깻잎나물⑤⑥ 어린이깍두기⑨	백미밥 맑은유부국⑤⑥ 돈육채소볶음⑤⑥⑩ 열무나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	쇠고기콩나물밥⑤⑥⑬ &양념장⑤⑥ (+송송) 달걀찜① 김구이 어린이배추김치⑨	백미밥 순두부백탕⑤ 돈육수육⑤⑥⑩ &저염쌈장⑤⑥ 자른 도라지나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	백미밥 시금치된장국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑮ 새송이버섯나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨
	오후간식	수제비⑥	버터감자구이② &우유②	삼색주먹밥⑤	부추전①⑤⑥	통밀빵②⑤⑥&우유②
	열량(kcal)/ 단백질(g)	435/18	414/18	393/16	419/18	392/18
셋 째 주	날짜	14(월)	15(화)	16(수)	17(목)	18(금)
	오전간식	곡물시리얼⑤⑥&우유②	달걀알걀이죽①	배 &플레인요거트②	당근스틱 &어린이치즈②	바나나
	점심	백미밥 돈육비지찌개⑤⑨⑩ 잔멸치볶음⑤⑥ 미역초무침 어린이깍두기⑨	백미밥 근대된장국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑬ 들깨우나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	돈육상추비빔밥 ⑤⑥⑩ (달걀제외)북엇국⑤⑥ 도토리묵무침⑤⑥ 어린이깍두기⑨	백미밥 시래기된장국⑤⑥ 고등어조림⑤⑥⑦ 참깨브로콜리무침①⑤⑥ 어린이배추김치⑨	백미밥 안매운닭개장⑤⑥⑮ 두부구이⑤&양념장⑤⑥ 유자청치커리무침 어린이배추김치⑨
	오후간식	우동⑤⑥	찐단호박&우유②	김가루주먹밥⑤⑥	쌀국수⑥	식빵①②⑥&우유②
	열량(kcal)/ 단백질(g)	419/15	422/14	390/15	402/17	397/18
넷 째 주	날짜	21(월)	22(화)	23(수) 🌱 🇺🇸	24(목) 추석연휴	25(금) 추석
	오전간식	미숫가루⑤&우유②	모듬버섯죽	사과 &플레인요거트②		
	점심	백미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 쇠고기꼭창⑤⑥⑫⑬ 숙주나물⑤⑥ 어린이깍두기⑨	백미밥 달걀팥국① 돈까스①⑤⑥⑩ &소스⑤⑥⑫⑬ 과일샐러드② 어린이배추김치⑨	가지짜장덮밥⑤⑥ (+송송) 어묵볶음⑤⑥ 오이새콤무침⑤⑥ 어린이배추김치⑨		
	오후간식	칼국수⑤⑥	찐고구마&우유②	잔멸치주먹밥⑤		
	열량(kcal)/ 단백질(g)	448/15	453/16	396/13		
다 섯 째 주	날짜	28(월)	29(화)	30(수)	특별식단 운영 안내	
	오전간식	곡물시리얼⑤⑥&우유②	당근스프②⑥	골드키위 &플레인요거트②	NEW 신메뉴 DAY (월 1회)	【식품알레르기 유발식품 표시】 ①난류 ②우유 ③매밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣
	점심	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 돈육우영조림⑤⑥⑩ 느타리버섯나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	백미밥 쇠고기당면국⑤⑥⑬ 연두부⑤&양념장⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 어린이깍두기⑨	토마토달걀볶음밥 ①⑤⑥⑫ 애호박새우전국⑨ 마카로니샐러드①⑤⑥ 어린이배추김치⑨	🇺🇸 국 없는 날 (2 4주 수요일)	
	오후간식	(달걀제외)핫케이크②⑤⑥	찐감자&우유②	다진유부주먹밥⑤	🌿 서울미래밥상 (월 2회)	
	열량(kcal)/ 단백질(g)	437/16	401/14	406/14	🇰🇷 우리 음식의 날 (절기마다)	
				🎂 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	고등어	
	국내산		국내산	중국산	한국 ☒ 육우 ☐ 젖소 ☐	산	국내산	국내산	국내산	러시아산	국내산		
	식육수산물가공품							기관 실사용분					
	어목	돈까스	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)	(식품명)			
	명태 오징어 포함 제품만	국내산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	*학부모 참여 사업 확인해주세요	

※ 원산지 표시 대상 식품이 있는 경우 원산지를 추가 작성해 주시기 바랍니다. 식품의 원산지는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.
※ (대체)의 경우에는 식단 간수가 따로 요구되지 않으니 금식수의 식함에 맞게 우열하여주시기 바랍니다.