

|                                                                                                                                             |                       |                                                      |        |                                                         |                                                        |                                                                                                                                                  |                                                         |                                    |       |                                                                                                               |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 첫<br>째<br>주                                                                                                                                 | 날짜                    | 1(화)                                                 |        | 2(수)                                                    | 3(목)                                                   | 4(금)                                                                                                                                             | 5(토)                                                    |                                    |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 오전간식                  | 치즈브로콜리죽②                                             |        | 복숭아⑩<br>&플레인요거트②                                        | 오이스틱<br>&어린이치즈②                                        | 수박                                                                                                                                               | 두유⑤                                                     |                                    |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 점심                    | 흑미밥<br>쇠고기문국⑤⑥⑩<br>매추리알장조림①⑤⑥<br>청경채나물⑤⑥<br>어린이배추김치⑨ |        | 새우살채소볶음밥<br>⑤⑥⑨<br>감자된장국⑤⑥<br>두부양념조림⑤⑥<br>어린이배추김치⑨      | 수수밥<br>들깨미역국⑤⑥<br>삼치구이⑤⑥<br>참나물무침⑤⑥<br>어린이깍두기⑨         | 기장밥<br>어묵국⑤⑥<br>닭살파프리카잡채<br>⑤⑥⑩<br>애호박나물⑤⑥<br>어린이배추김치⑨                                                                                           | 마파두부덮밥⑤⑥<br>송송<br>어린이배추김치⑨                              |                                    |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 오후간식                  | 편고구마&우유②                                             |        | 자른노란시루떡&옥수수차                                            | 단팥떡(단팥떡②⑤⑥<br>*신메뉴 레시피 참고)                             | 단팥빵①②⑥<br>&우유②                                                                                                                                   | 플레인요거트②                                                 |                                    |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 열량(kcal)/<br>단백질(g)   | 603/22                                               |        | 621/26                                                  | 685/29                                                 | 628/23                                                                                                                                           | 438/16                                                  |                                    |       |                                                                                                               |     |
| 둘<br>째<br>주                                                                                                                                 | 날짜                    | 7(월)                                                 |        | 8(화)                                                    | 9(수)                                                   | 10(목)                                                                                                                                            | 11(금)                                                   | 12(토)                              |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 오전간식                  | 미숫가루⑤&우유②                                            |        | 영양닭죽⑩                                                   | 키위<br>&플레인요거트②                                         | 데친 고구마스틱<br>&어린이치즈②                                                                                                                              | 자른 씨없는 청포도                                              | 플레인요거트②                            |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 점심                    | 백미밥<br>배추된장국⑤⑥<br>쇠고기장조림⑤⑥⑩<br>깎알나물⑤⑥<br>어린이깍두기⑨     |        | 수수밥<br>맑은유부국⑤⑥<br>돈육채소볶음⑤⑥⑩<br>열무나물⑤⑥<br>어린이배추김치⑨       | 쇠고기콩나물밥⑤⑥⑩<br>&양념장⑤⑥<br>달걀찜①<br>김구이<br>어린이배추김치⑨        | 기장밥<br>순두부백당⑤<br>(돈육수육⑤⑥⑩<br>&저염쌈장⑤⑥)<br>자른 도라지나물⑤⑥<br>어린이배추김치⑨                                                                                  | 수수밥<br>시금치된장국⑤⑥<br>간장닭갈비⑤⑥⑩<br>새송이버섯나물⑤⑥<br>어린이배추김치⑨    | 안매운치즈김치볶음밥<br>②⑤⑨<br>송송<br>어린이깍두기⑨ |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 오후간식                  | 수제비⑥                                                 |        | 편감자&우유②                                                 | 자른 꿀떡&보리차                                              | 부추전①⑤⑥                                                                                                                                           | 통밀빵②⑤⑥+잼<br>&우유②                                        | 방울토마토⑩<br>&어린이치즈②                  |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 열량(kcal)/<br>단백질(g)   | 670/28                                               |        | 614/27                                                  | 645/24                                                 | 644/27                                                                                                                                           | 613/28                                                  | 450/17                             |       |                                                                                                               |     |
| 셋<br>째<br>주                                                                                                                                 | 날짜                    | 14(월)                                                |        | 15(화)                                                   | 16(수)                                                  | 17(목)                                                                                                                                            | 18(금)                                                   | 19(토)                              |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 오전간식                  | (곡물)시리얼⑤⑥&우유②                                        |        | 달걀알걀이죽①                                                 | 배<br>&플레인요거트②                                          | 당근스틱<br>&어린이치즈②                                                                                                                                  | 바나나                                                     | 두유⑤                                |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 점심                    | 백미밥<br>돈육비지찌개⑤⑨⑩<br>잔멸치볶음⑤⑥<br>미역초무침<br>어린이깍두기⑨      |        | 기장밥<br>근대된장국⑤⑥<br>쇠불고기⑤⑥⑩<br>들깨무나물⑤⑥<br>어린이배추김치⑨        | 백미밥<br>미역국⑤⑥<br>돈육갈비찜⑤⑥⑩<br>고구마범벅②<br>어린이깍두기⑨          | 수수밥<br>시래기된장국⑤⑥<br>고등어조림⑤⑥⑦<br>참깨브로콜리무침①⑤⑥<br>어린이배추김치⑨                                                                                           | 흑미밥<br>안매운닭개장⑤⑥⑩<br>두부구이⑤&양념장⑤⑥<br>유자청치커리무침<br>어린이배추김치⑨ | 잔치국수⑤⑥<br>1/2쇠고기주먹밥⑤⑩<br>어린이배추김치⑨  |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 오후간식                  | 우동⑤⑥                                                 |        | 편단호박&우유②                                                | 자른 증편&사과주스                                             | 쌀국수⑥                                                                                                                                             | 소보로빵①②⑥<br>&우유②                                         | 플레인요거트②                            |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 열량(kcal)/<br>단백질(g)   | 644/23                                               |        | 649/22                                                  | 695/21                                                 | 618/26                                                                                                                                           | 648/28                                                  | 340/14                             |       |                                                                                                               |     |
| 넷<br>째<br>주                                                                                                                                 | 날짜                    | 21(월)                                                |        | 22(화)                                                   | 23(수)                                                  | 24(목)                                                                                                                                            | 25(금)                                                   | 26(토)                              |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 오전간식                  | 미숫가루⑤&우유②                                            |        | 모듬버섯죽                                                   | 사과<br>&플레인요거트②                                         |                                                              |                                                         |                                    |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 점심                    | 백미밥<br>얼갈이된장국⑤⑥<br>쇠고기쪽찬⑤⑥⑩⑩<br>숙주나물⑤⑥<br>어린이깍두기⑨    |        | 수수밥<br>달걀찜①<br>돈까스①⑤⑥⑩<br>&소스⑤⑥⑩⑩<br>과일샐러드②<br>어린이배추김치⑨ | 가지짜장덮밥⑤⑥<br>어묵볶음⑤⑥<br>오이새콤무침⑤⑥<br>어린이배추김치⑨             |                                                                                                                                                  |                                                         |                                    |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 오후간식                  | 칼국수⑤⑥                                                |        | 편고구마&우유②                                                | 자른 송편&등글레차                                             |                                                                                                                                                  |                                                         |                                    |       |                                                                                                               |     |
| 열량(kcal)/<br>단백질(g)                                                                                                                         | 687/23                |                                                      | 697/24 | 644/18                                                  |                                                        |                                                                                                                                                  |                                                         |                                    |       |                                                                                                               |     |
| 다<br>섯<br>째<br>주                                                                                                                            | 날짜                    | 28(월)                                                |        | 29(화)                                                   | 30(수)                                                  | 특별식단 운영 안내<br><br>【식품알레르기 유발식품 표시】<br>①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어<br>⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토<br>⑬야생산삼 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어<br>⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 |                                                         |                                    |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 오전간식                  | (곡물)시리얼⑤⑥&우유②                                        |        | 당근스프②⑥                                                  | 골드키위<br>&플레인요거트②                                       |                                                                                                                                                  |                                                         |                                    |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 점심                    | 백미밥<br>아욱된장국⑤⑥<br>돈육우엉조림⑤⑥⑩<br>느타리버섯나물⑤⑥<br>어린이배추김치⑨ |        | 흑미밥<br>쇠고기당면국⑤⑥⑩<br>연두부⑤&양념장⑤⑥<br>콩나물무침⑤⑥<br>어린이깍두기⑨    | 토마토달걀볶음밥<br>①⑤⑥⑩<br>애호박새우젓국⑨<br>마카로니샐러드①⑤⑥<br>어린이배추김치⑨ |                                                                                                                                                  |                                                         |                                    |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 오후간식                  | (달걀제외)핫케이크②⑤⑥                                        |        | 편감자&우유②                                                 | 자른 무지개떡&옥수수차                                           |                                                                                                                                                  |                                                         |                                    |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 열량(kcal)/<br>단백질(g)   | 673/24                                               |        | 617/21                                                  | 650/20                                                 |                                                                                                                                                  |                                                         |                                    |       |                                                                                                               |     |
| 원산지<br>표시                                                                                                                                   | 쌀                     | 김치                                                   |        | 쇠고기                                                     | 콩                                                      |                                                                                                                                                  | 돼지고기                                                    | 닭고기                                | 수산물   | <br>*학부모 참여 사업<br>환아배주세요 |     |
|                                                                                                                                             | 밥, 죽, 누룽지, 흑미, 현미, 찹쌀 | 배추                                                   | 고춧가루   | 국내산                                                     | 두부류                                                    | 콩비지                                                                                                                                              | 돼지고기                                                    | 닭고기                                | 동태    |                                                                                                               | 고등어 |
|                                                                                                                                             | 국내산                   | 국내산                                                  | 국내산    | 한우                                                      | 국내산                                                    | 국내산                                                                                                                                              | 국내산                                                     | 국내산                                | 러시아산  |                                                                                                               | 국내산 |
|                                                                                                                                             | 식육·수산물가공품             |                                                      |        |                                                         | 기관 실사용분                                                |                                                                                                                                                  |                                                         |                                    |       |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 돈까스                   | (식품명)                                                | (식품명)  | (식품명)                                                   | (식품명)                                                  | (식품명)                                                                                                                                            | (식품명)                                                   | (식품명)                              | (식품명) |                                                                                                               |     |
|                                                                                                                                             | 국내산                   | 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.<br>※ (다체)의 경우에는 식단 각스가 따로 요구되지 않으니 급식소의 상황에 맞게 유연하여주시기 바랍니다. |                       |                                                      |        |                                                         |                                                        |                                                                                                                                                  |                                                         |                                    |       |                                                                                                               |     |



|                                                                                                                                             |                     |                                                              |       |                                                                  |                                                        |                                                                                                                                                                        |                                                                 |                                    |                                                                                                               |       |       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------|-------|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|
| 첫<br>째<br>주                                                                                                                                 | 날짜                  | 1(화)                                                         |       | 2(수)                                                             | 3(목)                                                   | 4(금)                                                                                                                                                                   | 5(토)                                                            |                                    |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 오전간식                | 치즈브로콜리죽②                                                     |       | 복숭아⑩<br>&플레인요거트②                                                 | 오이스틱<br>&어린이치즈②                                        | 수박                                                                                                                                                                     | 두유⑤                                                             |                                    |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 점심                  | 백미밥(만2세흑미밥)<br>쇠고기뭇국⑤⑥⑩<br>매추리알장조림①⑤⑥<br>청경채나물⑤⑥<br>어린이배추김치⑨ |       | 새우살채소볶음밥<br>⑤⑥⑨<br>감자된장국⑤⑥<br>두부양념조림⑤⑥<br>어린이배추김치⑨               | 백미밥(만2세수수밥)<br>들깨미역국⑤⑥<br>삼치구이⑤⑥<br>참나물무침⑤⑥<br>어린이각두기⑨ | 백미밥(만2세기장밥)<br>어묵국⑤⑥<br>닭살파프리카잡채<br>⑤⑥⑩<br>애호박나물⑤⑥<br>어린이배추김치⑨                                                                                                         | 마파두부덮밥⑤⑥<br>송송<br>어린이배추김치⑨                                      |                                    |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 오후간식                | 편고구마&우유②                                                     |       | 우영주먹밥⑤⑥<br>자른노란시루떡&옥수수차                                          | 단호박퓨어사탕②⑤⑥<br>*신메뉴 레시피 참고                              | 모닝빵①②⑥&우유②                                                                                                                                                             | 플레인요거트②                                                         |                                    |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 열량(kcal)/<br>단백질(g) | 392/14                                                       |       | 394/17(408/18)                                                   | 445/19                                                 | 390/15                                                                                                                                                                 | 285/10                                                          |                                    |                                                                                                               |       |       |
| 둘<br>째<br>주                                                                                                                                 | 날짜                  | 7(월)                                                         |       | 8(화)                                                             | 9(수)                                                   | 10(목)                                                                                                                                                                  | 11(금)                                                           | 12(토)                              |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 오전간식                | 미숫가루⑤&우유②                                                    |       | 영양닭죽⑩                                                            | 키위<br>&플레인요거트②                                         | 데천 고구마스틱<br>&어린이치즈②                                                                                                                                                    | 자른 씨없는 청포도                                                      | 플레인요거트②                            |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 점심                  | 백미밥<br>배추된장국⑤⑥<br>쇠고기장조림⑤⑥⑩<br>깻잎나물⑤⑥<br>어린이각두기⑨             |       | 백미밥(만2세수수밥)<br>맑은유부국⑤⑥<br>돈육채소볶음⑤⑥⑩<br>열무나물⑤⑥<br>어린이배추김치⑨        | 쇠고기콩나물밥⑤⑥⑩<br>&양념장⑤⑥<br>달걀찜①<br>김구이<br>어린이배추김치⑨        | 백미밥(만2세기장밥)<br>순두부백탕⑤<br>돈육수육⑤⑥⑩<br>&저염쌈장⑤⑥<br>자른 도라지나물⑤⑥<br>어린이배추김치⑨                                                                                                  | 백미밥(만2세수수밥)<br>시금치된장국⑤⑥<br>간장달걀비⑤⑥⑩<br>새송이버섯나물⑤⑥<br>어린이배추김치⑨    | 안매운치즈김치볶음밥<br>②⑤⑨<br>송송<br>어린이각두기⑨ |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 오후간식                | 수제비⑥                                                         |       | 편감자&우유②                                                          | 삼색주먹밥⑤<br>자른 꿀떡&보리차                                    | 부추전①⑤⑥                                                                                                                                                                 | 통밀빵②⑤⑥&우유②                                                      | 방울토마토⑩<br>&어린이치즈②                  |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 열량(kcal)/<br>단백질(g) | 435/18                                                       |       | 399/18                                                           | 393/16(419/16)                                         | 419/18                                                                                                                                                                 | 392/18                                                          | 292/11                             |                                                                                                               |       |       |
| 셋<br>째<br>주                                                                                                                                 | 날짜                  | 14(월)                                                        |       | 15(화)                                                            | 16(수)                                                  | 17(목)                                                                                                                                                                  | 18(금)                                                           | 19(토)                              |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 오전간식                | 곡물시리얼⑤⑥&우유②                                                  |       | 달걀얼갈이죽①                                                          | 배<br>&플레인요거트②                                          | 당근스틱<br>&어린이치즈②                                                                                                                                                        | 바나나                                                             | 두유⑤                                |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 점심                  | 백미밥<br>돈육비지찌개⑤⑨⑩<br>잔멸치볶음⑤⑥<br>미역초무침<br>어린이각두기⑨              |       | 백미밥(만2세기장밥)<br>근대된장국⑤⑥<br>쇠불고기⑤⑥⑩<br>들깨무나물⑤⑥<br>어린이배추김치⑨         | 백미밥<br>미역국⑤⑥<br>돈육갈비찜⑤⑥⑩<br>고구마범벅②<br>어린이각두기⑨          | 백미밥(만2세수수밥)<br>시래기된장국⑤⑥<br>고등어조림⑤⑥⑦<br>참깨브로콜리무침①⑤⑥<br>어린이배추김치⑨                                                                                                         | 백미밥(만2세흑미밥)<br>안매운닭개장⑤⑥⑩<br>두부구이⑤&양념장⑤⑥<br>유자청치커리무침<br>어린이배추김치⑨ | 잔치국수⑤⑥<br>1/2쇠고기주먹밥⑤⑥<br>어린이배추김치⑨  |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 오후간식                | 우동⑤⑥                                                         |       | 편단호박&우유②                                                         | 자른 증편&우유<br>자른 증편&사과주스                                 | 쌀국수⑥                                                                                                                                                                   | 식빵①②⑥&우유②                                                       | 플레인요거트②                            |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 열량(kcal)/<br>단백질(g) | 419/15                                                       |       | 422/14                                                           | 475/16(452/14)                                         | 402/17                                                                                                                                                                 | 397/18                                                          | 221/9                              |                                                                                                               |       |       |
| 넷<br>째<br>주                                                                                                                                 | 날짜                  | 21(월)                                                        |       | 22(화)                                                            | 23(수)                                                  | 24(목)                                                                                                                                                                  | 25(금)                                                           | 26(토)                              |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 오전간식                | 미숫가루⑤&우유②                                                    |       | 모듬버섯죽                                                            | 사과<br>&플레인요거트②                                         |                                                                                    |                                                                 |                                    |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 점심                  | 백미밥<br>얼갈이된장국⑤⑥<br>쇠고기찜⑤⑥⑩⑩<br>숙주나물⑤⑥<br>어린이각두기⑨             |       | 백미밥(만2세수수밥)<br>달걀찜국①<br>돈까스①⑤⑥⑩<br>&소스⑤⑥⑩⑩<br>과일샐러드②<br>어린이배추김치⑨ | 가지짜장덮밥⑤⑥<br>어묵볶음⑤⑥<br>오이새콤무침⑤⑥<br>어린이배추김치⑨             |                                                                                                                                                                        |                                                                 |                                    |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 오후간식                | 칼국수⑤⑥                                                        |       | 편고구마&우유②                                                         | 잔멸치주먹밥⑤<br>자른 송편&동글레차                                  |                                                                                                                                                                        |                                                                 |                                    |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 열량(kcal)/<br>단백질(g) | 448/15                                                       |       | 453/16                                                           | 396/13(418/13)                                         |                                                                                                                                                                        |                                                                 |                                    |                                                                                                               |       |       |
| 다<br>섯<br>째<br>주                                                                                                                            | 날짜                  | 28(월)                                                        |       | 29(화)                                                            | 30(수)                                                  | 특별식단 운영 안내                                                                                                                                                             |                                                                 |                                    |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 오전간식                | 곡물시리얼⑤⑥&우유②                                                  |       | 당근스프②⑥                                                           | 골드키위<br>&플레인요거트②                                       | 【식품알레르기 유발식품 표시】<br>①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어<br>⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토<br>⑬야생산료 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어<br>⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣<br><br>(만2세는 매주 수요일 떡&음료 제공,<br>분홍색으로 표기) |                                                                 |                                    |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 점심                  | 백미밥<br>아욱된장국⑤⑥<br>돈육우영조림⑤⑥⑩<br>느타리버섯나물⑤⑥<br>어린이배추김치⑨         |       | 백미밥(만2세흑미밥)<br>쇠고기당면국⑤⑥⑩<br>연두부⑤&양념장⑤⑥<br>콩나물무침⑤⑥<br>어린이각두기⑨     | 토마토달걀볶음밥<br>①⑤⑥⑩<br>애호박새우젓국⑨<br>마카로니샐러드①⑤⑥<br>어린이배추김치⑨ |                                                                                                                                                                        |                                                                 |                                    |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 오후간식                | (달걀제외)헛케이크②⑤⑥                                                |       | 편감자&우유②                                                          | 다진유부주먹밥⑤<br>자른 무지개떡&옥수수차                               |                                                                                                                                                                        |                                                                 |                                    |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             | 열량(kcal)/<br>단백질(g) | 437/16                                                       |       | 401/14                                                           | 406/14(422/13)                                         |                                                                                                                                                                        |                                                                 |                                    |                                                                                                               |       |       |
| 원산지<br>표시                                                                                                                                   | 쌀                   | 김치                                                           |       | 쇠고기                                                              | 콩                                                      | 돼지고기                                                                                                                                                                   | 닭고기                                                             | 수산물                                | <br>*학부모 참여 사업<br>환아배주세요 |       |       |
|                                                                                                                                             | 밥,죽,누룽지,흑미,현미,잡쌀    | 배추                                                           | 고춧가루  | 국내산                                                              | 두부류                                                    | 콩비지                                                                                                                                                                    | 돼지고기                                                            | 닭고기                                |                                                                                                               | 동태    | 고등어   |
|                                                                                                                                             | 국내산                 | 국내산                                                          | 국내산   | 한우                                                               | 국내산                                                    | 국내산                                                                                                                                                                    | 국내산                                                             | 국내산                                |                                                                                                               | 러시아산  | 국내산   |
|                                                                                                                                             | 식육·수산물가공품           |                                                              |       |                                                                  | 기관 실사용분                                                |                                                                                                                                                                        |                                                                 |                                    |                                                                                                               |       |       |
|                                                                                                                                             |                     | 돈까스                                                          | (식품명) | (식품명)                                                            | (식품명)                                                  | (식품명)                                                                                                                                                                  | (식품명)                                                           | (식품명)                              |                                                                                                               | (식품명) | (식품명) |
|                                                                                                                                             | 국내산                 | 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.<br>※ (다채)의 경우에는 식단 간수가 따로 요구되지 않으니 급식소의 상황에 맞게 운영하여주시기 바랍니다. |                     |                                                              |       |                                                                  |                                                        |                                                                                                                                                                        |                                                                 |                                    |                                                                                                               |       |       |

| 첫<br>째<br>주      | 오전간식       | ※ 알레르기 반응 시 해당 이유식을 중단하고 다른 이유식으로 대체하며, 알레르기 반응이 일어난 식품은 완료가 이후 활용하는 것을 권장합니다. | 1(화)         | 2(수)          | 3(목)                                                                                                                                                                                           | 4(금)      | 5(토)            |
|------------------|------------|--------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------|
|                  | 점심         |                                                                                | 치즈브로콜리죽②     | 사과퓨레          | 데친 오이스틱 & 아기치즈②                                                                                                                                                                                | 수박퓨레      | 아기두유⑤           |
|                  | 오후간식       |                                                                                | 쇠고기청경채무른밥⑬   | 두부감자무른밥⑤      | 흰살생선단호박무른밥                                                                                                                                                                                     | 닭살애호박무른밥⑤ | 두부양파무른밥⑤        |
|                  | 열량/<br>단백질 |                                                                                | 오깬 고구마       | 아기쌀과자⑤⑥       | 바나나퓨레                                                                                                                                                                                          | 플레인요거트②   |                 |
|                  | 283/8      |                                                                                | 163/4        | 197/9         | 153/8                                                                                                                                                                                          | 139/5     |                 |
| 둘<br>째<br>주      | 7(월)       |                                                                                | 8(화)         | 9(수)          | 10(목)                                                                                                                                                                                          | 11(금)     | 12(토)           |
|                  | 오전간식       | 플레인요거트②                                                                        | 닭죽⑤          | 키위퓨레          | 데친 고구마스틱 & 아기치즈②                                                                                                                                                                               | 사과퓨레      | 아기두유⑤           |
|                  | 점심         | 쇠고기배추무른밥⑬                                                                      | 달걀노른자 열무무른밥① | 쇠고기당근무른밥⑬     | 흰살생선시금치무른밥                                                                                                                                                                                     | 닭살양배추무른밥⑤ | 달걀노른자 새송이버섯무른밥① |
|                  | 오후간식       | 연두부⑤                                                                           | 오깬 감자        | 아기쌀과자⑤⑥       | 배퓨레                                                                                                                                                                                            | 플레인요거트②   |                 |
|                  | 열량/<br>단백질 | 167/8                                                                          | 229/8        | 177/6         | 194/9                                                                                                                                                                                          | 157/8     | 172/6           |
| 셋<br>째<br>주      | 14(월)      |                                                                                | 15(화)        | 16(수)         | 17(목)                                                                                                                                                                                          | 18(금)     | 19(토)           |
|                  | 오전간식       | 플레인요거트②                                                                        | 달걀노른자알갈이죽①   | 배퓨레           | 데친 당근스틱 & 아기치즈②                                                                                                                                                                                | 바나나퓨레     | 아기두유⑤           |
|                  | 점심         | 두부무른밥⑤                                                                         | 쇠고기근대무른밥⑬    | 달걀노른자 양파무른밥①  | 쇠고기 브로콜리무른밥⑬                                                                                                                                                                                   | 두부당근무른밥⑤  | 쇠고기애호박무른밥⑬      |
|                  | 오후간식       | 노른자스크램블①⑤                                                                      | 오깬 단호박       | 아기쌀과자⑤⑥       | 키위퓨레                                                                                                                                                                                           | 플레인요거트②   |                 |
|                  | 열량/<br>단백질 | 191/8                                                                          | 221/8        | 188/5         | 204/9                                                                                                                                                                                          | 171/6     | 154/7           |
| 넷<br>째<br>주      | 21(월)      |                                                                                | 22(화)        | 23(수)         | 24(목) 추석연휴                                                                                                                                                                                     | 25(금) 추석  | 26(토) 추석연휴      |
|                  | 오전간식       | 플레인요거트②                                                                        | 모듬버섯죽        | 사과퓨레          |                                                                                                                                                                                                |           |                 |
|                  | 점심         | 쇠고기알갈이무른밥⑬                                                                     | 달걀노른자 가지무른밥① | 두부오이무른밥⑤      |                                                                                                                                                                                                |           |                 |
|                  | 오후간식       | 연두부⑤                                                                           | 오깬 고구마       | 아기쌀과자⑤⑥       |                                                                                                                                                                                                |           |                 |
|                  | 열량/<br>단백질 | 183/8                                                                          | 270/6        | 155/4         |                                                                                                                                                                                                |           |                 |
| 다<br>섯<br>째<br>주 | 28(월)      |                                                                                | 29(화)        | 30(수)         | 【식품알레르기 유발식품 표시】<br><br>①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어<br>⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰쇠고기 ⑱오징어 ⑲조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑳잣<br><br>(대체)의 경우에는 식단참수가 따로 요구되지 않으니 급식소의 상황에 맞게 운영하여 주시기 바랍니다. |           |                 |
|                  | 오전간식       | 플레인요거트②                                                                        | 김가루콩나물죽⑤     | 골드키위퓨레        |                                                                                                                                                                                                |           |                 |
|                  | 점심         | 연두부 느타리버섯무른밥⑤                                                                  | 쇠고기야육무른밥⑬    | 달걀노른자 애호박무른밥① |                                                                                                                                                                                                |           |                 |
|                  | 오후간식       | 노른자스크램블①⑤                                                                      | 오깬 감자        | 아기쌀과자⑤⑥       |                                                                                                                                                                                                |           |                 |
|                  | 열량/<br>단백질 | 182/7                                                                          | 201/8        | 190/5         |                                                                                                                                                                                                |           |                 |

| 원산지<br>표시 | 쌀                 |  | 쇠고기 |  | 콩   |  | 닭고기 |  | 수산물 |  |             |  |
|-----------|-------------------|--|-----|--|-----|--|-----|--|-----|--|-------------|--|
|           | 밥, 죽, 누룽지, 현미, 찰쌀 |  | 국내산 |  | 두부류 |  | ( ) |  | 대구  |  | ( ) ( ) ( ) |  |
|           | 국내산               |  | 한우  |  | 국내산 |  | 국내산 |  | 국내산 |  | 산 산 산       |  |

※ 어린이 급식소의 식재료에 맞게 원산지를 수정하시기 바랍니다.

## 식단 알림 사항

- 9-11개월 영아에게 간식 2회와 이유식 1회로 제공합니다.
- 농도는 밥알의 형태가 있으면서 잇몸으로 으갠 수 있는 농도의 무른밥 형태. (5배 죽)
- 자극성이 강한 식재료는 피하고 소화하기 쉬운 조리법을 사용합니다.
- 후기 이유식은 대부분의 과일 가능하며, 달걀은 노른자만 제공합니다.
- 섭취 분량은 1회 100~150g이며, 소금, 설탕 등 조미료는 첨가하지 않습니다. (어른 음식을 그대로 주는 것 제한)
- 하루 세끼 이유식을 잘 먹는다면 점차 수유를 줄이되 돌 전까지는 하루 600ml 정도 먹여 양질의 지방을 공급합니다.
- 이유식 급식 시 수저를 사용하고, 앉아서 먹는 식사 행태를 함께 지도하여 올바른 식습관을 형성하도록 유도해주세요.
- 과일, 생선 제공 시 과일의 껍질, 씨와 생선의 가시를 완전히 제거 후 제공해주시기 바랍니다.
- 이유식은 완전히 조리된 것이어야 하며, 아기 침이 들어간 남은 음식은 버리도록 합니다.

※ 금지음식 : 기름기 많은 육류 부위, 등푸른생선, 큰 생선(참치 등), 조개류, 꿀, 어른용 과자류, 사탕, 초콜릿, 유제품(생우유, 성인용 치즈), 견과류, 유지류, 계란 흰자(흰자는 돌 이후에 제공), 굴, 복숭아, 과일주스, 딸기와 토마토는 알레르기 반응을 잘 실패하며 먹입니다.