

발행일: 2026. 5. 15.

작성자 : 영양팀

송파키즈 지구 건강 일반식(1-2세)

날짜	1(월)	2(화)	3(수) 지방선거	4(목)	5(금)	6(토) 현충일
오전간식	사과	★♣두부애호박죽5	 <p>재9회 전국동시지방선거 소중한 한 표 우리의 미래를 바꿉니다</p>	파프리카스틱, 떠먹는요구르트2	참외, 영유아용치즈2	 <p>현충일</p>
점심	찰쌀밥 ★두부탕국5,6 달걀채소오믈렛1,2,5 비름나물 배추김치9	차조밥 유부장국5,6 미트볼참스테이크 5,6,10,12,16,18 호박잎나물 깍두기9		쌀밥 달걀국1,5,6 돈육잡채5,6,10 브로콜리흑임자버무리 1,5,6 배추김치9	기장밥 청경채사브국5,6 순살삼치구이5,6 콩나물무침5,6 깍두기9	
오후간식	찐단호박, 우유2	팬케이크1,2,5,6, 우유2		들기름막국수3,5,6,13	양송이스프2,6	
열량/단백질	386/16	445/14	438/17	383/18		
날짜	8(월)	9(화)	10(수) 그린Day	11(목)	12(금)	13(토)
오전간식	키위	오이스틱, 떠먹는요구르트2	토마토12	쌀시리얼&우유	바나나, 우유2	우유2
점심	수수밥 모듬어묵탕5,6 닭살가지볶음5,6,15 우생채 배추김치9	쌀밥 다시마찜국 돈육수육5,6,10 청상추겉절이 배추김치9	♣달걀애호박볶음밥1,5,6 닭곰탕15 양배추나물5,6 깍두기9	차조밥 머위된장국5,6 ★두부조림5,6 감자채당근볶음5,6 배추김치9	찰쌀밥 들깨배춧국5,6 쇠고기양파찜5,6,16 오이무침 깍두기9	닭살가라아게덮밥 5,6,15,18 황태국5,6 배추김치9
오후간식	고구마맛탕5, 우유2	참치채소전1,5,6, 옥수수차	곡물식빵1,2,6, 우유2	게맛살주먹밥1,5,6,8, 동굴레차	참깨죽5,6	밤만쥬2,5,6, 보리차
열량/단백질	394/17	397/22	425/18	418/14	408/16	382/18
날짜	15(월)	16(화)	17(수) 그린Day	18(목) 생일식단	19(금) 단오 특식	20(토)
오전간식	참외	얼갈이죽	●잘게 썬 포도	당근스틱, 떠먹는요구르트2	수박우유화채2	우유2
점심	기장밥 얼갈이된장국5,6 돈육두루치기5,6,10 새송이버섯나물5,6 깍두기9	찰쌀밥 ♣애호박전국9 ★두부강정5,6,12 근대나물5,6 배추김치9	쇠불고기덮밥5,6,16 미역국5,6 콘샐러드1,5 깍두기9	수수밥 쇠고기미역국5,6,16 훈제오리단호박찜5,6 근대나물5,6 깍두기9	차조밥 육개장5,6,16 닭살냉채5,6,15 고구마줄기볶음5,6 배추김치9	달걀짜장밥1,2,5,6 우거지된장국5,6 배추김치9
오후간식	찐감자, 우유2	미니핫도그1,2,6,10,15, 우유2	모닝빵1,2,6, 우유2	케이크 유가농주스	크림스프2,6	깨찰빵1,2,6, 동굴레차
열량/단백질	392/16	426/13	405/13	389/22	399/17	392/14
날짜	22(월)	23(화)	24(수) 그린Day	25(목)	26(금)	27(토)
오전간식	복숭아11	●잘게 썬 방울토마토12, 떠먹는요구르트2	바나나	사과, 영유아용치즈2	오이스틱, 떠먹는요구르트2	우유2
점심	쌀밥 콩나물국5 쇠고기양배추볶음5,6,16 명엽채조림5,6 깍두기9	수수밥 팽이장국5,6 해물완자구이1,5,6,9,17 삼색파프리카샐러드2 배추김치9	닭살비빔밥5,6,15 ★순두부김국5,6,13 열무나물5,6 배추김치9	찰쌀밥 감자된장국5,6 달걀브로콜리스크램블1,5 우유채조림5,6 배추김치9	기장밥 수제비국5,6 안매운돈육김치찜9,10 ♣애호박나물5,6 깍두기9	쇠고기파인애플필라프 5,6,16,18 미니우동5,6,13 배추김치9
오후간식	찐단호박, 우유2	잔치국수5,6,13	크로와상1,2,6, 우유2	새우살볶음밥, 보리차	달걀죽1	팔빵1,2,6, 옥수수차
열량/단백질	398/17	391/18	399/16	435/15	419/16	394/15
날짜	29(월) 서울미래밥상Day	30(화)	<6월 푸드브릿지 주인공은 '애호박'>			식단 만족도 조사
오전간식	수박	누룽지죽	① 애호박의 효능 : 애호박은 주성분인 당질과 비타민 A와 C가 풍부하여 소화 흡수가 잘 되기 때문에 회복기의 환자나 소화력이 약한 아이들 영양식이나 이유식으로 사용하기에 매우 훌륭한 식재료입니다. 또한 칼륨과 미네랄, 식이섬유가 풍부하여 건강에 매우 유익합니다. ② 푸드브릿지 : 같은 재료를 이용하여 단계별로 다양한 음식 제공 🌱STEP1. 애호박의 형태를 알아볼 수 있도록 제공 🌱STEP2. 애호박을 작게 다져 다른 재료와 함께 제공 🌱STEP3. 애호박을 작게 잘라 제공 🌱STEP4. 애호박을 본 모양 그대로 제공			
점심	차조밥 맑은오징어국5,6,17 ★들기름두부구이5 부추무침 깍두기9	기장밥 아유된장국5,6 닭살데리야끼조림 5,6,15,18 잔멸치볶음5,6 배추김치9				
오후간식	찐감자, 우유2	어묵탕, 우유2				
열량/단백질	387/17	428/22				★ 저탄소 식물성 단백질 메뉴 표시
식단안내	★ 알레르기 유발 식품 표시 : 품목을 확인하고 알레르기 반응을 보이는 유아에게는 급식 시 각별한 주의 부탁드립니다. 1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.계 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 19.젓 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.					
쌀(백미·현미·흑미·잡곡)	공		배추김치(백김치)		수산물	
밥·죽·누룽지	두부	연/순두부	콩비지	배추	고춧가루	오징어
국내산	국내산	국내산	-	국내산	국내산	국산
	식육가공품		수산물가공품			
	미트볼참스테이크(미트볼(쇠고기: 국내산 한우, 돼지고기: 국내산))			참치채소전(참치(다랑어: 원양산))		
	달걀가라아게덮밥(가라아게(닭고기: 국내산))			해물완자구이(해물완자(오징어: 페루산))		
	후채우리단호박찜(후채우리(우리: 국내산))					
1-2세 배식 시 유의사항	★ 고기류, 나물류 : 배식 시, 한 입 크기로 잘게 잘라서 제공 ★ 과채류 : 배식 시, 한 입 크기로 잘게 잘라서 제공 ★ 면류 : 잘게 잘라서 숟가락으로 떠먹을 수 있도록 제공			★ 서류 : 배식 시, 충분히 으개서 제공, 목이 메지 않도록 물·음료와 함께 제공 ★ 메주리얼, 방울토마토 : 세로방향으로 작게 썰고 가급적 헹글 제거 후 제공		

발행일: 2026. 5. 15.

작성자 : 영양팀

송파키즈 지구 건강 일반식(3-5세)

날짜	1(월)	2(화)	3(수) 지방선거	4(목)	5(금)	6(토) 현충일
오전간식	사과	★♣ 두부애호박죽5		파프리카스틱, 떠먹는요구르트2	참외, 영유아용치즈2	
점심	찰쌀밥 ★두부탕국5,6 달걀채소오믈렛1,2,5 비름나물 배추김치9	차조밥 유부장국5,6 미트볼참스테이크 5,6,10,12,16,18 호박잎나물 깍두기9		쌀밥 달걀국1,5,6 돈육잡채5,6,10 브로콜리흑임자버무리 1,5,6 배추김치9	기장밥 청경채사브국5,6 순살삼치구이5,6 콩나물무침5,6 깍두기9	
오후간식	찐단호박, 우유2	팬케이크1,2,5,6, 우유2		들기름막국수3,5,6,13	양송이소프2,6	
열량/단백질	603/27	685/20	677/25	600/30		
날짜	8(월)	9(화)	10(수) 그린Day	11(목)	12(금)	13(토)
오전간식	키위	오이스틱, 떠먹는요구르트2	토마토12	쌀시리얼&우유2	바나나, 우유2	우유2
점심	수수밥 모듬어묵탕5,6 닭살가지볶음5,6,15 무생채 배추김치9	쌀밥 다시마채국 돈육수육5,6,10 청상추겉절이 배추김치9	♣달걀애호박볶음밥1,5,6 닭곰탕15 양배추나물5,6 깍두기9	차조밥 머위된장국5,6 ★두부조림5,6 감자채당근볶음5,6 배추김치9	찰쌀밥 들깨배춧국5,6 쇠고기양파찜5,6,16 오이무침 깍두기9	닭살가라아게덮밥 5,6,15,18 황태국5,6 배추김치9
오후간식	고구마맛탕5, 우유2	참치채소전1,5,6, 옥수수차	곡물식빵1,2,6, 우유2	게맛살죽먹방1,5,6,8, 둥굴레차	참깨죽5,6	밤만죽2,5,6, 보리차
열량/단백질	621/31	615/37	656/24	651/21	630/26	594/28
날짜	15(월)	16(화)	17(수) 그린Day	18(목) 생일식단	19(금) 단오 특식	20(토)
오전간식	참외	얼갈이죽	●잘게 썬 포도	단근스틱, 떠먹는요구르트2	수박우유화채2	우유2
점심	기장밥 얼갈이된장국5,6 돈육두루치기5,6,10 새송이버섯나물5,6 깍두기9	찰쌀밥 ♣애호박젓국9 ★두부강정5,6,12 근대나물5,6 배추김치9	쇠불고기덮밥5,6,16 미소된장국 콘샐러드1,5 깍두기9	수수밥 쇠고기미역국5,6,16 훈제오리단호박찜5,6 근대나물5,6 깍두기9	차조밥 육개장5,6,16 닭살냉채5,6,15 고구마줄기볶음5,6 배추김치9	달걀짜장밥1,2,5,6 우거지된장국5,6 배추김치9
오후간식	찐감자, 우유2	미니핫도그1,2,6,10,15, 우유2	모닝빵1,2,6, 우유2	케이크, 유가농수스 604/36	크림소프2,6	깨찰빵1,2,6, 둥굴레차
열량/단백질	606/26	658/19	628/20	604/36	618/28	607/22
날짜	22(월)	23(화)	24(수) 그린Day	25(목)	26(금)	27(토)
오전간식	복숭아11	●잘게 썬 방울토마토12, 짜먹는요구르트2	바나나	사과, 영유아용치즈2	오이스틱, 떠먹는요구르트2	우유2
점심	쌀밥 콩나물국5 쇠고기양배추볶음5,6,16 명엽채조림5,6 깍두기9	수수밥 팽이장국5,6 해물완자구이1,5,6,9,17 삼색파프리카샐러드2 배추김치9	닭살비빔밥5,6,15 ★순두부김국5,6,13 열무나물5,6 배추김치9	찰쌀밥 감자된장국5,6 달걀브로콜리스크램블1,5 우영채조림5,6 배추김치9	기장밥 수제비국5,6 안매운돈육김치찜9,10 ♣애호박나물5,6 깍두기9	쇠고기파인애플필라프 5,6,16,18 미니우동5,6,13 배추김치9
오후간식	찐단호박, 우유2	잔치국수5,6,13	크로와상1,2,6, 우유2	새우살볶음밥, 보리차	달걀죽1	팔빵1,2,6, 옥수수차
열량/단백질	650/24	606/28	618/24	675/22	649/25	610/22
날짜	29(월) 서울미래밥상Day	30(화)	<6월 푸드브릿지 주인공은 '애호박'>			식단 만족도 조사
오전간식	수박	누룽지죽	① 애호박의 효능 : 애호박은 주성분인 당질과 비타민 A와 C가 풍부하여 소화 흡수가 잘 되기 때문에 회복기의 환자나 소화력이 약한 아이들 영양식이나 이유식으로 사용하기에 매우 훌륭한 식재료입니다. 또한 칼륨과 미네랄, 식이섬유가 풍부하여 건강에 매우 유익합니다. ② 푸드브릿지 : 같은 재료를 이용하여 단계별로 다양한 음식 제공 🌱STEP1. 애호박의 형태를 알아볼 수 있도록 제공 🌱STEP2. 애호박을 작게 다져 다른 재료와 함께 제공 🌱STEP3. 애호박을 작게 잘라 제공 🌱STEP4. 애호박을 본 모양 그대로 제공			
점심	차조밥 맑은오징어국5,6,17 ★들기름두부구이5 부추무침 깍두기9	기장밥 아욱된장국5,6 닭살데리야끼조림 5,6,15,18 잔멸치볶음5,6 배추김치9				
오후간식	찐감자, 우유2	어묵탕, 우유2				
열량/단백질	603/27	661/36				★ 저탄소 식물성 단백질 메뉴 표시

★ 알레르기 유발 식품 표시 : 품목을 확인하고 알레르기 반응을 보이는 유아에게는 급식 시 각별한 주의 부탁드립니다.
 1.난류 2.우유 3.메밀 4.팥콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.게 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.야행산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 19.잣
 * 야행산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

쌀(백미·현미·흑미·잡곡)	콩	배추김치(백김치)		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물		
밥·죽·누룽지	두부 연/순두부	콩비지	배추 고춧가루					오징어	고등어	명태/동태
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	-	국산	-	-
식육가공품					수산물가공품					
미트볼참스테이크(미트볼(쇠고기: 국내산 함유, 돼지고기: 국내산))					참치채소전(참치(다랑어: 원양산), 해물완자구이(해물완자(오징어: 페루산))					
달걀가라아게덮밥(가라아게(닭고기: 국내산))										
훈제오리단호박찜(훈제오리: 국내산)										

발행일: 2026. 5. 15.
작성: 영양팀

송파키즈 지구 건강 시간연장식(1-2세)

날짜	1(월)	2(화)	3(수) 지방선거	4(목)	5(금)							
저녁	기장밥 복어양파국5,6 닭살고구마줄기볶음 5,6,15 얼갈이나물5,6 깍두기9	수수밥 무채국5,6 두부달걀부침1,5,6 단호박범벅1,5 깍두기9	 <p>제9회 전국동시지방선거 소중한 한 표 우리의 미래를 바꿉니다.</p>	미트볼덮밥5,6,10,12,16,18 호박잎된장국5,6 당근나물 배추김치9	차조밥 당면김국5,6,13 돈육브로콜리볶음5,6,10 파프리카샐러드2 배추김치9							
열량/단백질	246/18	278/9		268/8	266/12							
날짜	8(월)	9(화)	10(수)	11(목)	12(금)							
저녁	찹쌀밥 콩나물국5 삼치살양념찜5,6 청경채나물5,6 배추김치9	차조밥 가지냉국5,6 닭갈비5,6,15 어묵채소볶음5,6 깍두기9	기장밥 안매운참치김치국5,6,9 돈육채소구이5,10 청포묵무침5,6 깍두기9	쌀밥 달걀파국1,5,6 닭살양배추볶음5,6,15 토마토샐러드5,6,12 배추김치9	수수밥 감자된장국5,6 두부맛살동그랑땡 1,5,6,8 머위나물5,6 배추김치9							
열량/단백질	232/17	244/12	255/12	234/14	237/9							
날짜	15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금)							
저녁	수수밥 배추샤브국5,6 쇠고기오이볶음5,6,16 김자반5,6,13 깍두기9	쌀밥 새송이버섯된장국5,6 돈육감자조림5,6,10 얼갈이무침5,6 깍두기9	차조밥 맑은근대국5,6 두부두루치기5,6 애호박전1,5,6 배추김치9	기장밥 건새우된장국5,6,9 쇠고기채소찜&양념장 5,6,16 미역나물5,6 깍두기9	찹쌀밥 연두부백탕5 훈제오리주물럭 숙주당근무침5,6 깍두기9							
열량/단백질	235/10	247/10	236/9	248/13	232/12							
날짜	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)							
저녁	차조밥 미역국5,6 닭살양념구이5,6,15 고사리나물5,6 배추김치9	기장밥 양배추가쓰오국5,6 쇠불고기5,6,16 콩나물무침5,6 깍두기9	찹쌀밥 미소장국5,6 해물완자팽이볶음 1,5,6,9,17 토마토참깨소스버무리 1,5,6,12 배추김치9	수수밥 순두부전국5,9 안동찜닭5,6,15 무나물 배추김치9	쌀밥 맑은새우살국9 치즈달걀말이1,2,5 브로콜리조림5,6 배추김치9							
열량/단백질	238/14	237/11	250/11	235/12	237/12							
날짜	29(월)	30(화)	<6월 푸드브릿지 주인공은 '애호박'>		식단 만족도 조사  QR코드를 촬영하여 참여해주세요!							
저녁	찹쌀밥 애호박된장국5,6 돈육불고기5,6,10 오이나물 배추김치9	수수밥 맑은부춧국5,6 두부그라탕 2,5,6,12,15,16,18 오징어채소전1,5,6,17 배추김치9	① 애호박의 효능 : 애호박은 주성분인 당질과 비타민 A와 C가 풍부하여 소화 흡수가 잘 되기 때문에 회복기의 환자나 소화력이 약한 아이들 영양식이나 이유식으로 사용하기에 매우 훌륭한 식재료입니다. 또한 칼륨과 미네랄, 식이섬유가 풍부하여 건강에 매우 유익합니다. ② 푸드브릿지 : 같은 재료를 이용하여 단계별로 다양한 음식 제공 🌱STEP1. 애호박의 형태를 알아볼 수 있도록 제공 🌱STEP2. 애호박을 작게 다져 다른 재료와 함께 제공 🌱STEP3. 애호박을 작게 잘라 제공 🌱STEP4. 애호박을 본 모양 그대로 제공									
열량/단백질	241/10	276/13										
식단 안내	★ 알레르기 유발 식품 표시 : 품목을 확인하고 알레르기 반응을 보이는 유아에게는 급식 시 각별한 주의 부탁드립니다. 1.난류 2.우유 3.메밀 4.팥콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.게 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 19.젓 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.											
쌀 (백미·현미·흑미·잡곡)	콩		배추김치(백김치)		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물			
밥·죽·누룽지	두부	연/순두부	콩비지	배추	고춧가루					오징어	고등어	명태/동태
국내산	국내산	국내산	-	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	-	국산	-	-
식육가공품						수산물가공품						
미트볼덮밥(미트볼(쇠고기: 국내산 한우, 돼지고기: 국내산)) 훈제오리주물럭(훈제오리: 국내산)						미소장국(미소된장(가다랑어: 일본산)) 안매운참치김치국(참치(다랑어: 월양산)) 해물완자팽이볶음(해물완자(오징어: 페루산))						
1-2세 배식 시 유의사항	★ 고기류, 나물류 : 배식 시, 한 입 크기로 잘게 잘라서 제공 ★ 과채류 : 배식 시, 한 입 크기로 잘게 잘라서 제공 ★ 면류 : 잘게 잘라서 손가락으로 떠먹을 수 있도록 제공					★ 서류 : 배식 시, 충분히 으개서 제공, 목이 메지 않도록 물·음료와 함께 제공 ★ 매추리알, 방울토마토 : 세로방향으로 작게 썰고 가급적 껍질 제거 후 제공						

발행일: 2026. 5. 15.
 작성자 : 영양팀

송파키즈 지구 건강 시간연장식(3-5세)

날짜	1(월)	2(화)	3(수) 지방선거	4(목)	5(금)							
저녁	기장밥 북어양파국5,6 닭살고구마줄기볶음 5,6,15 얼갈이나물5,6 깍두기9	수수밥 무채국5,6 두부달걀부침1,5,6 단호박범벅1,5 깍두기9	 <p>제9회 전국동시지방선거 소중한 한 표 우리의 미래를 바꿉니다</p>	미트볼덮밥5,6,10,12,16,18 호박익힌장국5,6 당근나물 배추김치9	차조밥 당면김국5,6,13 돈육브로콜리볶음5,6,10 파프리카샐러드2 배추김치9							
열량/단백질	372/26	407/13		402/11	392/16							
날짜	8(월)	9(화)	10(수)	11(목)	12(금)							
저녁	찹쌀밥 콩나물국5 삼치살양념찜5,6 청경채나물5,6 배추김치9	차조밥 가지냉국5,6 닭갈비5,6,15 어묵채소볶음5,6 깍두기9	기장밥 안매운참치김치국5,6,9 돈육채소구이5,10 청포묵무침5,6 깍두기9	쌀밥 달걀파국1,5,6 닭살양배추볶음5,6,15 토마토샐러드5,6,12 배추김치9	수수밥 감자된장국5,6 두부맛살등그랑뎡 1,5,6,8 머위나물5,6 배추김치9							
열량/단백질	360/25	369/17	382/18	362/21	367/14							
날짜	15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금)							
저녁	수수밥 배추샤브국5,6 쇠고기오이볶음5,6,16 김자반5,6,13 깍두기9	쌀밥 새송이버섯된장국5,6 돈육감자조림5,6,10 얼갈이무침5,6 깍두기9	차조밥 맑은근대국5,6 두부두루치기5,6 애호박전1,5,6 배추김치9	기장밥 건새우된장국5,6,9 쇠고기채소찜&양념장 5,6,16 미역나물5,6 깍두기9	찹쌀밥 연두부백탕5 훈제오리주물럭 숙주당근무침5,6 깍두기9							
열량/단백질	361/15	372/15	362/13	368/19	362/18							
날짜	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)							
저녁	차조밥 미역국5,6 닭살양념구이5,6,15 고사리나물5,6 배추김치9	기장밥 양배추가쓰오국5,6 쇠불고기5,6,16 콩나물무침5,6 깍두기9	찹쌀밥 미소장국5,6 해물완자팽이볶음 1,5,6,9,17 토마토참깨소스버무리 1,5,6,12 배추김치9	수수밥 순두부젓국5,9 안동찜닭5,6,15 무나물 배추김치9	쌀밥 맑은새우살국9 치즈달걀말이1,2,5 브로콜리조림5,6 배추김치9							
열량/단백질	365/20	365/17	379/17	365/19	366/19							
날짜	29(월)	30(화)	<6월 푸드브릿지 주인공은 '애호박'>		식단 만족도 조사  QR코드를 촬영하여 참여해주세요!							
저녁	찹쌀밥 애호박된장국5,6 돈육불고기5,6,10 오이나물 배추김치9	수수밥 맑은부춧국5,6 두부그라탕 2,5,6,12,15,16,18 오징어채소전1,5,6,17 배추김치9	① 애호박의 효능 : 애호박은 주성분인 당질과 비타민 A와 C가 풍부하여 소화 흡수가 잘 되기 때문에 회복기의 환자나 소화력이 약한 아이들 영양식이나 이유식으로 사용하기에 매우 훌륭한 식재료입니다. 또한 칼륨과 미네랄, 식이섬유가 풍부하여 건강에 매우 유익합니다. ② 푸드브릿지 : 같은 재료를 이용하여 단계별로 다양한 음식 제공 🌱STEP1. 애호박의 형태를 알아볼 수 없도록 제공 🌱STEP2. 애호박을 작게 다져 다른 재료와 함께 제공 🌱STEP3. 애호박을 작게 잘라 제공 🌱STEP4. 애호박을 본 모양 그대로 제공									
열량/단백질	371/15	407/18										
식단 안내	★ 알레르기 유발 식품 표시 : 품목을 확인하고 알레르기 반응을 보이는 유아에게는 급식 시 각별한 주의 부탁드립니다. 1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.계 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산류 14.호두 15.달걀 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 19.ژ ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.											
쌀(백미·현미·흑미·잡곡)	콩		배추김치(백김치)		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물			
밥·죽·누룽지	두부	연/순두부	콩비지	배추	고춧가루				오징어	고등어	명태/동태	
국내산	국내산	국내산	-	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	-	국산	-	-
식육가공품						수산물가공품						
미트볼덮밥(미트볼(쇠고기: 국내산 한우, 돼지고기: 국내산)) 훈제오리주물럭(훈제오리: 국내산)						미소장국(미소된장(가다랑어: 일본산), 안매운참치김치국(참치(다랑어: 월양산)), 해물완자팽이볶음(해물완자(오징어: 페루산))						