

발행일: 2026. 5. 15.
 작성자 : 영양팀

송파키즈 지구 건강 일반식(1-2세)

어린이집

날짜	1(월)	2(화)	3(수) 지방선거	4(목)	5(금)	6(토) 현충일					
오전간식	사과	★두부애호박죽5	 <p>제9회 전국동시지방선거 소중한 한 표 우리의 미래를 바꿉니다</p>	파프리카스틱, 떡먹는(플레인)요구르트2	참외, 영유아용치즈2						
점심	찰쌀밥 ★두부탕국5,6 달걀채소오믈렛1,2,5 비름나물 백김치(배추김치9)	차조밥 유부장국5,6 ★식물성미트볼잡스테인크 5,6,12,16,18 호박잎나물 깍두기9		쌀밥 달걀국1,5,6 돈육잡채5,6,10 브로콜리흑임자버무리 1,5,6 백김치(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 떡먹는(플레인)요구르트2	토마토12	쌀시리얼&우유2	바나나, 우유2	우유2					
점심	수수밥 모듬어묵탕5,6 달걀가지볶음5,6,15 무생채 백김치(배추김치9)	쌀밥 다시마채국 돈육수육5,6,10 육상추겉절이 백김치(배추김치9)	★달걀애호박볶음밥1,5,6 달걀곰탕15 양배추나물5,6 깍두기9	차조밥 머위된장국5,6 ★두부조림5,6 감자채당근볶음5,6 백김치(배추김치9)	찰쌀밥 들깨배춧국5,6 쇠고기양파찜5,6,16 오이무침 깍두기9	달걀가라아게덮밥 5,6,15,18 황태국5,6 백김치(배추김치9)					
오후간식	찐고구마, 우유2	참치채소전1,5,6, 옥수수차	롤케이크1,2,6, 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) 서울미래밥상Day	19(금) 단오 특식	20(토)					
오전간식	참외	얼갈이죽	●잘게 썬 포도	단고스틱 떡먹는(플레인)요구르트2	수박우유화채2	우유2					
점심	기장밥 얼갈이된장국5,6 돈육두루치기5,6,10 새송이버섯나물5,6 깍두기9	찰쌀밥 ★애호박첫국9 ★두부강정5,6,12 근대나물5,6 백김치(배추김치9)	쇠불고기덮밥5,6,16 미역국5,6 콘샐러드1,5 깍두기9	수수밥 숙주국5,6 가지미우조림5,6 과일사라다2 백김치(배추김치9)	차조밥 육개장5,6,16 달걀냉채5,6,15 고구마줄기볶음5,6 백김치(배추김치9)	달걀짜장밥1,2,5,6 우거지된장국5,6 백김치(배추김치9)					
오후간식	찐감자, 우유2	미니핫도그1,2,6,10,15, 우유2	모닝빵1,2,6, 우유2	★연두부&양념장5,6	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, 떡먹는(플레인)요구르트2	바나나	사과, 영유아용치즈2	오이스틱 떡먹는(플레인)요구르트2	우유2					
점심	쌀밥 콩나물국5 쇠고기양배추볶음5,6,16 명엽채조림5,6 깍두기9	수수밥 팽이장국5,6 해물완자구이1,5,6,9,17 삼색파프리카볶음5,6 백김치(배추김치9)	달걀비빔밥5,6,15 ★순두부김국5,6,13 얼무나물5,6 백김치(배추김치9)	찰쌀밥 감자된장국5,6 달걀브로콜리스크램블1,5 우영채조림5,6 백김치(배추김치9)	기장밥 수제비국5,6 안매운돈육김치찜9,10 ★애호박나물5,6 깍두기9	쇠고기파인애플필라프 5,6,16,18 미니우동5,6,13 백김치(배추김치9)					
오후간식	찐단호박, 우유2	잔치국수5,6,13	크로와상1,2,6, 우유2	새우살로제리조토 2,5,6,9,12,15,16,18, 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 영양 이유식으로 사용하기에 매우 훌륭한 식재료입니다. 또한 칼륨과 미네랄이 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 부추나물5,6 깍두기9	기장밥 아욱된장국5,6 달걀데리야끼조림 5,6,15,18 잔멸치볶음5,6 백김치(배추김치9)									
오후간식	찐감자, 우유2	어린이어묵핫바5,6, 우유2									
열량/단백질	387/17	428/22									
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.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.잰 * 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.										
쌀(백미·현미·흑미·잡곡)	콩		배추김치		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물		
밥·죽·누룽지	두부	연/순두부	콩비지	배추	고춧가루				오징어	고등어	명태/동태
국내산	국내산	국내산	-	국내산	국내산	국내산-한우	국내산	국내산	-	-	-
식육가공품						수산물가공품					
미트볼잡스테인크(미트볼(닭고기: 국내산, 돼지고기: 국내산)) 달걀가라아게덮밥(가라아게(닭고기: 국내산))						참치채소전(참치(다량어: 위양산)) 해물완자구이(해물완자(오징어: 칠레산, 페루산))					
1-2세 배식 시 유의사항	★ 고기류, 나물류 : 배식 시, 한 입 크기로 잘게 잘라서 제공 ★ 관채류 : 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·음료로 함께 제공 ★ 메추리알, 방울토마토 : 세로방향으로 작게 썰고 카급적 껍질 제거 후 제공					

발행일: 2026. 5. 15.
 작성자 : 영양팀

송파키즈 지구 건강 일반식(3-5세)

어린이집

날짜	1(월)	2(화)	3(수) 지방선거	4(목)	5(금)	6(토) 현충일					
오전간식	사과	★두부애호박죽5		파프리카스틱, 떡먹는(플레인)요구르트2	참외, 영유아용치즈2						
점심	찰쌀밥 ★두부탕국5,6 달걀채소오믈렛1,2,5 비름나물 배추김치9	차조밥 유부장국5,6 ★식물성미트볼잡스테인크 5,6,12,16,18 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	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, 떡먹는(플레인)요구르트2	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	찐고구마, 우유2	참치채소전1,5,6, 옥수수차	롤케이크1,2,6, 우유2	게맛살주먹밥1,5,6,8, 동굴레차	참깨죽5,6	밤만쥬2,5,6, 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) 서울미래밥상Day	19(금) 단오 특식	20(토)					
오전간식	참외	얼갈이죽	●잘게 썬 포도	당근스틱, 떡먹는(플레인)요구르트2	수박우유화채2	우유2					
점심	기장밥 얼갈이된장국5,6 돈육두부치기5,6,10 새송이버섯나물5,6 깍두기9	찰쌀밥 ★애호박전국9 ★두부강정5,6,12 근대나물5,6 배추김치9	쇠불고기덮밥5,6,16 미역국5,6 콘샐러드1,5 깍두기9	수수밥 숙주국5,6 가자미무조림5,6 과일사라다2 배추김치9	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	★연두부&양념장5,6	크림스프2,6	깨찰빵1,2,6, 동굴레차					
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, 떡먹는(플레인)요구르트2	우유2					
점심	쌀밥 콩나물국5 쇠고기양배추볶음5,6,16 명엽채조림5,6 깍두기9	수수밥 팽이장국5,6 해물완자구이1,5,6,9,17 삼색파프리카볶음5,6 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	새우살로제리조토 2,5,6,9,12,15,16,18, 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 영양 이유식으로 사용하기에 매우 훌륭한 식재료입니다. 또한 칼륨과 미네랄이 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 부추나물5,6 깍두기9	기장밥 아욱된장국5,6 닭살데리야끼조림 5,6,15,18 잔멸치볶음5,6 배추김치9									
오후간식	찐감자, 우유2	어린이어묵핫바5,6, 우유2									
열량/단백질	603/27	661/36				★ 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.잣 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.										
쌀(백미·현미·흑미·찰밥)	콩		배추김치		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물		
밥·죽·누룽지	두부	연/순두부	콩비지	배추	고춧가루				오징어	고등어	명태/동태
국내산	국내산	국내산	-	국내산	국내산	국내산-한우	국내산	국내산	-	국내산	-
식육가공품						수산물가공품					
미트볼잡스테인크[미트볼(닭고기: 국내산, 돼지고기: 국내산)] 달걀가라아게덮밥[가라아게(닭고기: 국내산)]						참치채소전참치(다량어: 원양산) 해물완자구이[해물완자(오징어: 칠레산, 페루산)]					

발행일: 2026. 5. 15.
작성자: 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>	식물성미트볼덮밥 5,6,12,16,18 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 가자미찹쌀튀김5 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						
저녁	찹쌀밥 애호박된장국5,6 돈육불고기5,6,10 오이나물 배추김치9	수수밥 맑은부추국5,6 두부그라탕 2,5,6,12,15,16,18 오징어채소전1,5,6,17 배추김치9	<p>① 애호박의 효능 : 애호박은 주성분인 당질과 비타민 A와 C가 풍부하여 소화 흡수가 잘 되기 때문에 회복기의 환자나 소아력이 약한 아이들 영양식이나 이유식으로 사용하기에 매우 훌륭한 식재료입니다. 또한 칼륨과 미네랄, 식이섬유가 풍부하여 매우 유익합니다.</p> <p>② 푸드브릿지 : 같은 재료를 이용하여 단계별로 다양한 형태로 제공</p> <p>🌱 STEP1. 애호박의 형태를 알아볼 수 있도록 제공</p> <p>🌱 STEP2. 애호박을 작게 다져 다른 재료와 함께 제공</p> <p>🌱 STEP3. 애호박을 작게 잘라 제공</p> <p>🌱 STEP4. 애호박을 본 모양 그대로 제공</p>		 <p>QR코드를 촬영하여 참여해주세요!</p>						
열량/단백질	241/10	276/13									
식단 안내	<p>★ 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.게 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.젓 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.</p>										
쌀(백미·현미·흑미·잡곡)	콩		배추김치		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물		
밥·죽·누룽지	두부	연/순두부	콩비지	배추	고춧가루				오징어	고등어	명태/동태
국내산	국내산	국내산	-	국내산	국내산	국내산-한우	국내산	국내산	-	국내산	-
식육가공품						수산물가공품					
미트볼덮밥[미트볼(닭고기: 국내산, 돼지고기: 국내산)]						미소장국[미소된장(가다랑어:인도네시아산)] 안매운참치김치국[참치(다랑어: 원양산)] 해물완자팽이볶음[해물완자(오징어: 칠레산, 페루산)]					
1-2세 배식 시 유의사항	<p>★ 고기류, 나물류 : 배식 시, 한 입 크기로 잘게 잘라서 제공</p> <p>★ 과채류 : 배식 시, 한 입 크기로 잘게 잘라서 제공</p> <p>★ 면류 : 잘게 잘라서 숟가락으로 떠먹을 수 있도록 제공</p>					<p>★ 서류 : 배식 시, 충분히 으개서 제공, 목이 메지 않도록 물음료와 함께 제공</p> <p>★ 매추리알, 방울토마토 : 세로방향으로 작게 썰고 가급적 껍질 제거 후 제공</p>					

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 무쌈국5,6 두부달걀부침1,5,6 단호박범벅1,5 깍두기9	제9회 전국동시지방선거 소중한 한 표 우리의 미래를 바꿉니다. 	식물성미트볼덮밥 5,6,12,16,18 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	참쌀밥 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 달걀찜1,5,6 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	참쌀밥 연두부백탕5 가자미참살튀김5 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	참쌀밥 미소장국5,6 해물완자팽이볶음 1,5,6,9,17 토마토참깨소스버무리 1,5,6,12 배추김치9	수수밥 순두부찜국5,9 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						
저녁	참쌀밥 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 소아에게 약한 아이들 영양식이나 이유식으로 사용하기에 매우 훌륭한 식재료입니다. 또한 칼륨과 미네랄, 식이섬유가 풍부하여 매우 유익합니다. ② 푸드브릿지 : 같은 재료를 이용하여 단계별로 다양한 제품 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		 QR코드를 촬영하여 참여해주세요!						
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.게 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.젓 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.										
쌀 (백미·현미·흑미·잡곡)	콩		배추김치		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물		
밥·죽·누룽지	두부	연/순두부	콩비지	배추	고춧가루				오징어	고등어	명태/동태
국내산	국내산	국내산	-	국내산	국내산	국내산-한우	국내산	국내산	-	국내산	-
식육가공품						수산물가공품					
미트볼덮밥(미트볼(닭고기: 국내산, 돼지고기: 국내산))						미소장국(미소된장(가다랑어:인도네시아산), 안매운참치김치(참치(다랑어: 월양산)), 해물완자팽이볶음(해물완자(오징어: 칠레산, 페루산))					