

발행일	2026년 7월 15일 수요일	인천시 미추홀구 어린이·사회복지관식관리지원센터 Incheon City Mithuhol District Child Welfare Center	영양팀
-----	------------------	--	-----

중달새어린이집 2026년 8월 중식 식단표 (만 1~2세)

날짜						1(토)
오전간식						마시는요거트②
점심						백미밥 브로콜리양송이스프②⑤ ④⑥⑧⑨ 탕수육①⑤④⑥⑧⑨ 양상추샐러드⑤④ 깍두기⑨(단무지)
후식 (여원아침계곡)						
열량/단백질						368/16
날짜	3(월)	4(화)	5(수) 	6(목)	7(금)	8(토)
오전간식	바나나/치즈②	버섯샐러드⑤④	함위/우유②	떠먹는요거트②	씨없는포도	마시는요거트②
점심	수수밥 버섯맑은국⑤④ 달고기치레조림②⑤④⑥⑧⑨ 콩나물우침⑤④ 배추김치⑨(단무지)	백미밥 육개장⑤④⑥⑧ 두부구이&양념장⑤④ 김자반 깍두기⑨(단무지)	소고기콩나물밥⑤ 양념장⑤④⑥⑧ 미소장국⑤④ 말갈자바터구이② 배추김치⑨(단무지)	Happy Birthday! 백미밥 미역국⑤④ 돼지갈비찜⑤④⑥⑧ 콩나물우침⑤④ 배추김치⑨(단무지)	기장밥 순두부탕⑤④ 떡갈비구이⑤④⑥⑧⑨ 잔멸치조림⑤④ 깍두기⑨(단무지)	설렁탕&소면⑤⑧ 돈가스①⑤④⑥⑧⑨④ (조리시달걀계외) 단호박볶음①⑤④ 깍두기⑨(단무지)
후식 (여원아침계곡)	수박	방울토마토⑧	복숭아⑧	참외	바나나	
오후간식	토마토파스타②⑤⑥⑧⑨	핀고구마/우유②	달걀마요주먹밥①⑤⑧	수박화채②	밤식빵①②③④⑤/우유②	
열량/단백질	434/20	409/13	445/15	421/17	415/18	281/13
날짜	10(월)	11(화)	12(수)	13(목)	14(금) 	15(토) 공복절
오전간식	배	애호박미역죽	오이스틱/치즈②	마시는요거트②	방울토마토⑧	
점심	차조밥 소고기무국⑤④⑥⑧ 완식잡채⑤④ 연두부&양념장⑤④ 배추김치⑨(단무지)	기장밥 콩비지찌개⑤ 계육볶음⑤④⑥⑧ 상추사과우침⑤④ 깍두기⑨(단무지)	달걀채소볶음밥①⑤④ (두부채소볶음밥⑤④) 숙간된장국⑤④ 후르츠탕수육⑤④⑥⑧⑨ 깍두기⑨(단무지)	수수밥 열무된장국⑤④ 치즈떡갈비스테이크①②⑤④⑥⑧⑨ 파프리카버섯볶음⑤ 배추김치⑨(단무지)	백미밥 닭곰탕⑧ 돈육양배추찜⑤④⑥⑧ (조리시달걀계외) 도토리묵야채우침⑤④ 배추김치⑨(단무지)	
후식 (여원아침계곡)	복숭아⑧	방울토마토⑧	사과	바나나	참외	
오후간식	치즈땅콩생선드워치①②④⑤⑥/우유②	살은달걀①/우유②	과일요거트②⑧	칼국수⑤④	소보로빵①②③④⑤/우유②	
열량/단백질	421/14	416/19	381/18	432/17	406/21	
날짜	17(월) 대체 휴일	18(화)	19(수) 	20(목)	21(금)	22(토)
오전간식		달걀갈자죽①⑤④(감자죽)	사과/우유②	떠먹는요거트②	자두/치즈②	마시는요거트②
점심		수수밥 두부맑은국⑤④ 순살닭갈비⑤④⑥⑧ 근대된장우침⑤④ 깍두기⑨(단무지)	돈육숙주떡밥⑤④⑥⑧ 무국⑤④ 그린샐러드①②⑤④ 배추김치⑨(단무지)	기장밥 물만두국①⑤④⑥⑧⑨ 소고기장조림⑤④⑥⑧ 청포묵김가루우침⑤④ 배추김치⑨(단무지)	백미밥 아욱국⑤④ 왕자전①⑤④⑥⑧ (조리시달걀계외) 가지볶음⑤④ 배추김치⑨(단무지)	혼계오리볶음밥①②③④⑤⑧ 콩나물국⑤ 마카로니샐러드①⑤④ 깍두기⑨(단무지)
후식 (여원아침계곡)		씨없는포도	복숭아⑧	참외	바나나	
오후간식		핀감자/우유②	김말이튀김②⑤④⑥⑧	미니우동⑤④	편케이크①②③④⑤/우유②	
열량/단백질		395/16	381/10	391/18	400/16	315/12
날짜	24(월)	25(화)	26(수)	27(목)	28(금) 	29(토)
오전간식	복숭아⑧	표고버섯죽⑤④	수박/치즈②	마시는요거트②	참외	떠먹는요거트②
점심	백미밥 들깨우거지탕 소고기감자조림⑤④⑥⑧ 숙주나물우침⑤④ 배추김치⑨(단무지)	차조밥 양배추된장국⑤④ 안매운마파두부⑤④⑥⑧ 오이새콤우침⑤④ 깍두기⑨(단무지)	짜장떡밥②⑤④⑥⑧⑨④ 청경채맑은국⑤ 비빔만두⑤④⑥⑧⑨④ 배추김치⑨(단무지)	수수밥 소고기무국⑤④⑥⑧ 순살갈비찜⑤④⑥⑧ 두부샐러드⑤④⑥⑧ 배추김치⑨(단무지)	기장밥 시금치된장국⑤④ 데리야끼닭구이⑤④⑥⑧ 김구이&양념장⑤④ 깍두기⑨(단무지)	잔치국수⑤④ 포마김밥⑤④ 깍두기⑨(단무지) 씨없는포도
후식 (여원아침계곡)	키위	바나나	방울토마토⑧	사과	복숭아⑧	
오후간식	시리얼⑤④&우유②	핀단호박/우유②	유부주먹밥①⑤④	감자채소볶음①⑤④	치즈빵①②③④⑤/우유②	
열량/단백질	431/16	373/14	382/12	406/14	391/16	330/11
날짜	31(월)	『 식단 이용시 참고사항 』				
오전간식	씨없는포도	일렉트기를 유발할 수 있는 식품 19종 ①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀 ⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기⑪복숭아⑫토마토 ⑬아황산류⑭호두⑮달고기⑯식고기⑰오징어 ⑱조개류(굴·전복·홍합 포함) ⑳갯 * 첨가황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.				
점심	수수밥 안매운두부김치국⑤④⑥⑧ (두부맑은국⑤) 탕수육&소스①⑤④⑥⑧⑨ 감자채볶음⑤④ 깍두기⑨(단무지)					
후식 (여원아침계곡)	방울토마토⑧					
오후간식	잔멸치주먹밥⑤					
열량/단백질	450/18					

- * 1-2세 식단의 김치 제공시 맵지 않게 조리하여 짧게 잘라 제공합니다. / 식단 안내문의 급식 제공시 유의사항을 참고해주시기 바랍니다.
- * 과일 제공시 엄선한 과일을 깨끗이 세척하여 제공합니다. (세척과정: 정수 → 알카리수 → 비블세척 → 조율파세척 → 건조 → 포장 →냉장 배송)
- * 오염수 방류로 인하여 수산물 및 수산가공품(다시마, 새우, 수산가공품 등)을 채소, 두부, 달걀, 육류로 대체하여 제공합니다.

『 원산지 표시 』						
쌀 (밥죽·누룽지)	백미 : 국내산		콩 (대두)	콩비지 : 국내산	수산물/ 수산물가공품	7일 잔멸치조림 : 멸치(국내산) 31일 잔멸치주먹밥 : 멸치(국내산)
	잡쌀 : 국내산			두부 : 국내산		
				순두부 : 국내산		
				연두부 : 국내산		
소고기	국내산	외국산	김치류 (멸갈배·콩배포함)	배추 : 국내산 고춧가루 : 국내산	식육가공품	1일 탕수육 : 돼지고기(국내산) 7일 떡갈비구이 : 돼지고기(국내산), 소고기(국내산) 12일 후르츠탕수육 : 돼지고기(국내산) 13일 치즈떡갈비스테이크 : 돼지고기(국내산), 소고기(국내산) 22일 혼계오리볶음밥 : 오리고기(국내산) 31일 탕수육 : 돼지고기(국내산)
	■ 한우 □ 육우 □ 젓소		돼지고기	국내산		
			닭고기	국내산		
			오리고기			

새우, 콩 알러지 영아 대체식	8월 전일 배추김치, 각두기를 단무지로 대체 31일 점심 안매운두부김치국을 두부맑은국으로 대체
계란 알러지 영아 대체식	8일 점심 돈까스 조리시 달걀제외 11일 오후간식 삼은달걀을 찐고구마로 대체 12일 점심 새우살채소볶음밥을 달걀채소볶음밥으로 대체 14일 점심 돈육양배추전 조리시 달걀제외 18일 오전간식 달걀감자죽을 감자죽으로 대체 21일 점심 완자전 조리시 달걀제외

발행일	2026년 7월 15일 수요일	인천시 미추홀구 어린이·사회복지관식량관리지원센터	영양팀
-----	------------------	----------------------------	-----

종달새어린이집 2026년 8월 중식 식단표 (만 3~5세)

날짜						1(토)
오전간식						마시는요거트②
점심						백미밥 브로콜리양송이스프②⑤ ⑤⑥⑥ 탕수육①⑤⑥⑥⑥ 양상추샐러드⑤④ 깍두기⑤
후식 (여원아침계 콩)						
열량/단백질						566/24
날짜	3(월)	4(화)	5(수)	6(목)	7(금)	8(토)
오전간식	바나나/치즈②	버섯채소죽⑤④	참외/우유②	떠먹는요거트②	씨없는포도	마시는요거트②
점심	수수밥 버섯맑은국⑤④ 닭고기키리조림②⑤④⑥ 콩나물무침⑤④ 배추김치⑤	백미밥 육개장⑤④⑥ 두부구이⑥양념장⑤④ 김치반 깍두기⑤	소고기콩나물밥⑤ 양념장⑤④⑥ 미소장국⑤④ 알갈자버터구이② 배추김치⑤	Happy Birthday! 백미밥 미역국⑤④ 돼지갈비찜⑤④⑥ 콩나물무침⑤④ 배추김치⑤	기장밥 순두부탕⑤④ 떡갈비구이⑤④⑥⑥ 잔멸치조림⑤④ 깍두기⑤	설렁탕⑥소면④⑥ 돈가스①⑤⑥⑥⑥⑥ 단호박범벅①⑤ 깍두기⑤
후식 (여원아침계 콩)	수박	방울토마토⑥	복숭아⑥	참외	바나나	
오후간식	토마토파스타②⑤⑥⑥	핀고구마/우유②	닭살마요주먹밥①⑤⑥	수박화채②	방식빵①②⑤⑥/우유②	
열량/단백질	667/31	630/21	684/23	647/26	638/27	432/21
날짜	10(월)	11(화)	12(수)	13(목)	14(금)	15(토) 공복절
오전간식	배	애오박미역죽	오이스틱/치즈②	마시는요거트②	방울토마토⑥	
점심	차조밥 소고기뭇국⑤④⑥ 한식잡채⑤④ 연두부소양념장⑤④ 배추김치⑤	기장밥 콩비지찌개⑤ 계육볶음⑤④⑥ 상추사과무침⑤④ 깍두기⑤	달걀채소볶음밥①⑤④ 숙간된장국⑤④ 후르츠탕수육⑤⑥⑥⑥ 깍두기⑤	수수밥 열무된장국⑤④ 치즈떡갈비스테이크①② ⑤⑥⑥⑥ 파프리카버섯볶음⑤ 배추김치⑤	백미밥 닭곰탕⑥ 돈육양배추전⑤④⑥ 도토리묵야채무침⑤④ 배추김치⑤	
후식 (여원아침계 콩)	복숭아⑥	방울토마토⑥	사과	바나나	참외	
오후간식	치즈땅콩생드위치①② ④⑤⑥/우유②	살은달걀①/우유②	과일요거트②⑥	칼국수⑤④	소보로빵①②③④⑤/우유②	
열량/단백질	648/21	640/30	587/27	665/27	624/32	
날짜	17(월) 대체 휴일	18(화)	19(수)	20(목)	21(금)	22(토)
오전간식		달걀감자죽①⑤④	사과/우유②	떠먹는요거트②	차두/치즈②	마시는요거트②
점심		수수밥 두부맑은국⑤④ 순살떡갈비⑤④⑥ 근대된장무침⑤④ 깍두기⑤	돈육숙주덮밥⑤④⑥ 무국⑤④ 그린샐러드①②⑤ 배추김치⑤	기장밥 물만두국①⑤④⑥⑥ 소고기장조림⑤④⑥ 청포묵김가루무침⑤④ 배추김치⑤	백미밥 아욱국⑤④ 완자전①⑤④⑥ 가지볶음⑤④ 배추김치⑤	혼계오리볶음밥①②⑤④⑥ 콩나물국⑥ 마카로니샐러드①⑤④ 깍두기⑤
후식 (여원아침계 콩)		씨없는포도	복숭아⑥	참외	바나나	
오후간식		핀감자/우유②	김말이튀김②⑤⑥⑥⑥	미니우동⑤④	팬케이크①②⑤④/우유②	
열량/단백질		608/25	586/15	602/28	615/25	485/19
날짜	24(월)	25(화)	26(수)	27(목)	28(금)	29(토)
오전간식	복숭아⑥	표고버섯죽⑤④	수박/치즈②	마시는요거트②	참외	떠먹는요거트②
점심	백미밥 들깨우거지탕 소고기감자조림⑤④⑥ 숙주나물무침⑤④ 배추김치⑤	차조밥 양배추된장국⑤④ 안매운파마두부⑤④⑥ 오이새콤무침⑤④ 깍두기⑤	짜장덮밥②⑤④⑥⑥⑥ 청경채맑은국⑤ 비빔만두⑤④⑥⑥⑥ 배추김치⑤	수수밥 소고기우육⑤④⑥ 순살갈비찜⑤④⑥ 루실탈샐러드⑤④⑥ 배추김치⑤	기장밥 시금치된장국⑤④ 데리야끼닭구이⑤④⑥ 김구이⑥양념장⑤④ 깍두기⑤	잔치국수⑤④ 꼬마김밥⑤⑥ 깍두기⑤ 씨없는포도
후식 (여원아침계 콩)	키위	바나나	방울토마토⑥	사과	복숭아⑥	
오후간식	시리얼⑤⑥우유②	핀단호박/우유②	유부주먹밥①⑤②	감자채소범벅①⑤	치즈빵①②⑤⑥/우유②	
열량/단백질	663/25	574/22	587/18	625/22	601/25	508/17
날짜	31(월)	『 식단 이용시 참고사항 』				
오전간식	씨없는포도					
점심	수수밥 안매운두부감자국⑤⑥⑦ 탕수육⑥소스①⑤⑥⑥⑥ 김치채볶음⑤④ 깍두기⑤	알레르기를 유발할 수 있는 식품 19종 ①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀 ⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기⑪복숭아⑫토마토 ⑬아황산류⑭호두⑮달걀⑯쇠고기⑰오징어 ⑱조개류(굴·전복·홍합 포함) ⑳자				
후식 (여원아침계 콩)	방울토마토⑥					
오후간식	잔멸치주먹밥⑤					
열량/단백질	692/27					

* ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

* 과일 제공시 엄선한 과일을 깨끗이 세척하여 제공합니다. (세척과정: 정수 → 알카리수 → 버블세척 → 조음파세척 → 건조 → 포장 → 냉장 배송)
* 오염수 방류로 인하여 수산물 및 수산가공품(다시마, 새우, 수산가공품 등)을 채소, 두부, 달걀, 육류로 대체하여 제공합니다.

『 원산지 표시 』						
쌀 (밥즉누종자)	백미 : 국내산		콩 (대두)	콩비지 : 국내산	수산물/ 수산물가공품	7일 잔멸치조림 : 멸치(국내산) 31일 잔멸치주먹밥 : 멸치(국내산)
	잡쌀 : 국내산			두부 : 국내산		
				순두부 : 국내산		
				연두부 : 국내산		
소고기	국내산	외국산	김치류 (열람이동동포함)	배추 : 국내산 고춧가루 : 국내산	식육가공품	1일 탕수육 : 돼지고기(국내산) 7일 떡갈비구이 : 돼지고기(국내산), 소고기(국내산) 12일 후르츠탕수육 : 돼지고기(국내산) 13일 치즈떡갈비스테이크 : 돼지고기(국내산), 소고기(국내산) 22일 혼제오리볶음밥 : 오리고기(국내산) 31일 탕수육 : 돼지고기(국내산)
	■ 한우 □ 육우 □ 젓소		돼지고기	국내산		
			닭고기	국내산		
			오리고기			

발행일	2026년 7월 15일 수요일	인천시 미추홀구 어린이·사회복지금식관리지원센터	영양팀
-----	------------------	---------------------------	-----

종달새어린이집 2026년 8월 석식 식단표 (만 1~2세)

날짜	3(월)	4(화)	5(수)	6(목)	7(금)
저녁	수수밥 우동국⑤⑥ 돈육간장볶음⑤⑥⑩ 양배추쌈&쌈장④⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 근대국⑤⑥ 닭볶음탕⑤⑥⑩ 느타리버섯볶음⑤ 깍두기⑨	백미밥 무국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 당근숙주나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩나물국⑤ 소불고기⑤⑥⑩ 가지볶음⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 시금치된장국⑤⑥ 삼색달걀말이①⑤ 미역새콤무침⑤⑥ 깍두기⑨
후식 (어린이집제공)	수박	방울토마토⑫	복숭아⑪	참외	바나나
열량/단백질	301/9	231/10	217/8	261/12	243/10
날짜	10(월)	11(화)	12(수)	13(목)	14(금)
저녁	차조밥 단배추국⑤⑥ 두부구이⑤⑥ 메추리알장조림①⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 버섯들깨탕⑤⑥ 소고기당면볶음⑤⑥⑩ 깻잎나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 청경채맑은국⑤ 돼지고기양파조림⑤⑥⑩ 오이부추무침⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 달걀파국① 닭고기채소볶음⑤⑥⑩ 감자조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 무채국⑤⑥ 로제미트볼조림②⑤⑥⑩⑫⑭ 열무된장무침⑤⑥ 배추김치⑨
후식 (어린이집제공)	복숭아⑪	방울토마토⑫	사과	바나나	참외
열량/단백질	250/11	272/12	240/10	235/12	260/7
날짜	17(월) 대체 휴일	18(화)	19(수)	20(목)	21(금)
저녁		수수밥 안매운김치국⑤⑨ 너비아니구이⑤⑥⑩ 새송이버섯볶음⑤ 깍두기⑨	백미밥 근대된장국⑤⑥ 달걀단호박조림⑤⑥⑩ 김자반 배추김치⑨	기장밥 맑은감자국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 고사리나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 미역국⑤⑥ 소고기복합②⑤⑥⑩⑫ 애호박볶음⑤ 배추김치⑨
후식 (어린이집제공)		씨없는포도	복숭아⑪	참외	바나나
열량/단백질		282/10	236/11	250/10	254/8
날짜	24(월)	25(화)	26(수)	27(목)	28(금)
저녁	백미밥 버섯맑은국⑤⑥ 훈제오리채소볶음①②⑤⑥⑩ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 순두부탕①⑤⑥ 닭다리살구이⑤⑥⑩ 열갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 소고기콩나물국⑤⑥⑩⑫ 돈육복합⑤⑥⑩⑫ 썩갠두부무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 물만둣국①⑤⑥⑩⑫⑭ 함박스테이크①⑤⑥⑩⑫⑭ 청경채나물①⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 배추당면국⑤⑥ 돼지고기표고장조림⑤⑥⑩ 브로콜리참깨무침①⑤⑥ 깍두기⑨
후식 (어린이집제공)	키위	바나나	방울토마토⑫	사과	복숭아⑪
열량/단백질	252/9	241/12	278/16	290/13	262/13
날짜	31(월)	『 식단 이용시 참고사항 』			
저녁	수수밥 소고기미역국⑤⑥⑩ 삼색달걀찜① 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	알레르기를 유발할 수 있는 식품 19종 ①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀 ⑦고등어⑧계⑨새우⑩돼지고기⑪복숭아⑫토마토 ⑬아황산류⑭호두⑮달고기⑯쇠고기⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲갯			
후식 (어린이집제공)	방울토마토⑫	* ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.			
열량/단백질	236/11				

- * 1-2세 식단의 김치 제공시 맵지 않게 조리하여 짧게 잘라 제공합니다. / 식단 안내문의 급식 제공시 유의사항을 참고해주시기 바랍니다.
- * 과일 제공시 엄선한 과일을 깨끗이 세척하여 제공합니다. (세척과정: 정수 → 알카리수 → 버블세척 → 조음파세척 → 건조 → 포장 → 냉장 배송)
- * 오염수 방류로 인하여 수산물 및 수산가공품(다시마, 새우, 수산가공품 등)을 채소, 두부, 달걀, 육류로 대체하여 제공합니다.

『 원산지 표시 』						
쌀 (밥,죽,누룽지)	백미 : 국내산		콩 (대두)	두부 : 국내산	수산물/ 수산물가공품	
				순두부 : 국내산		
소고기	국내산	외국산	김치류 (열매,콩,호박)	배추 : 국내산 고춧가루 : 국내산	식육가공품	14일 로제미트볼로링 : 돼지고기(국내산), 달고기(국내산) 18일 너비아니구이 : 돼지고기(국내산) 24일 훈제오리채소볶음 : 오리고기(국내산) 27일 함박스테이크 : 돼지고기(국내산), 달고기(국내산)
	■ 한우		돼지고기	국내산		
	□ 육우		닭고기	국내산		
	□ 젓소		오리고기			

발행일	2026년 7월 15일 수요일	인천시 미추홀구 어린이·사회복지급식관리지원센터	영양팀
-----	------------------	---------------------------	-----

종달새어린이집 2026년 8월 석식 식단표 (만 3~5세)

날짜	3(월)	4(화)	5(수)	6(목)	7(금)
저녁	수수밥 우동국⑤④ 돈육간장볶음⑤④⑩ 양배추쌈&쌈장④⑤④ 배추김치⑨	차조밥 근대국⑤④ 닭볶음탕⑤④⑤ 느타리버섯볶음⑤ 깍두기⑨	백미밥 무국⑤④ 두부양념조림⑤④ 당근숙주나물⑤④ 배추김치⑨	백미밥 콩나물국⑤ 소불고기⑤④④ 가지볶음⑤④ 배추김치⑨	기장밥 시금치된장국⑤④ 삼색달걀말이①⑤ 미역새콤무침⑤④ 깍두기⑨
후식 (어린이집제공)	수박	방울토마토⑫	복숭아⑪	참외	바나나
열량/단백질	464/14	355/15	335/12	401/19	375/15
날짜	11(월)	11(화)	12(수)	13(목)	14(금)
저녁	차조밥 단배춧국⑤④ 두부구이⑤④ 메추리알장조림①⑤④ 배추김치⑨	기장밥 버섯들깨탕⑤④ 소고기당면볶음⑤④④ 깻잎나물⑤④ 깍두기⑨	백미밥 청경채맑은국⑤ 돼지고기양파조림⑤④⑩ 오이부추무침⑤④ 깍두기⑨	수수밥 달걀파국① 닭고기채소볶음⑤④⑤ 감자조림⑤④ 배추김치⑨	백미밥 두춧국⑤④ 로제미트볼조림②⑤④⑩②⑤④ 열무된장무침⑤④ 배추김치⑨
후식 (어린이집제공)	복숭아⑪	방울토마토⑫	사과	바나나	참외
열량/단백질	385/17	419/18	369/15	362/19	399/11
날짜	17(월) 대체 휴일	18(화)	19(수)	20(목)	21(금)
저녁		수수밥 안매운김치국⑤⑨ 너비아니구이⑤④④ 새송이버섯볶음⑤ 깍두기⑨	백미밥 근대된장국⑤④ 닭살단호박조림⑤④⑤ 김자반 배추김치⑨	기장밥 맑은감자국⑤④ 제육볶음⑤④⑩ 고사리나물⑤④ 배추김치⑨	수수밥 미역국⑤④ 소고기푹찜②⑤④②④ 애호박볶음⑤ 배추김치⑨
후식 (어린이집제공)		씨없는포도	복숭아⑪	참외	바나나
열량/단백질		434/15	362/17	385/16	391/13
날짜	24(월)	25(화)	26(수)	27(목)	28(금)
저녁	백미밥 버섯맑은국⑤④ 훈제오리채소볶음①②⑤④④ 무나물⑤④ 배추김치⑨	차조밥 순두부탕①⑤④ 닭다리살구이⑤④⑤ 얼갈이나물⑤④ 깍두기⑨	백미밥 소고기콩나물국⑤④④ 돈육푹찜⑤④⑩② 쫄갓두부무침⑤④ 배추김치⑨	수수밥 물만둣국①⑤④⑩④ 함박스테이크①⑤④⑩②④ 청경채나물 배추김치⑨	기장밥 배추당면국⑤④ 돼지고기표고장조림⑤④⑩ 브로콜리참깨무침①⑤④ 깍두기⑨
후식 (어린이집제공)	키위	바나나	방울토마토⑫	사과	복숭아⑪
열량/단백질	387/14	371/19	428/24	447/20	403/19
날짜	31(월)	『 식단 이용시 참고사항 』			
저녁	수수밥 소고기미역국⑤④④ 삼색달걀찜① 시금치나물⑤④ 깍두기⑨	알레르기를 유발할 수 있는 식품 19종 ①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀 ⑦고등어⑧계⑨새우⑩돼지고기⑪복숭아⑫토마토 ⑬아황산류⑭호두⑮닭고기⑯쇠고기⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳깻			
후식 (어린이집제공)	방울토마토⑫	※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.			
열량/단백질	363/17				

* 과일 제공시 엄선한 과일을 깨끗이 세척하여 제공합니다. (세척과정: 정수 → 알카리수 → 버블세척 → 초음파세척 → 건조 → 포장 → 냉장 배송)
 * 오염수 방류로 인하여 수산물 및 수산가공품(다시마, 새우, 수산가공품 등)을 채소, 두부, 달걀, 육류로 대체하여 제공합니다.

『 원산지 표시 』						
쌀 (밥·죽·누룽지)	백미 : 국내산		콩 (대두)	두부 : 국내산	수산물/ 수산물가공품	
				순두부 : 국내산		
소고기	국내산	외국산	김치류 (열매·콩·통·포함)	배추 : 국내산 고춧가루 : 국내산	식육가공품	14일 로제미트볼조림 : 돼지고기(국내산), 달고기(국내산) 18일 너비아니구이 : 돼지고기(국내산) 24일 훈제오리채소볶음 : 오리고기(국내산) 27일 함박스테이크 : 돼지고기(국내산), 달고기(국내산)
	■ 한우		돼지고기	국내산		
	□ 육우		닭고기	국내산		
	□ 절소		오리고기			