



요일	월	화	수	목	금
구분/일				1	2
오전간식	- ' ' : 주 3회 이상 신선한 과일과 채소 간식제공			플레인요거트②	제철과일(멜론)
점심	* 제철과일은 수급상황에 따라 변경 가능합니다.			쌀밥 감자된장국⑤⑥ 고등어살조림⑤⑥⑦ 파프리카볶음⑤⑥ 배추김치⑨	나트륨줄여줌↓ 잡곡밥 송늬 소고기사태찜⑤⑥⑬ 부추전①⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식				다진유부주먹밥⑤⑥	빵(소보로빵①②④⑤⑥)&우유②
영양관리비/월				493/20/143	494/20/102
구분/일	5	6	7	8	9
오전간식		제철과일(바나나)	미역죽	마시는요구르트②	
점심		키썬데이↑ 쌀밥 두부버섯전골①⑤ 감자채볶음⑤⑥ 취나물깨무침 깍두기⑨	소고기무반⑥&양념장⑤⑥ 청경채된장국⑤⑥ 아욱나물⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 우거지국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑬ 숙주당근무침⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식		곡물씨리얼&우유②	크림스파게티②⑥⑩	옥수수채소전①⑤⑥	
영양관리비/월		494/20/280	493/19/213	496/22/126	
구분/일	12	13	14	15	16
오전간식	제철과일(멜론)	두부죽⑤	제철과일(배)	플레인요거트②	제철과일(사과)
점심	슈가줄이당↓ 잡곡밥 부추달걀국① 소고기버섯볶음⑤⑥⑬ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨	나트륨줄여줌↓ 쌀밥 송늬 탕수육①⑤⑥⑩&소스⑫ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨	닭살짜장덮밥⑤⑥⑩⑬ 들깨미역국⑤⑥ 파프리카무침⑤ 배추김치⑨	쌀밥 새우살된장국⑤⑥⑨ 두부구이⑤&양념장⑤⑥ 치커리사과무침⑤⑥ 배추김치⑨	키썬데이↑ 잡곡밥 감자국⑤⑥ 연양식바삭불고기⑤⑥⑬ 건파래볶음⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	찐고구마&우유②	핫케이크①②⑤⑥&우유②	잔멸치주먹밥⑤	미니우동⑤⑥	빵(카스텔라①②⑤⑥)&우유②
영양관리비/월	496/19/151	497/20/111	493/20/107	490/24/161	492/22/311
구분/일	19	20	21	22	23
오전간식	제철과일(샤인머스켓)	타락죽②	제철과일(귤)	마시는요구르트②	제철과일(단감)
점심	잡곡밥 우거지된장국⑤⑥ 목살간장구이⑤⑥⑩ 브로콜리깨무침①⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 맑은배춧국 소고기고구마찜⑤⑥⑬ 토마토샐러드⑤⑥⑫ 깍두기⑨	새우달걀볶음밥①⑤⑨ 숙주맑은국 취나물두부무침⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 시금치된장국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 양배추찜&쌈장⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 아욱국⑤⑥ 로제찜닭②⑤⑫⑬ 연근유자청무침 배추김치⑨
오후간식	감자버터구이②&우유②	잔치국수①⑤⑥	치즈주먹밥②⑤	과일요거트범벅②	프렌치토스트①②⑤⑥&우유②
영양관리비/월	500/20/193	499/22/143	499/18/177	496/22/167	491/24/227
구분/일	26	27	28	29	30
오전간식	제철과일(사과)	옥수수죽	제철과일(샤인머스켓)	플레인요거트②	제철과일(귤)
점심	슈가줄이당↓ 잡곡밥 두부찜국⑤⑨ 가자미구이⑤ 견과류우영조림④⑤⑥⑬ 배추김치⑨	쌀밥 맑은실파국 소고기볶음⑤⑥⑫⑬ 상추오이무침⑤⑥ 깍두기⑨	돈육카레덮밥⑤⑥⑩ 버섯국⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	쌀밥 무채국⑤⑥ 닭볶음탕⑤⑥⑬ 얼갈이나물⑤⑥ 배추김치⑨	추석생일 쌀밥 조갯살미역국⑤⑥⑬ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 시금치무침⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	단호박(꿀)찜&우유②	약밥⑤⑥	곡물씨리얼&우유②	감자치즈전②⑥	빵(모닝빵①②⑤⑥)&우유②
영양관리비/월	457/20/124	497/23/97	486/21/184	498/20/138	482/18/146

원산지 표시

쇠고기 (한우·청국장·우유)	돼지고기	닭고기	오리고기	쌀 (백·흑·잡곡)	배추김치	콩 (두부·콩국수·콩비지)	식용유·식물성 식품첨가물 (아황산염·소시지·베이컨 등)	멸태 통채	참조기	고등어	갈치	꽃게	오징어	낙지	다량어 (참치)	가리비	전복
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	수입산	수입산	수입산	수입산	수입산	수입산	수입산	수입산	수입산	수입산	수입산

- 한국인에게 알레르기를 유발할 수 있는 식품 22종 * 해당 알레르기가 있는 아이는 원으로 연락 부탁드립니다.

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴·전복·홍합 포함) ⑳젓

※아황산염은 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

- 제철과일: 포도, 사과, 배, 귤, 바나나 등 / 제철채소: 무, 고구마, 늙은호박, 등 / 제철해산물: 갈치, 고등어, 참치, 홍치, 새우, 게, 굴 등 - 단호박식혜 : 계양구 어린이·사회복지급식관리지원센터 개발 신메뉴입니다.





요일	월	화	수	목	금
구분/일				1	2
오전간식	- : 주 3회 이상 신선한 과일과 채소 간식제공			플레인요거트②	제철과일(멜론)
점심	* 제철과일은 수급상황에 따라 변경 가능합니다.			쌀밥 감자된장국⑤⑥ 고등어살조림⑤⑥⑦ 파프리카볶음⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 송농 소고기사태찜⑤⑥⑬ 부추전①⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식				다진유부주먹밥⑤⑥	빵(소보로빵①②④⑤⑥)&우유②
영양관리비/월급				670/27/209	671/28/173
구분/일	5	6	7	8	9
오전간식		제철과일(바나나)	미역죽	마시는요거트②	
점심		쌀밥 두부버섯전골①⑤ 감자채볶음⑤⑥ 취나물깨우침 깍두기⑨	소고기무밥⑧&양념장⑤⑥ 청경채된장국⑤⑥ 아욱나물⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 우거지국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑬ 숙주당근무침⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식		국물씨리얼&우유②	크림스파게티②⑥⑩	옥수수채소전①⑤⑥	
영양관리비/월급		659/28/402	699/27/269	667/29/162	
구분/일	12	13	14	15	16
오전간식	제철과일(멜론)	두부죽⑤	제철과일(배)	플레인요거트②	제철과일(사과)
점심	잡곡밥 부추달걀국① 소고기버섯볶음⑤⑥⑬ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 송농 탕수육①⑤⑥⑩&소스⑫ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨	닭살짜장덮밥⑤⑥⑩⑬ 들깨미역국⑤⑥ 파프리카무침⑤ 배추김치⑨	쌀밥 새우살된장국⑤⑥⑨ 두부구이⑤&양념장⑤⑥ 치커리사과무침⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 감자국⑤⑥ 연양식비빔불고기⑤⑥⑬ 건파래볶음⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	찐고구마&우유②	핫케이크①②⑤⑥&우유②	잔멸치주먹밥⑤	미니우동⑤⑥	빵(카스텔라①②⑤⑥)&우유②
영양관리비/월급	680/27/243	692/28/200	655/27/136	679/33/220	678/31/459
구분/일	19	20	21	22	23
오전간식	제철과일(샤인머스켓)	타락죽②	제철과일(귤)	마시는요거트②	제철과일(단감)
점심	잡곡밥 우거지된장국⑤⑥ 목살간장구이⑤⑥⑩ 브로콜리깨우침①⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 맑은배추국 소고기고구마찜⑤⑥⑬ 토마토샐러드⑤⑥⑫ 깍두기⑨	새우달걀볶음밥①⑤⑨ 숙주맑은국 취나물두부무침⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 시금치된장국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 양배추찜&쌈장⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 아욱국⑤⑥ 로제찜닭②⑤⑫⑬ 연근유자청무침 배추김치⑨
오후간식	감자버터구이②&우유②	잔치국수①⑤⑥	치즈주먹밥②⑤	과일요거트범벅②	프렌치토스트①②⑤⑥&우유②
영양관리비/월급	663/26/277	665/29/178	689/24/238	670/30/222	671/32/330
구분/일	26	27	28	29	30
오전간식	제철과일(사과)	옥수수죽	제철과일(샤인머스켓)	플레인요거트②	제철과일(귤)
점심	잡곡밥 두부전국⑤⑨ 가자미구이⑤ 견과류우영조림④⑤⑥⑬ 배추김치⑨	쌀밥 맑은실파국 소고기꼭창⑤⑥⑫⑬ 상추오이무침⑤⑥ 깍두기⑨	돈육카레덮밥⑤⑥⑩ 버섯국⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	쌀밥 무채국⑤⑥ 닭볶음탕⑤⑥⑬ 열갈이나물⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 조갯살미역국⑤⑥⑬ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 시금치무침⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	단호박(꿀)찜&우유②	약밥⑤⑥	국물씨리얼&우유②	감자치즈전②⑥	빵(모닝빵①②⑤⑥)&우유②
영양관리비/월급	659/31/214	672/30/133	684/31/273	685/25/190	673/24/228

원산지 표시

쇠고기 (우유·소고기) 표기	돼지고기	닭고기	오리고기	쌀 (밥·죽· 누룽지)	배추김치	콩 (두부· 콩나물· 용비지)	식용기름 (아래첨· 소식자배전 등)	멸태 통대	참조기	고등어	갈치	꽃게	오징어	낙지	다랑어 (참치)	가리비	전복
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산 배추	수입산	수입산	고춧가루	수입산	수입산	수입산	수입산	수입산	수입산	수입산	수입산	수입산

- 한국인에게 알레르기를 유발할 수 있는 식품 22종 * 해당 알레르기가 있는 아이는 원으로 연락 부탁드립니다.

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑳젓

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

- ☒제철과일: 포도, 사과, 배, 멜, 바나나 등 / ☒제철채소: 무, 고구마, 늙은호박, 등 / ☒제철해산물: 갈치, 고등어, 삼치, 풍치, 새우, 게, 굴 등 - 단호박식혜 : 계양구 어린이·사회복지급식관리지원센터 개발 신메뉴입니다.

