

1-2세 즉형

★알레르기 유발식품 번호 표시 안내

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합) ⑲잣

요일	월	화	수	목	금	토
일자		1	2	3	4	5 소소한날 🍀
오전간식		가지죽	양배추죽	떠먹는요구르트②	어묵죽⑤⑥	누룽지죽
중식	☺	백미밥 청경채된장국⑤⑥ 달걀찜①② 피망어묵볶음⑤⑥ 백김치	닭다리살숙주볶음밥 ⑤⑥⑧⑯ 부추맑은국 새우살조림⑤⑥⑨ 백김치	백미밥 미역국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑯ 열무나물무침⑤⑥ 백김치	잡곡밥 복어국⑤⑥ 굴스스두부조림⑤⑥⑯ 애호박나물⑤⑥ 백김치	백미밥 들깨버섯국⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑩⑯ 다진참나물 유자청무침⑤⑥ 백김치
오후간식		간장비빔국수⑤⑥	과일(복숭아)⑪	찐감자&보리차	과일(키위)	두유⑤
열량(kcal)/단백질(g)		445/16	392/18	387/14	410/15	451/14
일자	7	8	9 소소한날 🍀	10	11	12
오전간식	김가루죽	참나물죽⑤⑥	누룽지죽	참깨죽	부추닭죽⑮	과일(포도)
중식	잡곡밥 근대국⑤⑥ 간장달걀볶음⑤⑥⑮ 콩나물무침⑤⑥ 백김치	백미밥 만둣국⑤⑥⑩ 순살가자미살조림⑤⑥ 감자채볶음⑤⑥ 백김치	돈육짜장밥⑤⑥⑩ 달걀파국① 바삭해물⑤⑥ 백김치	백미밥 두부된장국⑤⑥ 오징어볶음⑤⑥⑰ 무나물 백김치	잡곡밥 모듬어묵탕⑤⑥ 메추리알조림①⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 백김치	차즈기떡볶음②⑤⑨ 유부맑은국⑤ 김치밥 백김치
오후간식	과일(바나나)	잼샌드위치①②⑤⑥	과일(오렌지)	단호박찜&보리차	과일(사과)	씨리얼&우유②
열량(kcal)/단백질(g)	384/16	436/17	380/15	403/18	392/16	420/14
일자	14	15	16	17	18	19 소소한날 🍀
오전간식	황태죽	브로콜리죽	시금치죽	떠먹는요구르트②	새우죽⑤⑥⑨	누룽지죽
중식	잡곡밥 감자국⑤⑥ 두부구이⑤⑥ 잔멸치조림⑤⑥ 백김치	백미밥 들깨미역국⑤⑥ 순살돼지갈비찜⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥ 백김치	버섯칼국수⑥ 백미밥(1/2) 생선까스타르스 ①⑤⑥ 백김치	백미밥 시금치된장국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 파프리카숙채무침⑤⑥ 백김치	잡곡밥 애호박맑은국 닭고기깻잎볶음⑤⑥⑮ 양배추나물⑤⑥ 백김치	백미밥 안매운김치국⑨ 맛살채소볶음①⑤⑥⑧ 가지양념무침⑤⑥ 백김치
오후간식	과일(배)	팬케이크①②⑤⑥	과일(포도)	찐고구마&보리차	과일(토마토)⑫	우유미숫가루②
열량(kcal)/단백질(g)	395/16	447/16	454/15	458/14	397/17	415/15
일자	21	22	23 소소한날 🍀	24	25 추석	26
오전간식	두부죽⑤	단호박죽	누룽지죽			
중식	잡곡밥 건새우된장국⑤⑥⑨ 돼지고기채소볶음⑤⑥⑩ 새송이버섯나물⑤⑥ 백김치	백미밥 양파부추국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 청경채무침⑤⑥ 백김치	삼색나물비빔밥⑤⑥ 쇠고기묵국⑯ 스크램블에그①②⑤ 백김치			
오후간식	과일(포도)	새우살참나물전 ①⑤⑥⑨	과일(사과)			
열량(kcal)/단백질(g)	397/16	404/19	428/16			
일자	28	29	30	✓제절밥상 표시는 9월 식재료(참나물)을 활용한 메뉴입니다. ✓공동개발메뉴 파란색 글씨 메뉴는 동구센터에서 개발한 메뉴입니다. ☆식단감수 울산남구 어린이 사회복지급식관리지원센터 정유형 영양사 한국인영양섭취기준(열량 및 단백질 등)을 고려하여 작성함 ✓다채기능식단 안내 QR코드 		
오전간식	치즈죽②	애호박죽	버섯들깨죽			
중식	잡곡밥 모듬버섯전골⑤⑥ 토마토달걀볶음①⑤⑥⑫ 브로콜리무침⑤⑥ 백김치	백미밥 참나물된장국⑤⑥ 닭다리살조림⑤⑥⑮ 당근숙주나물⑤ 백김치	새우간장볶음밥 ⑤⑥⑨ 안매운순두부찌개⑤ 키리김치스프⑤⑥⑨ 백김치			
오후간식	과일(바나나)	후리가케주먹밥 ①②⑤⑥	과일(오렌지)			
열량(kcal)/단백질(g)	404/14	476/15	424/18			

원산지 표시	소 (품종과 원산지)	돼지	닭	오리	콩 두부류	쌀 (백미, 현미, 흑미, 찰쌀)			배추김치	
						밥	죽	누룽지	배추	고춧가루
	한우/국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	식육 · 어육가공품 (원재료명과 원산지)					수산물				
	너비아니구이	생선까스 &타르타르소스				*품목:넙치(광어), 조피볼락(우럭), 참돔, 미꾸라지, 뽕장어(민물장어), 낙지, 명태(동태), 고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미, 가리비, 우렁쉥이(명게), 방어, 전복, 부세				
	너비아니	생선까스				오징어				
	돼지고기/국내산	명태살/러시아산				국내산				

[illegible]