

일자		1(수) 국 없는 날	2(목)	3(금)
오전간식	⑨ 발행처 : 고양시어린이사회복지시설관리지원센터 영양팀 ⑨ 초복새 김초 : 대체 재공이 가능한 메뉴 분홍새 김초 : 추가 재공이 가능한 메뉴 파란새 김초 : 수산물 대체 재공이 가능한 메뉴 대체 및 추가 메뉴를 재공하지 않는 경우, 식혜 후 사용 ⑨ *매뉴는 영아 선택 시 주안가 필요한 매뉴로, 잘게 잘라 배식에 주시고, 식사 지도에 더욱 신경 써주시기 바랍니다. ⑨ 떡 재공 시에는 가래에 사전 안내 및 협의 후 잘게 잘라 제공해 주시고, 식사 지도에 유의해주시기 바랍니다. 또한 떡이 굳어 목 넘김이 어려운 경우에는 배식하지 마시기 바랍니다. (관련 서류 원내 보관)	신선과일(수박) 또는 경기지원과일 삼색소고기소보로덮밥 ①③⑤⑥⑩ 송능(우동장국⑤⑥) 불어볶조림⑤⑥ 백김치(잘게썰은배추김치)⑨(치 커리칩의무침) 바나나우유셰이크② (바나나&우유②) 369/14(379/14)	병아리콩스프②⑤ (병아리콩죽⑤) 수수밥 콩나물국⑤⑥ 훈제오리양배추볶음⑤⑥ 청경채나물⑤⑥ 무절임(잘게썰은깍두기)⑨ 삶은달걀①&보리차 440/20	신선과일(메론) 또는 경기지원과일 백미밥 근대된장국⑤⑥ ★가자미구이⑤⑥ (돈육양념구이⑤⑥⑩) 파프리카무침⑤⑥ 백김치(잘게썰은배추김치)⑨ 감자범벅①⑤&우유② 372/17
영양단백질(kcal/g)				
일자	6(월)	7(화)	8(수)	9(목)
오전간식	신선과일(참외) 또는 경기지원과일	떠먹는(마시는)요구르트②	신선과일(자두) 또는 경기지원과일	김가루배추죽⑤⑥
점심	흑미밥(백미밥) 만둣국①③⑥⑩ 두부양념조림⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 백김치(잘게썰은배추김치)⑨	차조밥 미역국⑤⑥ 달걀당근볶음⑤⑥⑤ 우엉채조림⑤⑥ 무절임(잘게썰은깍두기)⑨	채소하이라이스 ②⑤⑥⑩⑤⑥⑩ 다시마양파국 ★생선가스&소스 ①⑤⑥ 백김치(잘게썰은배추김치)⑨(옛 일순나물⑤⑥)	수수밥 아욱국⑤⑥ 돈육사태점⑤⑥⑩ 새콤무생채 백김치(잘게썰은배추김치)⑨
오후간식	빵(잼샌드위치①②③⑥) &우유②	★로제스파게티 ②⑤⑥⑩⑩	후리가케주먹밥(섞음밥)⑤⑥	채소스틱&치즈②
영양단백질(kcal/g)	439/15	474/19	415/17(427/18)	367/18
일자	13(월)	14(화)	15(수) 국 없는 날 *초복	16(목)
오전간식	신선과일(메론) 또는 경기지원과일	시리얼&우유②	신선과일(사과) 또는 경기지원과일	미역죽⑤⑥
점심	수수밥 청경채두부국⑤⑥ ★매추리알장조림①⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 백김치(잘게썰은배추김치)⑨	차조밥 황태채국⑤⑥ 소고기양파볶음⑤⑥⑩ 얼갈이나물⑤⑥ 무절임(잘게썰은깍두기)⑨	달걀불고기덮밥⑤⑥⑤ 송능(열무된장국⑤⑥) 두부구이⑤ 백김치(잘게썰은배추김치)⑨(★ 전미채조림⑤⑥⑦)	백미밥 인대운육개장⑤⑥⑩ 새우살브로콜리볶음⑤⑥⑨ (맛살브로콜리볶음①③⑥⑩) 근대나물⑤⑥ 무절임(잘게썰은깍두기)⑨
오후간식	빵(곡물빵①②③⑥)&우유②	치즈스틱①②③⑥	수박화채②	찐단호박&우유②
영양단백질(kcal/g)	411/17	458/25	439/17(462/20)	404/18
일자	20(월)	21(화)	22(수)	23(목)
오전간식	신선과일(키위) 또는 경기지원과일	떠먹는(마시는)요구르트②	신선과일(참외) 또는 경기지원과일	당근우영죽⑤⑥
점심	백미밥 모듬버섯국⑤⑥ 달걀굴소스조림⑤⑥⑤⑩ 부추사과무침⑤⑥ 무절임(잘게썰은깍두기)⑨	차조밥 소고기시래기국⑤⑥⑩ 두부탕수⑤⑥ 그린샐러드&드레싱①⑤ 백김치(잘게썰은배추김치)⑨	돈육짜장밥⑤⑥⑩ 달걀파국①⑤⑥ 애호박전①③⑥ 깍두기(무절임)⑨ (양배추코를로①⑤)	흑미밥(백미밥) 유부국⑤⑥ 소고기토마토볶음⑤⑥⑩ 연근깨소스무침①⑤⑥ 백김치(잘게썰은배추김치)⑨
오후간식	빵(후라이버①②③⑥)&우유②	★잔치국수⑤⑥	모듬어묵탕⑤⑥	찐감자와보리차
영양단백질(kcal/g)	448/18	431/16	405/17(437/18)	407/15
일자	27(월)	28(화)	29(수) 국 없는 날	30(목)
오전간식	신선과일(수박) 또는 경기지원과일	미숫가루⑤&우유②	신선과일(바나나) 또는 경기지원과일	양파치즈죽②
점심	흑미밥(백미밥) 감자국⑤⑥ 당근달걀말이①⑤ 얼무나물⑤⑥ 무절임(잘게썰은깍두기)⑨	수수밥 버섯된장국⑤⑥ 돈가스&소스 ①③⑥⑩⑤⑥ 브로콜리무침 백김치(잘게썰은배추김치)⑨	콩나물밥&양념장⑤⑥ 송능(전새우국⑤⑥⑥) 소고기장조림⑤⑥⑥ 무절임(잘게썰은깍두기)⑨(구 이김)	백미밥 미역국⑤⑥ 순살닭볶음탕⑤⑥⑤ 오이나물⑤⑥ 백김치(잘게썰은배추김치)⑨
오후간식	빵(카스테라①②③⑥)&우유②	★볶음우동⑤⑥	핫도그①②③⑥⑩	전고구마&보리차
영양단백질(kcal/g)	413/14	443/19	404/17(412/17)	392/15
일자	3(금)	4(토)	5(일)	6(월)
오전간식	신선과일(메론) 또는 경기지원과일	백미밥 근대된장국⑤⑥ ★가자미구이⑤⑥ (돈육양념구이⑤⑥⑩) 파프리카무침⑤⑥ 백김치(잘게썰은배추김치)⑨	신선과일(사과) 또는 경기지원과일	차조밥 얼갈이된장국⑤⑥ 너비아나구이 ⑤⑥⑥⑩ (크랜베리)잔멸치볶음⑤⑥ 무절임(잘게썰은깍두기)⑨
오후간식	감자범벅①⑤&우유②	모닝빵①②③⑥ &크림스프②③⑥	신선과일(사과) 또는 경기지원과일	차조밥 얼갈이된장국⑤⑥ 너비아나구이 ⑤⑥⑥⑩ (크랜베리)잔멸치볶음⑤⑥ 무절임(잘게썰은깍두기)⑨
영양단백질(kcal/g)	372/17	441/15(442/15)	441/15(442/15)	441/15(442/15)



제현절

쌀	배추김치	콩	육류	수산물	식육 · 수산물 가공품
밥/죽	배추	두부	쇠고기	닭고기	훈제오리
국내산	국내산	외국산	국내산(택1) 수입산	국내산	국내산
누룽지	고춧가루		국산 산	국내산	오징어
국내산	국내산		국산 산	국내산	러시아산
가공품	생선가스	돈가스	너비아니	떡갈비	
명태	러시아산	돼지고기	국산 소고기	국내산 돼지고기	국내산

※ 본 식단에 사용된 식재료의 원산지만 표기하였으므로, 이 외에 추가로 사용되는 식재료는 별도로 확인하여 표기 후 제공해 주시기 바랍니다.

※ 메뉴명 옆에 표시된 숫자는 알레르기 유발식품 표시입니다.

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

㉠아황산류는 많은 가공식품에 포함되어 있으므로 별도 표시를 하지 않았으니 참고해 주시기 바랍니다.