

일자	22(월)	23(화)	24(수) <small>국 없는 날</small>	25(목)	26(금)	27(토)
오전간식	시금치된장죽 ③⑥	당근죽	타락죽 ②	고소한누룽지죽	(브로콜리죽 ③⑥)	애호박죽 ③⑥
점심	흑미밥(백미밥) 닭곰탕 ⑤ 두부부침 ③⑥ 우거지나물 ③⑥ 깍두기 ③(무절임)	기장밥 무채국 ③⑥ 소갈비찜 ③⑥① 시금치나물 ③⑥ 배추김치 ③(백김치)	새우맛살 ③ 채소부음밥 ③⑥① 미역국 ③⑥ 청포묵부침 ③⑥ 깍두기 ③(무절임)	백미밥 얼갈이된장국 ③⑥ 돈육잡스테인크 ③⑥①②③④ 당근콩나물부침 ③⑥ 배추김치 ③(백김치)	백미밥 건설우근대국 ③⑥① 닭살불고기 ③⑥①② 애호박부음 ③⑥ 깍두기 ③(무절임)	소고기카레라이스 ③⑥① 다시마채국 ③⑥ 산선과일(사과) 배추김치 ③(백김치)
오후간식	빵(후라이팬) ①②③⑥ & 산선과일	감자버터구이 ② & 보리차	(마시느) 요구르트 ② & 산선과일	찐단호박&우유 ②	물만두 ③⑥ & 산선과일	두유 ③
영양단백질(kcal)	760/24	651/19	616/24(649/25)	563/25	683/26	622/20
저녁	백미밥 활태채국 ③⑥ 돈육갯잎부음 ③⑥ 버섯부침 ③⑥ 배추김치 ③(백김치)	백미밥 우거지국 ③⑥ 두부조림 ③⑥ 파프리카사과무침 깍두기 ③(무절임)	백미밥 시금치된장국 ③⑥ ★소고기잡채 ③⑥① 들깨무나물 ③⑥ 배추김치 ③(백김치)	흑미밥(백미밥) 온천포묵국 ③⑥① (맛살달걀찜 ③⑥①) 근대나물 ③⑥ 깍두기 ③(무절임)	돈육가지달걀 ③⑥① 콩나물국 ③⑥ 얼갈이나물 ③⑥ 깍두기 ③(무절임)	★잔치국수 ③⑥ 미나발밥 산선과일(바나나) 배추김치 ③(백김치)
영양단백질(kcal)	427/22	363/14	372/10	352/13	324/17	298/8
일자	29(월)	30(화)	<p>표준레시피 바로가기</p>  <p>※ 휴대폰으로 QR코드를 스캔하시면 표준레시피 파일을 다운로드하실 수 있습니다.</p> <p>⑤ 발행처 : 고양시어린이사회복지급식관리지원센터 영양팀 ⑥ 초록색 괄호 : 대체 제공이 가능한 메뉴 분홍색 괄호 : 추가 제공이 가능한 메뉴 파란색 괄호 : 수산물 대체 제공이 가능한 메뉴 대체 및 추가 메뉴를 제공하지 않는 경우, 삭제 후 사용</p> <p>⑦ ★메뉴는 영아 섭취 시 주의가 필요한 메뉴로, 잘게 잘라 배식해 주시고, 식사 지도에 더욱 신경 써주시기 바랍니다.</p> <p>⑧ 떡 제공 시에는 가정에 사전 안내 및 협의 후 잘게 잘라 제공해 주시고, 식사 지도에 유의해 주시기 바랍니다. 또한 떡이 굳어 목 넘김이 어려운 경우에는 배식하지 마시기 바랍니다. 안전서유 원내 보관</p>			
오전간식	숙주죽	가지죽 ③⑥				
점심	수수밥 소고기감자국 ③⑥① 달걀채소전 ①③⑥ 가지나물 ③⑥ 배추김치 ③(백김치)	기장밥 순두부백탕 ①③⑥ 돈육숙주부음 ③⑥①② 상추쌈&쌈장 ③⑥ 깍두기 ③(무절임)				
오후간식	빵(목수수빵) ①②③⑥ & 산선과일	★닭갈국수 ③⑥				
영양단백질(kcal)	765/26	734/38				
저녁	수수밥 배추된장국 ③⑥ 면두부&양념장 ③⑥ 브로콜리&살부음 ③⑥① 깍두기 ③(무절임)	기장밥 달걀실파국 ① 소고기장조림 ③⑥① 유부채소부침 ③⑥ 배추김치 ③(백김치)				
영양단백질(kcal)	339/12	406/23				

쌀	배추김치	콩			육류			수산물	식육 · 수산물 가공품	
		배추	두부	순두부	쇠고기	돼지고기	닭고기		훈제오리	
법/국	배추	두부	순두부	국내산(택1)	수입산	돼지고기	닭고기	오징어	오리고기	국내산
국내산	국내산	국내산	국내산	<input type="checkbox"/> 한우	산	국내산	국내산	수입산		
누룽지	고춧가루			<input type="checkbox"/> 육우		오리고기				
수입산	국내산			<input type="checkbox"/> 젓소	국내산					
가공품		떡갈비			돈가스					
		소고기	국내산	돼지고기	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
 ※ ㉮아황산류의 경우 많은 가공식품에 포함되어 있기에 별도 표시를 하지 않으니 제공 시 유의해 주시기 바랍니다.