

날짜/요일		1 / 화		2 / 수		3 / 목 [국아트리션*]		4 / 금			
오전간식		크림스프②⑤⑥⑬⑭		당근죽		고구마죽		가자미살죽⑤⑥			
점 심		백미밥 달걀찜국①⑤⑥ 어묵당근볶음 ①②⑤⑥⑧⑨⑬ 김구이⑤ 배추김치⑨		간장수육덮밥⑤⑥⑩ 양배추된장국⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨		수수밥 무채국⑤⑥ 소고기채소볶음⑤⑥⑬ 고사리나물⑤⑥ 배추김치⑨		차조밥 열무된장국⑤⑥ 달걀조림⑤⑥⑬ 파프리카무침⑤⑥ 깍두기⑨			
오후간식		단호박꿀찜/매실차		사과/우유②		부추전①⑤⑥		포도/우유②			
열량/단백질		604/20		605/19		645/23		601/28			
날짜/요일		7 / 월		8 / 화		9 / 수 [국없는DAY]		10 / 목		11 / 금	
오전간식		소고기죽⑩		참치죽⑤⑥⑬⑭		 농장체험(포도수확)		양파죽		감자죽	
점 심		흑미밥 애호박맑은국⑤⑥ 돼지고기볶음⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨		수수밥 두부된장국⑤⑥ 새우살케찹조림 ⑤⑥⑨⑫ 숙주무침⑤⑥ 배추김치⑨				백미밥 표고장국⑤⑥ 달걀장독둑이⑤⑥⑬ 산멸치조림⑤⑥ 배추김치⑨		기장밥 소고기미역국⑤⑥⑬ 스크램블에그①②⑤ 시래기무침⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식		키위/우유②		수제비⑤⑥				치즈스틱①②⑤⑥⑬		포도/우유②	
열량/단백질		609/29		632/31		681/39		607/24			
날짜/요일		14 / 월		15 / 화		16 / 수		17 / 목 [국아트리션*]		18 / 금	
오전간식		게맛살죽 ①②⑤⑥⑦⑧⑫⑬		김치죽⑨		두부죽⑤⑥		김가루죽⑤		달걀죽①	
점 심		차조밥 된장찌개⑤⑥ 소시지채소볶음 ①②⑤⑥⑧⑨⑫⑬⑭⑮ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨		수수밥 복쌈국⑤⑥ 닭살허브구이⑤⑬ 갯잎무침⑤⑥ 깍두기⑨		소고기콩나물밥*양념장 ⑤⑥⑬ 근대된장국⑤⑥ 청포묵무침⑤⑥ 깍두기⑨ 오렌지주스		백미밥 맑은우동국⑤⑥⑨⑬ 돼지고기사태찜⑤⑥⑩ 파프리카볶음⑤⑥ 배추김치⑨		흑미밥 설렁탕②⑤⑥⑬⑭⑮ 고등어엿장조림⑤⑥⑦ 참나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식		사과/우유②		샤인머스캣/우유②		편만두 ①②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮		고구마맛탕⑤/우유②		복숭아/우유②	
열량/단백질		630/22		629/29		613/21		684/21		666/33	
날짜/요일		21 / 월		22 / 화 [면DAY]		23 / 수		24 / 목		25 / 금 *추석*	
오전간식		누룽지죽		표고버섯죽		잔멸치죽		 풍성한 한가위			
점 심		수수밥 감자맑은국⑤⑥ 연두부*양념장⑤⑥ 명엽채볶음⑤⑥ 배추김치⑨		잔치국수①⑤⑥ (추가:백미밥1/3) 동그랑땡전 ①⑤⑥⑨⑫⑬⑮ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑨		기장밥 아욱된장국⑤⑥ 오리고기볶음⑤⑥ 양배추무침⑤⑥ 깍두기⑨					
오후간식		바나나/우유②		당근스틱 /떠먹는요구르트②		송편⑤/우유② [대채:약과⑤⑥/우유②]					
열량/단백질		603/26		618/26(684/27)		684/26[679/24]					
날짜/요일		28 / 월		29 / 화		30 / 수		 이달의 제철 식재료			
오전간식		시래기된장죽⑤⑥		연근죽		치즈죽②					
점 심		백미밥 새우살미역국⑤⑥⑨ 메추리알장조림①⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨		차조밥 유부맑은국⑤⑥ 소고기무조림⑤⑥⑮ 김자반⑤ 배추김치⑨		닭살볶음밥⑤⑥⑬ 팽이장국⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨					
오후간식		배/우유②		편단호박/우유②		어묵탕,배①②⑤⑥⑧⑨⑮					
열량/단백질		605/25		635/25		604/29					
원산지 표시	쌀 (밥, 죽, 누룽지)	콩 두부류		닭고기	돼지고기	오리고기	소고기(국내산 [한우, 육우, 젖소]표기 필수)		배추김치		
							국거리용	볶음 및 찜류	배추	고춧가루	
		국내산		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		국내산	국내산
		오징어		고등어	식육 가공품	돈까스 돼지고기 국내산	소시지 돼지고기 국내산	동그랑땡 돼지고기 국내산	수산물 가공품	참치	다량어 원양산
칠레산		국내산									
알림	원산지	* 식육·수산물 가공품 원산지는 센터 표준제시표를 기준으로 표시하며, 각 급식소 상황에 맞게 수정 가능합니다.									
	알레르기	* 식단의 알레르기 표기는 표준제시표를 기준으로 하되, 실제 유발식품 포함 여부와 차이가 있을 수 있습니다. 제조사별 원재료 차이에 따라 알레르기 성분표를 확인하고 필요 시 수정 가능합니다. * 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 표기 생략이 가능합니다. * 알레르기 유발물질(매뉴 뒤 번호 표시): ①달걀 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류 ⑲깍									
	배식	* 등근 형태의 음식(거봉, 방울토마토 등) 및 찌꺼기 있는 떡류(절편, 꿀떡 등)는 잘게 잘라서 제공해 주시기 바랍니다.									

☐ 알레르기 유발 식품섭취에 주의하시기 바라며, 지도 및 상담이 필요하신 가정에서는 어린이집으로 문의 바랍니다.
☐ 수급 상황 등에 따라 식단감수 없이 동일 식품군·조리법으로 변경 가능하며, 학부모와 충분히 상의 후 키즈노트·운영일지에 안내기록하되 원본 식단은 그대로 유지해 주시기 바랍니다.
☐ 가정에 식단 제공 전, 원에서 임의로 변경한 경우 영양사가 작성한 식단이 아니므로 센터 로고 및 영양사 이름을 삭제해 주시기 바랍니다.
식단의 열량 / 단백질 정보는 만3·5세를 기준으로 작성되었으며 13개월 - 만2세는 연령별 특성을 고려하여 조리방법 및 양을 달리 제공합니다.