

일자/요일			1(수)		2(목)		3(금)		4(토)			
오전간식			과일사라다①⑤⑫/우유②		크림스프②⑥		☺참외		우유②			
점심	📢식단구성 안내		쌀밥		쌀밥		🍌감자밥		쌀밥1/2			
	• 생일식단: 어린이들의 생일을 축하하기 위해 미역국, 케이크 등 기호도가 높은 메뉴를 선정한 식단		☺근대된장국⑤⑥		쇠고기미역국⑤⑥⑫		무채국		짜장면⑤⑥⑫			
	• 플러스식단: 방학 등과 같이 기관 현황에 따라 간소화된 메뉴가 제공될 수 있도록 구성된 식단		☺임연소조림⑤⑥		두부부침⑤⑥		돼지고기찜⑤⑥⑫		버섯탕수⑤⑥			
	• 나들이식단: 급식소의 운영현황에 맞게 선택하여 대체할 수 있는 식단		숙주나물무침		열갈이나물⑤⑥		잔멸치볶음⑤⑥		배추김치⑨			
오후간식	배추김치⑨		간장비빔국수⑤⑥		깍두기⑨		배추김치⑨					
열량/단백질			407 16		439 15		409 20		289 12			
일자/요일	6(월)		7(화)		8(수) 알레르기DAY		9(목)		10(금)		11(토)	
오전간식	복숭아⑩		황태양파죽		방울토마토⑫		바나나		☺채소스틱(오이)/떡볶이는요구르트②		두유⑤	
점심	쌀밥		쌀밥		쌀밥		쌀밥		쌀밥		꼬마김밥①⑤⑬	
	동그랑땡구이⑤⑥⑫		아욱된장국⑤⑥		들깨버섯국⑤⑥		쇠고기미역국⑤⑥⑫		어묵국⑤⑥		미소장국⑤⑥	
	☺가지볶음⑤⑥		☺오징어돈육불고기⑤⑥⑫⑬		쇠고기양파볶음⑤⑥⑫		돈가스*소스①⑤⑥⑫⑬		🍌감자찜닭⑤⑥⑫		연두부*양념장⑤⑥	
	배추김치⑨		양배추나물⑤⑥		당근애호박채전⑤⑥		으갠감자샐러드①⑤		청포묵이나리김무침⑤⑥		배추김치⑨	
오후간식	배추김치⑨		깍두기⑨		배추김치⑨		배추김치⑨		볶음우동⑤⑥⑫			
열량/단백질	단호박범벅②/우유②		프렌치토스트①②⑤⑥/우유②		크림리조또②⑤		케이크①②⑥/우유②					
열량/단백질	420 19		452 21		438 16		431 15		434 18		290 9	
일자/요일	13(월)		14(화)		15(수) 초복		16(목)		17(금)		18(토)	
오전간식	사과		두부청경채죽⑤⑥		전고구마/(추가:보리차)		☺토마토⑫/우유②				우유②	
점심	쌀밥		쌀밥		쌀밥		쌀밥				쌀밥1/2	
	콩나물국⑤		☺열무된장국⑤⑥		닭곰탕⑫		물만둣국⑤⑥⑫				고기국수⑤⑥⑫	
	쇠고기청경채볶음⑤⑥⑫		돈육새송이버섯구이⑤⑫		참치볶음⑤⑥		마파두부⑤⑥				부추전⑤⑥	
	우영조림⑤⑥		김자반⑤		☺참나물무침		무생채		배추김치⑨			
오후간식	깍두기⑨		배추김치⑨		깍두기⑨		배추김치⑨					
열량/단백질	롤케이크①②⑥/우유②		삶은달걀①/두유⑤		바나나/우유②		채소볶음밥⑤⑥					
열량/단백질	432 15		450 21		436 17		426 13				301 13	
일자/요일	20(월)		21(화)		22(수) 국없는날		23(목)		24(금)		25(토)	
오전간식	복숭아⑩		연두부죽⑤		참외		모닝빵①②⑤⑥/우유②		포도/액상요구르트②		두유⑤	
점심	쌀밥		쌀밥		하이라이스⑤⑥⑫		쌀밥		쌀밥		새우볶음밥⑤⑥⑨	
	연두부개떡살국①⑤⑥⑧		☺근대된장국⑤⑥		☺농능		팽이버섯된장국⑤⑥		안매운참치김치국⑤⑥⑨		우동국물⑤⑥	
	간장제육볶음⑤⑥⑫		고등어조림⑤⑥⑦		치킨가스①⑤⑥⑫		쇠고기숙주찜⑤⑥⑫		브로콜리달걀찜①		도토리묵무침⑤⑥	
	상추오리엔탈소스무침⑤⑥		☺애호박볶음⑤⑥		☺그릭요거트오이샐러드②		☺가지굴소스볶음⑤⑫		🍌감자조림⑤⑥		배추김치⑨	
오후간식	배추김치⑨		배추김치⑨		깍두기⑨		배추김치⑨		깍두기⑨			
열량/단백질	치즈스틱①②⑤⑥/(추가:매실차)		카스텔라①②⑥/우유②		단호박찜/우유②		누룽지죽		간장오일파스타⑤⑥			
열량/단백질	439 18		431 17		423 18		429 20		445 16		288 10	
일자/요일	27(월)		28(화)		29(수)		30(목)		31(금)			
오전간식	바나나		참쌀닭국⑫		☺블루베리/떡볶이는요구르트②		시리얼/우유②		수박			
점심	쌀밥		쌀밥		쌀밥		쌀밥		쌀밥			
	열갈이된장국⑤⑥		느타리버섯참은국⑤⑥		어묵양파국⑤⑥		☺오징어미역국⑤⑥⑫		유부된장국⑤⑥			
	갯잎닭갈비⑤⑥⑫		돈육토마토소스조림⑤⑫⑬		쇠불고기⑤⑥⑫		두부조림⑤⑥		함박스테이크*소스①⑤⑥⑫⑬⑭			
	콩나물무침⑤		미역줄기볶음		☺열무나물⑤⑥		☺오이무침⑤⑥		🍌감자범벅①⑤			
오후간식	깍두기⑨		배추김치⑨		배추김치⑨		배추김치⑨		배추김치⑨			
열량/단백질	달걀볶이①⑤⑥/우유②		치즈케이크빵①②⑥/우유②		우영참깨수떡밥⑤⑥		들기름메밀비빔국수③⑤⑥		채소전⑤⑥/우유②			
열량/단백질	408 20		429 18		415 18		435 16		449 17			
원산지 표시	밥, 죽, 누룽지		돼지고기		닭고기		쇠고기		두부		순두부	
	쌀(백미, 현미, 흑미, 찰쌀)								콩		연두부	
	국내산		국내산		국내산		국내산		국내산		국내산	
	배추		배추		배추		배추		배추		배추	
원산지 표시	고춧가루		오징어		고등어		가공품 원산지 표시		치킨가스		햄박스테이크	
원산지 표시	국내산		국내산		국내산		국내산		국내산		국내산	
※ 알레르기 유발 식품 표시 및 원산지 표시는 표준레시피를 근거하여 예시로 작성합니다. 급식소에서는 식재료 입고 현황에 따라 올바르게 표기하여 주시기 바랍니다.												
* 푸드브릿지 : 이달의 식재료 "감자"🍠												
* 컬러푸드DAY : 이달의 식재료 "당근"🥕												
* 제철식재료 : 감자, 가지, 근대, 참나물, 열무, 애호박, 오이, 오징어, 토마토, 블루베리 등												
* 파란색 글씨 : 신선식품												
* 보라색 글씨 : 국없는날												
* 식단안내문 : 생일식단·나들이식단·플러스식단 및 식단 활용, 감수에 대한 상세 내용을 확인할 수 있습니다.												
* 알레르기 유발 식품 표시제												
①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 (2020.09.09 개정)												
〈아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.〉												
〈급식소에서 사용하는 재료에 따라 부여된 번호가 달라질 수 있으나 변경된 식재료 및 제품의 표시사항을 확인하시기 바랍니다.〉												
* (or), (추가):메뉴는 운영 형태에 따라 메뉴 선택 후 미사용 메뉴는 삭제하여 보호자에게 정보제공 해주시기 바랍니다.												
* 모든 음식은 아이들에게 맵고 짜지 않으며 "표준레시피 안내문"을 참고하여 먹기 좋은 크기로 제공하여 주시기 바랍니다.												
* 매킨로 등 동근형태의 음식(방울토마토, 포도, 메추리알 등)은 잘게 잘라서 제공해 주시기 바랍니다.												
본 센터의 식단은 평택시 관내 실정에 맞게 개발되었으며, 식단감수위원회 및 등록시설의 종합의견을 수렴하여 작성되었습니다.												