

일자/요일		1(수)		2(목)		3(금)		4(토)			
오전간식		과일사라다①⑤⑫/우유②		크림스프②⑥		참외		우유②			
점심	식단구성 안내	쌀밥 근대된장국⑤⑥ 임연소조림⑤⑥ 숙주나물무침 배추김치⑨		쌀밥 쇠고기미역국⑤⑥⑬ 두부부침⑤⑥ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨		감자밥 무채국 돼지고기찜⑤⑥⑩ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨		쌀밥1/2 짜장면⑤⑥⑩ 버섯탕수⑤⑥ 배추김치⑨			
	오후간식	간장비빔국수⑤⑥		김가루수막밥		구운식빵①②⑤⑥/우유②					
	열량/단백질	590 23		603 21		595 29		410 16			
일자/요일		6(월)		7(화)		8(수) 알레르기 없는날		9(목)			
오전간식		복숭아⑩		황태양파죽		방울토마토⑫		바나나			
점심	쌀밥 황태국⑤⑥ 동그랑땡구이⑤⑥⑩ 가지볶음⑤⑥ 배추김치⑨	아욱된장국⑤⑥ 오징어돈육불고기⑤⑥⑩⑪ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 들깨버섯국⑤⑥ 쇠고기양파볶음⑤⑥⑬ 당근애호박채전⑤⑥ 배추김치⑨		쌀밥 쇠고기미역국⑤⑥⑬ 돈가스*소스①⑤⑥⑩⑫ 으깬감자샐러드①⑤ 배추김치⑨		쌀밥 어묵국⑤⑥ 감자찜닭⑤⑥⑬ 청포묵미나리김무침⑤⑥ 배추김치⑨			
	오후간식	단호박범벅②/우유②		프렌치토스트①②⑤⑥/우유②		크림리조또②⑤		케이크①②⑥/우유②			
	열량/단백질	611 28		661 30		674 25		627 21			
일자/요일		13(월)		14(화)		15(수) 초복		16(목)			
오전간식		사과		두부청경채죽⑤⑥		전고구마/(추가:보리차)		토마토⑫/우유②			
점심	쌀밥 콩나물국⑤ 쇠고기청경채볶음⑤⑥⑬ 우영조림⑤⑥ 깍두기⑨	쌀밥 열무된장국⑤⑥ 돈육새송이버섯구이⑤⑩ 김자반⑤ 배추김치⑨		쌀밥 닭곰탕⑬ 참치볶음⑤⑥ 참나물무침 깍두기⑨		쌀밥 물만두국⑤⑥⑩ 마파두부⑤⑥ 무생채 배추김치⑨		제한질			
	오후간식	롤케이크①②⑥/우유②		삶은달걀①/두유⑤		바나나/우유②		채소볶음밥⑤⑥			
	열량/단백질	630 21		660 31		613 25		620 19			
일자/요일		20(월)		21(화)		22(수) 국없는날		23(목)			
오전간식		복숭아⑩		연두부죽⑤		참외		모닝빵①②⑤⑥/우유②			
점심	쌀밥 연두부게맛살국①⑤⑥⑧ 간장제육볶음⑤⑥⑩ 상추오리엔탈소스무침⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 근대된장국⑤⑥ 고등어조림⑤⑥⑦ 애호박볶음⑤⑥ 배추김치⑨		하이라이스⑤⑥⑩ 능생 치킨가스①⑤⑥⑬ 그릭요거트오이샐러드② 깍두기⑨		쌀밥 팽이버섯된장국⑤⑥ 쇠고기숙주찜⑤⑥⑬ 가자굴소스볶음⑤⑬ 배추김치⑨		포도/액상요구르트②			
	오후간식	치즈스틱①②⑤⑥/(추가:매실차)		카스텔라①②⑥/우유②		단호박찜/우유②		누룽지죽			
	열량/단백질	611 24		628 25		616 26		624 29			
일자/요일		27(월)		28(화)		29(수)		30(목)			
오전간식		바나나		참쌀닭죽⑬		키위/떡볶이는요구르트②		시리얼/우유②			
점심	쌀밥 얼갈이된장국⑤⑥ 갯잎닭갈비⑤⑥⑬ 콩나물무침⑤ 깍두기⑨	쌀밥 느타리버섯참은국⑤⑥ 돈육토마토소스조림⑤⑩⑫ 미역줄기볶음 배추김치⑨		쌀밥 어묵양파국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑬ 열무나물⑤⑥ 배추김치⑨		쌀밥 오징어묵국⑤⑥⑬ 두부조림⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨		수박			
	오후간식	달걀볶이①⑤⑥/우유②		치즈케이크빵①②⑥/우유②		우영참깨수막밥⑤⑥		들기름메밀비빔국수③⑤⑥			
	열량/단백질	592 29		625 26		598 25		635 23			
원산지 표시	밥, 죽 쌀(백미, 현미, 흑미, 찰쌀)	누룽지	돼지고기	닭고기	쇠고기	가공품 원산지 표시	두부 콩	순두부	연두부	동그랑땡	참치
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산·한우		국내산	국내산	국내산	국내산	다랑어
	배추김치		오징어	고등어			치킨가스	햄박스테이크			원양산
	배추	고춧가루					닭고기	돼지고기	쇠고기		
	국내산	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" * 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 있으니 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.											
* 매끄럽고 둥근형태의 음식(방울토마토, 포도, 메주리알 등) 및 딱딱한 음식(콩, 땅콩 등 견과류), 찰기 있는 음식(절편, 백설기 등)는 잘게 잘라서 제공해 주시기 바랍니다.											
본 센터의 식단은 영양의 평택시 관내 실정에 맞게 개발되었으며, 식단감수위원회 및 등록시설의 종합의견을 수렴하여 작성되었습니다.											