

일자/요일	1(화)		2(수)		3(목)		4(금)		5(토)			
오전간식	순두부배추죽⑤		달걀숙주죽①		활태청경채죽		채소죽		두유⑤			
점심	쌀밥 모듬어묵국⑤⑥ 달걀찜① 숙주미나리무침⑤⑥ 배추김치⑨		쌀밥 순두부맑은국⑤ 간장제육볶음⑤⑥⑩ 무나물 배추김치⑨		쌀밥 근대된장국⑤⑥ 삼치찜 느타리버섯볶음⑤⑥ 배추김치⑨		쌀밥 활태국⑤⑥ 닭고기소금구이⑤⑩ 청경채나물 깍두기⑨		곤드레나물밥양념장⑤⑥ 청국장국⑤⑥ 새우살볶음⑤⑨ 배추김치⑨			
오후간식	평저스틱빵①③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿		블루베리(or 사과)우유②		복숭아㉞/두유⑤		유부초밥③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿					
열량/단백질	618 25		618 27		612 27		681 28		415 17			
일자/요일	7(월)		8(화)		9(수)		10(목)		11(금)		12(토)	
오전간식	닭살얼갈이죽⑤		콩나물죽⑤⑥		쇠고기우영죽⑥		두부미역죽⑤⑥		들깨새송이버섯죽		우유②	
점심	쌀밥 감자맑은국⑤⑥ 돼지고기애호박볶음⑤⑥⑩ 우영조림⑤⑥ 배추김치⑨		쌀밥 얼갈이된장국⑤⑥ 생선가스*타르타르소스④⑤⑥ 청포묵김무침⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 콩나물국⑤ 찜닭⑤⑥⑩ 미역줄기볶음⑤⑥ 배추김치⑨		쌀밥 백김치국 연양식박볶고기⑤⑥⑩ 새송이버섯나물⑤ 깍두기⑨		쌀밥 오징어국⑤⑥⑩ 된장마파두부⑤⑥⑩ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨		쌀밥1/2 들깨달걀칼국수①⑥ 어묵볶음⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식	토마토㉞/우유②		카스텔라①③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿		바나나/치즈②		스크럼블에그④⑤/우유②		진고구마/우유②			
열량/단백질	594 28		632 22		618 26		618 26		627 23		497 17	
일자/요일	14(월)		15(화)		16(수) 국없는날		17(목)		18(금)		19(토)	
오전간식	쇠고기당근죽⑥		닭살시금치죽⑤⑥⑩		단호박죽		두부가지죽⑤		달걀죽①⑤⑥		두유⑤	
점심	쌀밥 미역국⑤⑥ 닭볶음탕⑤⑥⑩ 시금치나물 배추김치⑨		쌀밥 단호박소프② 쇠고기잡스테인크⑤⑥⑩ 양상추샐러드*요거트드레싱⑤ 배추김치⑨		돈육가지덮밥⑤⑥⑩ 보리차 표고버섯탕수⑤⑥ (추가:브로콜리참깨소스무침④⑤⑥) 배추김치⑨		쌀밥 견새우아묵된장국⑤⑥⑩ 통계오리볶음 얼갈이나물 깍두기⑨		쌀밥 쇠고기애호박국⑤⑥⑩ 미트볼조림⑤⑥⑩ 두부김무침⑤⑥ 배추김치⑨		꼬마김밥④⑤⑩ 우거짓국⑤⑥ 참나물무침 깍두기⑨	
오후간식	오렌지(or 포도)우유②		물만두⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿		배/치즈②		찰보리떡④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿		사과/우유②			
열량/단백질	627 25		662 21		612(654) 20(21)		649 26		616 26		396 12	
일자/요일	21(월)		22(화)		23(수)		24(목)		25(금) 추석		26(토)	
오전간식	팽이버섯맛살죽①③④⑤		유부감자죽⑤		찜쌀닭죽⑤							
점심	쌀밥 유부맑은국⑤⑥ 돈사태찜⑤⑥⑩ 감자채볶음⑤⑥ 배추김치⑨		쌀밥 팽이버섯된장국⑤⑥ 갯잎달걀비⑤⑥⑩ 맛살콩나물무침④⑤⑥⑩ 배추김치⑨		쌀밥 쇠고기묵국⑥ 두부부침⑤⑥ 고사리나물⑤⑥ 배추김치⑨							
오후간식	키위(or 사과인머스켓)우유②		말가래치즈샌드위치④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿		유과⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿							
열량/단백질	662 26		671 28		667 25							
일자/요일	28(월)		29(화)		30(수) 월간푸드데이							
오전간식	시금치달걀죽①⑤⑥		애호박양파죽		흰살생선무죽							
점심	쌀밥 부추감자국⑤⑥ 쇠고기숙주볶음⑤⑥⑩ 잔멸치조림⑤⑥ 배추김치⑨		쌀밥 시금치된장국⑤⑥ 가래구이⑤⑥ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨		쌀밥 애호박맑은국⑤⑥ 메추리알장조림④⑤⑥ 연근튀김⑤⑥ 배추김치⑨							
오후간식	사과(or 단감)우유②		크림소프*크루통④⑤⑥		포도(or 복숭아)우유⑤							
열량/단백질	604 31		597 22		642 23							
원산지 표시	밥,죽	누룽지	돼지고기	닭고기	쇠고기	오리고기	두부	순두부	훈제오리	미트볼	생선가스	
	쌀(백미,현미,흑미,잡쌀)						콩	콩	오리고기	돼지고기	명태	
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	러시아	
	배추김치		고등어	오징어	동태							
	배추	고춧가루			명태							
	국내산	국내산	국내산	국내산	러시아							
※ 알레르기 유발 식품 표시 및 원산지 표시는 표준레시피를 근거하여 예시로 작성합니다. 급식소에서는 식재료 입고 현황에 따라 올바르게 표기하여 주시기 바랍니다.												
* 푸드브릿지 : 이달의 식재료 *두부												
* 컬러푸드DAY : 이달의 식재료 *연근												
* 제철식재료 : 표고버섯 토란대 참나물 고구마 고등어 사과 포도 토마토 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 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴 전복, 홍합 포함) ⑳산 (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)’, ‘플러스간식’ 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.												
* 맵고럽고 둥근형태의 음식(방울토마토, 포도, 메추리알 등) 및 딱딱한 음식(콩, 땅콩 등 견과류), 찢기있는 음식(절편, 백설기 등)는 잘게 잘라서 제공해주시기 바랍니다.												
본 센터의 식단은 평택시 관내 실정에 맞게 개발되었으며, 식단감수위원회 및 등록시설의 중합의견을 수렴하여 작성되었습니다.												

※ 알레르기 유발 식품 표시 및 원산지 표시는 표준레시피를 근거하여 예시로 작성합니다. 급식소에서는 식재료 입고 현황에 따라 올바르게 표기하여 주시기 바랍니다.

* 푸드브릿지 : 이달의 식재료 '두부' * 제철식재료 : 표고버섯 토란대 참나물 고구마 고등어 사과 포도 토마토 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 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴 전복, 홍합 포함) ㉚ (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)', '플러스간식' 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, 메추리알 등) 및 딱딱한 음식(콩, 땅콩 등 견과류), 찢기있는 음식(절편, 백설기 등)는 잘게 잘라서 제공해주시기 바랍니다.

본 센터의 식단은 평택시 관내 실정에 맞게 개발되었으며 식단감수위원회 및 등록시설의 종합의견을 수렴하여 작성되었습니다.

일자/요일	1(화)		2(수)		3(목)		4(금)		5(토)			
오전간식	순두부배추죽⑤		달걀숙주죽①		황태청경채죽		채소죽		두유⑤			
점심	쌀밥 모듬어묵국⑤⑥ 달걀찜① 숙주미나리무침⑤⑥ 배추김치③(or백김치③)		쌀밥 순두부맑은국⑤ 간장제육볶음⑤⑥⑩ 무나물 배추김치③(or백김치③)		쌀밥 근대된장국⑤⑥ 삼치조림⑩ 느타리버섯볶음⑤⑥ 배추김치③(or백김치③)		쌀밥 황태국⑤⑥ 닭고기소금구이⑤⑩ 청경채나물 깍두기③		곤드레나물밥양념장⑤⑥ 청국장국⑤⑥ 새우살볶음⑤⑥ 배추김치③(or백김치③)			
오후간식	망고스틱⑩⑩⑩(or망고⑩⑩⑩)/우유②		블루베리①(or사과)/우유②		복숭아④/두유⑤		유부조림⑤(or근대유부조림⑤)/우유②					
열량/단백질	425 17		424 19		420 19		443 19		291 12			
일자/요일	7(월)		8(화)		9(수)		10(목)		11(금)		12(토)	
오전간식	달걀알걀죽⑤		콩나물죽⑤⑥		쇠고기우영죽⑥		두부미역죽⑤⑥		들깨새송이버섯죽		우유②	
점심	쌀밥 감자맑은국⑤⑥ 돼지고기애호박볶음⑤⑥⑩ 우영조림③⑥ 배추김치③(or백김치③)		쌀밥 얼갈이된장국⑤⑥ 생선가스*타타르소스①③⑥ 청포묵김무침⑤⑥ 깍두기③		쌀밥 콩나물국⑤ 찜닭⑤⑥⑩ 미역줄기볶음③⑥ 배추김치③(or백김치③)		쌀밥 백김치국 연양식바싹불고기⑤⑥⑩ 새송이버섯나물⑤ 깍두기③		쌀밥 오징어묵국⑤⑩⑩ 된장마파두부⑤⑥⑩ 오이무침⑤⑥ 배추김치③(or백김치③)		쌀밥1/2 들깨달걀칼국수①③ 어묵볶음⑤⑥ 배추김치③(or백김치③)	
오후간식	토마토②/우유②		카스텔라①②⑥/우유②		바나나/치즈②		스크림예그①③/우유②		진고구마/우유②			
열량/단백질	409 19		433 15		405 18		425 18		430 16		346 12	
일자/요일	14(월)		15(화)		16(수) 국없는날		17(목)		18(금)		19(토)	
오전간식	쇠고기당근죽⑥		달걀시금치죽⑤⑥⑩		단호박죽		두부가지죽⑤		달걀죽①⑤⑥		두유⑤	
점심	쌀밥 미역국⑤⑥ 닭볶음탕⑤⑥⑩ 시금치나물 배추김치③(or백김치③)		쌀밥 단호박스프② 쇠고기잡스타이크③⑥⑩⑩ 양상추샐러드*요거트레싱⑩ 배추김치③(or백김치③)		돈육가지덮밥⑤⑥⑩ 보리차 표고버섯탕수⑤⑥ (추가:브로콜리참깨소스무침⑩⑩⑩) 배추김치③(or백김치③)		쌀밥 건새우아욱된장국⑤⑥⑩ 훈제오리볶음 얼갈이나물 깍두기③		쌀밥 쇠고기애호박국⑤⑥⑩ 미트볼조림⑤⑥⑩ 두부김무침⑤⑥ 배추김치③(or백김치③)		꼬마김밥①⑤⑩ 우거짓국⑤⑥ 참나물무침 깍두기③	
오후간식	오렌지(or포도)/우유②		물만두③⑥⑩/백상요구르트⑩		배/치즈②		찰보리떡⑩⑩⑩/우유②		사과/우유②			
열량/단백질	430 18		453 14		421(446) 14(15)		445 18		423 18		279 9	
일자/요일	21(월)		22(화)		23(수)		24(목)		25(금) 추석		26(토)	
오전간식	팽이버섯맛살죽①③⑥⑩		유부감자죽⑤		찜쌀닭죽⑤		 보름달처럼 풍요롭고 행복한 한가위 되세요.					
점심	쌀밥 유부맑은국⑤⑥ 돈사태찜⑤⑥⑩ 감자채볶음⑤⑥ 배추김치③(or백김치③)		쌀밥 팽이버섯된장국⑤⑥ 깍아말갈비⑤⑥⑩ 맛살콩나물무침①③⑥⑩ 배추김치③(or백김치③)		쌀밥 쇠고기묵국⑥ 두부부침⑤⑥ 고사리나물⑩ 배추김치③(or백김치③)							
오후간식	키위(or사인머스켓)/우유②		딸기팠치즈샌드위치⑩⑩⑩/우유②		유과③⑥/우유②							
열량/단백질	429 18		459 19		423 15							
일자/요일	28(월)		29(화)		30(수) 월려푸드DAY		 식단구성 안내 • 생일식단: 어린이들의 생일을 축하하기 위해 미역국, 케이크 등 기호도가 높은 메뉴를 선정한 식단 • 플러스식단: 방학 등과 같이 기간 현황에 따라 간소화된 메뉴가 제공될 수 있도록 구성된 식단 • 나들이식단: 급식소의 운영현황에 맞게 선택하여 대체할 수 있는 식단 • 푸드브릿지: 매주 금요일 어린이들이 편식하는 식재료 선정 4단계 점진적 노출하여 친숙하게 만드는 식단 • 국없는 날: 월1회 저 나트륨 식사를 위해 국 대신 송농을 제공(권장 염도 0.5이하) • 월려푸드DAY: 영유아 건강에 도움을 주는 식품의 파이토케미컬 성분을 활용하여 식사 또는 간식을 제공하는 날 • '(or)'메뉴: 두 가지 메뉴 중 한 가지 메뉴를 선택하여 제공 / '(추가):'메뉴: 추가 제공을 할 수 있는 메뉴 / '플러스간식'메뉴: 오후 간식에 선택적으로 추가 제공할 수 있는 메뉴					
오전간식	시금치달걀죽①⑤⑥		애호박양파죽		흰살생선무죽							
점심	쌀밥 부추감자국⑤⑥ 쇠고기숙주볶음⑤⑥⑩ 잔멸치조림⑤⑥ 배추김치③(or백김치③)		쌀밥 시금치된장국⑤⑥ 가래떡⑩⑩⑩ 무나물⑤⑥ 배추김치③(or백김치③)		쌀밥 애호박맑은국⑤⑥ 매추리알장조림①③⑥ 연근튀김⑤⑥ 배추김치③(or백김치③)							
오후간식	사과(or단감)/우유②		크림스프*크루통①②③⑥		포도(or복숭아)/두유⑤							
열량/단백질	416 21		440 16		439 16							
원산지 표시	밥,죽	누룽지	돼지고기	닭고기	쇠고기	오리고기	두부	순두부	훈제오리	미트볼	생선가스	
	쌀(백미,현미,흑미,잡쌀)						콩	콩	오리고기	돼지고기	명태	
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	러시아	
	배추김치	배추	백김치	고등어	오징어	동태						
	배추	고춧가루	배추			명태						
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	러시아						
※ 알레르기 유발 식품 표시 및 원산지 표시는 표준레시피를 근거하여 예시로 작성합니다. 급식소에서는 식재료 입고 현황에 따라 올바르게 표기하여 주시기 바랍니다.												
* 푸드브릿지 : 이달의 식재료 '두부'  * 월려푸드DAY : 이달의 식재료 '연근'  * 제철식재료 : 표고버섯 토란대 참나물 고구마 고등어 사과 포도 토마토 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 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴 전복, 홍합 포함) ⑳잔 (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)', '플러스간식' 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.												
* 맵고럽고 등근형태의 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.												

※ 알레르기 유발 식품 표시 및 원산지 표시는 표준레시피를 근거하여 예시로 작성합니다. 급식소에서는 식재료 입고 현황에 따라 올바르게 표기하여 주시기 바랍니다.

* 푸드브릿지 : 이달의 식재료 *두부*
* 월려푸드DAY : 이달의 식재료 *연근*
* 제철식재료 : 표고버섯 토란대 참나물 고구마 고등어 사과 포도 토마토 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 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴 전복, 홍합 포함) ⑳잔 (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)', '플러스간식' 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, 매추리알 등)은 잘게 잘라서 제공해 주시기 바랍니다.

본 센터의 식단은 평택시 관내 실정에 맞게 개발되었으며 식단감수위원회 및 등록시설의 종합의견을 수렴하여 작성되었습니다.