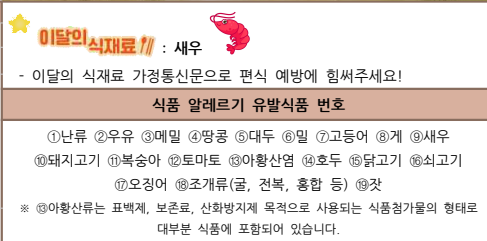


날짜		1일 (화)		2일 (수)		3일 (목)		4일 (금)		5일 (토)			
열량/단백질		412kcal/18g		396kcal/15g		408kcal/15g		403kcal/18g		275kcal/12g			
오전간식		달걀브로콜리죽⑤		수박		흑임자찰쌀죽		거봉		두유⑤			
중 식		쌀밥 맑은배춧국⑤⑥ 돼지고기채소볶음⑤⑥⑩ 고사리나물⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		기장밥 들깨우채국⑤⑥ 닭고기당면찜⑤⑥⑪ 미나리나물 배추김치⑨ 백김치(0세)		쌀밥 육개장⑤⑥⑪ 마파두부⑤⑥⑪ 미역줄기볶음⑤ 각두기⑨ 백김치(0세)		차조밥 맑은대구살국 쇠고기당근볶음⑤⑥⑪ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨ 백김치(0세)		닭가슴살덮밥⑤⑥⑪ 맑은새송이버섯국⑤⑥ 각두기⑨ 후식(짜먹는요구르트②)			
		단호박튀김⑤⑥, 우유②		머핀①②⑤⑥, 우유②		★새우살애호박전⑤⑥⑨		잔치국수⑤⑥		☆			
		7일 (월)		8일 (화)		9일 (수)		10일 (목)		11일 (금)		12일 (토)	
		412kcal/18g		408kcal/18g		392kcal/15g		421kcal/16g		402kcal/16g		279kcal/9g	
열량/단백질		412kcal/18g		408kcal/18g		392kcal/15g		421kcal/16g		279kcal/9g			
오전간식		참외		양배추오이죽		복숭아⑩		브로콜리쌀수프②		바나나		미숫가루⑤+우유②	
중 식		쌀밥 콩비릿국⑤ 돈육찜쌀구이⑤⑥⑪ 표고버섯볶음⑤ 배추김치⑨ 백김치(0세)		보리밥 맑은썩갓국 닭고기장동채볶음⑤⑥⑪ 불어묵조림⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 열무된장국⑤⑥ 쇠고기장동채볶음⑤⑥⑪ 근대나물 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 맑은아욱국⑤⑥ 일연수국이⑤ 얼갈이참깨무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		짜장밥⑤⑥⑪ 대파달걀국① 취나물무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식(짜먹는요구르트②) 백김치(0세)		쇠고기쌀국수⑤⑥⑪ 채소주먹밥⑤ 각두기⑨ 후식(꿀)	
		모닝빵①②⑤⑥, 우유②		삶은달걀①, 식혜		감자구이⑤, 우유②		잔멸치채소볶음밥⑤⑥		군만두⑤⑥⑪		☆	
		14일 (월)		15일 (화)		16일 (수)		17일 (목)		18일 (금)		19일 (토)	
		406kcal/15g		393kcal/18g		409kcal/14g		425kcal/16g		395kcal/14g		271kcal/10g	
열량/단백질		406kcal/15g		393kcal/18g		409kcal/14g		425kcal/16g		395kcal/14g		271kcal/10g	
오전간식		오렌지		흰살생선살채소죽		키위		미나리파프리카죽		멜론		두유⑤	
중 식		차조밥 시금치된장국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑪ 무나물 배추김치⑨ 백김치(0세)		쌀밥 쇠고기사바탕⑤⑥⑪ 두부구이⑤+양념장⑤⑥ 가지볶음⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		보리밥 콩나물국⑤ 돼지고기사태찜⑤⑥⑪ 브로콜리된장마요①⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세)		쌀밥 맑은바지락국⑩ 쇠불고기⑤⑥⑪ 느타리버섯무침 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 들깨고사릿국 미트볼간장조림⑤⑥⑪⑫ 달걀부추볶음①⑤ 배추김치⑨ 백김치(0세)		오징어볶음밥⑤⑥⑪ 돈육부추국⑤⑥⑪ 각두기⑨ 후식(파인애플)	
		크림소스파게티①②⑤⑥		탕수육①⑤⑥⑪+소스⑤⑥		롤케이크①②⑤⑥		고구마범벅샐러드①⑤우유②		우영치즈주먹밥②⑤⑥		☆	
		21일 (월)		22일 (화)		23일 (수)		24일 (목) 추석연휴		25일 (금) 추석		26일 (토) 추석연휴	
		421kcal/14g		415kcal/14g		413kcal/17g							
열량/단백질		421kcal/14g		415kcal/14g		413kcal/17g							
오전간식		사과		감자당근수프②		포도							
중 식		★새우살채소덮밥⑤⑥⑨ 쇠고기묵국⑤⑥⑪ 갯잎순나물⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세) 후식(떡먹는요구르트②)		차조밥 맑은애호박국⑤⑥ 쇠고기채소조림⑤⑥⑪ 아욱된장무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 맑은버섯국⑤⑥ 동태전①⑤⑥ 고구마순나물 배추김치⑨ 백김치(0세)							
		유부초밥①⑤⑥		우동⑤⑥		카스테라①②⑤⑥우유②							
		28일 (월)		29일 (화)		30일 (수)							
		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
열량/단백질		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
오전간식		파인애플		조갯살무죽⑩		배							
중 식		보리밥 미역국 쇠고기단호박찜⑤⑥⑪ 참나물들기름무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑪ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 맑은숙주국 간장닭볶음탕⑤⑥⑪ 양송이버섯볶음⑤ 각두기⑨ 백김치(0세)							
		닭고기갈국수⑥⑫		부추전①⑤⑥ 어린이주스		후래쉬버①②⑤⑥우유②							
		28일 (월)		29일 (화)		30일 (수)							
		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
열량/단백질		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
오전간식		파인애플		조갯살무죽⑩		배							
중 식		보리밥 미역국 쇠고기단호박찜⑤⑥⑪ 참나물들기름무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑪ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 맑은숙주국 간장닭볶음탕⑤⑥⑪ 양송이버섯볶음⑤ 각두기⑨ 백김치(0세)							
		닭고기갈국수⑥⑫		부추전①⑤⑥ 어린이주스		후래쉬버①②⑤⑥우유②							
		28일 (월)		29일 (화)		30일 (수)							
		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
열량/단백질		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
오전간식		파인애플		조갯살무죽⑩		배							
중 식		보리밥 미역국 쇠고기단호박찜⑤⑥⑪ 참나물들기름무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑪ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 맑은숙주국 간장닭볶음탕⑤⑥⑪ 양송이버섯볶음⑤ 각두기⑨ 백김치(0세)							
		닭고기갈국수⑥⑫		부추전①⑤⑥ 어린이주스		후래쉬버①②⑤⑥우유②							
		28일 (월)		29일 (화)		30일 (수)							
		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
열량/단백질		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
오전간식		파인애플		조갯살무죽⑩		배							
중 식		보리밥 미역국 쇠고기단호박찜⑤⑥⑪ 참나물들기름무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑪ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 맑은숙주국 간장닭볶음탕⑤⑥⑪ 양송이버섯볶음⑤ 각두기⑨ 백김치(0세)							
		닭고기갈국수⑥⑫		부추전①⑤⑥ 어린이주스		후래쉬버①②⑤⑥우유②							
		28일 (월)		29일 (화)		30일 (수)							
		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
열량/단백질		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
오전간식		파인애플		조갯살무죽⑩		배							
중 식		보리밥 미역국 쇠고기단호박찜⑤⑥⑪ 참나물들기름무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑪ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 맑은숙주국 간장닭볶음탕⑤⑥⑪ 양송이버섯볶음⑤ 각두기⑨ 백김치(0세)							
		닭고기갈국수⑥⑫		부추전①⑤⑥ 어린이주스		후래쉬버①②⑤⑥우유②							
		28일 (월)		29일 (화)		30일 (수)							
		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
열량/단백질		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
오전간식		파인애플		조갯살무죽⑩		배							
중 식		보리밥 미역국 쇠고기단호박찜⑤⑥⑪ 참나물들기름무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑪ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 맑은숙주국 간장닭볶음탕⑤⑥⑪ 양송이버섯볶음⑤ 각두기⑨ 백김치(0세)							
		닭고기갈국수⑥⑫		부추전①⑤⑥ 어린이주스		후래쉬버①②⑤⑥우유②							
		28일 (월)		29일 (화)		30일 (수)							
		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
열량/단백질		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
오전간식		파인애플		조갯살무죽⑩		배							
중 식		보리밥 미역국 쇠고기단호박찜⑤⑥⑪ 참나물들기름무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑪ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 맑은숙주국 간장닭볶음탕⑤⑥⑪ 양송이버섯볶음⑤ 각두기⑨ 백김치(0세)							
		닭고기갈국수⑥⑫		부추전①⑤⑥ 어린이주스		후래쉬버①②⑤⑥우유②							
		28일 (월)		29일 (화)		30일 (수)							
		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
열량/단백질		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
오전간식		파인애플		조갯살무죽⑩		배							
중 식		보리밥 미역국 쇠고기단호박찜⑤⑥⑪ 참나물들기름무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑪ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 맑은숙주국 간장닭볶음탕⑤⑥⑪ 양송이버섯볶음⑤ 각두기⑨ 백김치(0세)							
		닭고기갈국수⑥⑫		부추전①⑤⑥ 어린이주스		후래쉬버①②⑤⑥우유②							
		28일 (월)		29일 (화)		30일 (수)							
		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
열량/단백질		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
오전간식		파인애플		조갯살무죽⑩		배							
중 식		보리밥 미역국 쇠고기단호박찜⑤⑥⑪ 참나물들기름무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑪ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 맑은숙주국 간장닭볶음탕⑤⑥⑪ 양송이버섯볶음⑤ 각두기⑨ 백김치(0세)							
		닭고기갈국수⑥⑫		부추전①⑤⑥ 어린이주스		후래쉬버①②⑤⑥우유②							
		28일 (월)		29일 (화)		30일 (수)							
		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
열량/단백질		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
오전간식		파인애플		조갯살무죽⑩		배							
중 식		보리밥 미역국 쇠고기단호박찜⑤⑥⑪ 참나물들기름무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑪ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 맑은숙주국 간장닭볶음탕⑤⑥⑪ 양송이버섯볶음⑤ 각두기⑨ 백김치(0세)							
		닭고기갈국수⑥⑫		부추전①⑤⑥ 어린이주스		후래쉬버①②⑤⑥우유②							
		28일 (월)		29일 (화)		30일 (수)							
		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
열량/단백질		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
오전간식		파인애플		조갯살무죽⑩		배							
중 식		보리밥 미역국 쇠고기단호박찜⑤⑥⑪ 참나물들기름무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑪ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 맑은숙주국 간장닭볶음탕⑤⑥⑪ 양송이버섯볶음⑤ 각두기⑨ 백김치(0세)							
		닭고기갈국수⑥⑫		부추전①⑤⑥ 어린이주스		후래쉬버①②⑤⑥우유②							
		28일 (월)		29일 (화)		30일 (수)							
		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
열량/단백질		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
오전간식		파인애플		조갯살무죽⑩		배							
중 식		보리밥 미역국 쇠고기단호박찜⑤⑥⑪ 참나물들기름무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑪ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 맑은숙주국 간장닭볶음탕⑤⑥⑪ 양송이버섯볶음⑤ 각두기⑨ 백김치(0세)							
		닭고기갈국수⑥⑫		부추전①⑤⑥ 어린이주스		후래쉬버①②⑤⑥우유②							
		28일 (월)		29일 (화)		30일 (수)							
		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
열량/단백질		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
오전간식		파인애플		조갯살무죽⑩		배							
중 식		보리밥 미역국 쇠고기단호박찜⑤⑥⑪ 참나물들기름무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑪ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 맑은숙주국 간장닭볶음탕⑤⑥⑪ 양송이버섯볶음⑤ 각두기⑨ 백김치(0세)							
		닭고기갈국수⑥⑫		부추전①⑤⑥ 어린이주스		후래쉬버①②⑤⑥우유②							
		28일 (월)		29일 (화)		30일 (수)							
		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
열량/단백질		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
오전간식		파인애플		조갯살무죽⑩		배							
중 식		보리밥 미역국 쇠고기단호박찜⑤⑥⑪ 참나물들기름무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑪ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 맑은숙주국 간장닭볶음탕⑤⑥⑪ 양송이버섯볶음⑤ 각두기⑨ 백김치(0세)							
		닭고기갈국수⑥⑫		부추전①⑤⑥ 어린이주스		후래쉬버①②⑤⑥우유②							
		28일 (월)		29일 (화)		30일 (수)							
		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
열량/단백질		399kcal/14g		393kcal/16g		404kcal/16g							
오전간식		파인애플		조갯살무죽⑩		배							
중 식		보리밥 미역국 쇠고기단호박찜⑤⑥⑪ 참나물들기름무침⑤⑥ 각두기⑨ 백김치(0세)		쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑪ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨ 백김치(0세)		기장밥 맑은숙주국 간장닭볶음탕⑤⑥⑪ 양송이버섯볶음⑤ 각두기⑨ 백김치(0세)							
		닭고기갈국수⑥⑫		부추전①⑤⑥ 어린이주스		후래쉬버①②⑤⑥우유							

* 연령별 식재료의 크기 및 조리법은 조리지침서를 꼭 참고하여 주시기 바랍니다. / 식단 메뉴에 윤료가 제공되지 않는 경우, 식수와 함께 제공바랍니다.
 * 연령별 음식의 크기, 저작 및 소화기능 등을 고려하여 맵거나, 짜지 않게 조리하고, 배식 시 배나 가시는 전부 제거 후 제공바랍니다.
 - 메고하고 등갈한 음식(방울토마토, 포도, 메주리알 등) 제공 시 세로방향으로 작게 썰고 급급 접점을 제거하여 제공 시 주의바랍니다.
 - 딱딱한 음식(콩, 땅콩, 견과류), 찰기있는 음식(떡 등)을 제공하지 않도록 합니다.
 * 파란색으로 표기된 메뉴는 1~2세, 3~5세 연령의 특성을 고려하여 다르게 구성되었습니다.
 * ○○색으로 표기된 메뉴는 원의 내부사정으로 영양사가 작성한 식단표 외 변경 및 추가되는 메뉴이므로, 제시된 영양소분석(열량/단백질)은 본 식단의 하위 값에 해당합니다.

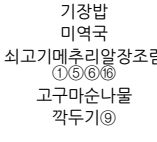
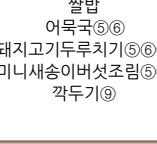
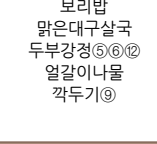
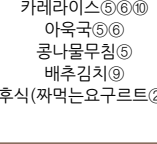
날짜	1일 (화)	2일 (수)	3일 (목)	4일 (금)	5일 (토)	
열량/단백질	634kcal/27g	609kcal/23g	627kcal/23g	620kcal/27g	423kcal/18g	
오전간식	달걀브로콜리죽⑤	수박	흑임자찰쌀죽	거봉	두유⑤	
중 식	쌀밥 맑은배춧국⑤⑥ 돼지고기채소볶음⑤⑥⑩⑪ 고사리나물⑤⑥ 각두기⑨	기장밥 들깨우채국⑤⑥ 닭고기당면찜⑤⑥⑪ 미나리나물 미역줄기볶음⑤ 배추김치⑨	쌀밥 육개장⑤⑥⑪ 마파두부⑤⑥⑪⑫ 미역줄기볶음⑤ 각두기⑨	차조밥 맑은대구살국 쇠고기당근볶음⑤⑥⑪ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨	닭가슴살덮밥⑤⑥⑪⑫ 맑은새송이버섯국⑤⑥ 각두기⑨ 후식(짜먹는요구르트②)	
	단호박튀김⑤⑥, 우유②	머핀①②⑤⑥, 우유②	★새우살애호박전⑤⑥⑨	잔치국수⑤⑥	☆	
날짜	7일 (월)	8일 (화)	9일 (수)	10일 (목)	11일 (금)	12일 (토)
열량/단백질	634kcal/28g	628kcal/27g	603kcal/23g	648kcal/25g	619kcal/25g	429kcal/14g
오전간식	참외	양배추오이죽	복숭아⑩	브로콜리쌀수프②	바나나	미숫가루⑤+우유②
중 식	쌀밥 콩비릿국⑤ 돈육찜쌀구이⑤⑥⑩⑪ 표고버섯볶음⑤ 배추김치⑨	보리밥 맑은썩갓국 닭고기장동채볶음⑤⑥⑪ 불어묵조림⑤⑥ 각두기⑨	쌀밥 열무된장국⑤⑥ 쇠고기장동채볶음⑤⑥⑪ 근대나물 배추김치⑨	기장밥 맑은아욱국⑤⑥ 일연수국이⑤ 얼갈이참깨무침⑤⑥ 각두기⑨	짜장밥⑤⑥⑩⑪ 대파달걀국① 취나물무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식(짜먹는요구르트②)	쇠고기쌀국수⑤⑥⑩⑪ 채소주먹밥⑤ 각두기⑨ 후식(꿀)
	모닝빵①②⑤⑥, 우유②	삶은달걀①, 식혜	감자구이⑤, 우유②	잔멸치채소볶음밥⑤⑥	군만두⑤⑥⑩⑪	☆
날짜	14일 (월)	15일 (화)	16일 (수)	17일 (목)	18일 (금)	19일 (토)
열량/단백질	652kcal/23g	604kcal/27g	629kcal/22g	654kcal/24g	608kcal/22g	417kcal/16g
오전간식	오렌지	흰살생선살채소죽	키위	미나리파프리카죽	멜론	두유⑤
중 식	차조밥 시금치된장국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑩⑪ 무나물 배추김치⑨	쌀밥 쇠고기사바탕⑤⑥⑩⑪ 두부구이⑤+양념장⑤⑥ 가지볶음⑤⑥⑩⑪ 각두기⑨	보리밥 콩나물국⑤ 돼지고기사태찜⑤⑥⑩⑪ 브로콜리된장마요①⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 맑은바지락국⑩ 쇠불고기⑤⑥⑩⑪ 느타리버섯무침 배추김치⑨	기장밥 들깨고사릿국 미트볼간장조림⑤⑥⑩⑪⑫ 달걀부추볶음①⑤ 배추김치⑨	오징어볶음밥⑤⑥⑩⑪ 돈육부추국⑤⑥⑩⑪ 각두기⑨ 후식(파인애플)
	크림소스파게티①②⑤⑥	탕수육①⑤⑥⑩⑪ +소스⑤⑥	롤케이크①②⑤⑥	고구마범벅샐러드①⑤ 우유②	우영치즈주먹밥②⑤⑥	☆
날짜	21일 (월)	22일 (화)	23일 (수)	24일 (목) 추석연휴	25일 (금) 추석	26일 (토) 추석연휴
열량/단백질	647kcal/22g	638kcal/22g	635kcal/26g			
오전간식	사과	감자당근수프②	포도			
중 식	★새우살채소덮밥⑤⑥⑨ 쇠고기묵국⑤⑥⑩⑪ 갯잎순나물⑤⑥ 배추김치⑨ 후식(떡먹는요구르트②)	차조밥 맑은애호박국⑤⑥ 쇠고기채소조림⑤⑥⑩⑪ 아욱된장무침⑤⑥ 각두기⑨	쌀밥 맑은버섯국⑤⑥ 동태전①⑤⑥ 고구마순나물 배추김치⑨			
오후간식	유부초밥①⑤⑥	우동⑤⑥	카스테라①②⑤⑥ 우유②			
날짜	28일 (월)	29일 (화)	30일 (수)			
열량/단백질	614kcal/22g	605kcal/25g	622kcal/25g			
오전간식	파인애플	조갯살무죽⑩	배			
중 식	보리밥 미역국 쇠고기단호박찜⑤⑥⑩ 참나물들기름무침⑤⑥ 각두기⑨	쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑪ 시금치개소스무침⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 맑은숙주국 간장닭볶음탕⑤⑥⑩⑪ 양송이버섯볶음⑤ 각두기⑨			
오후간식	닭고기갈국수⑥⑫	부추전①⑤⑥ 어린이주스	후래쉬버①②⑤⑥ 우유②			
원산지 표시 수입산인 경우 국가명 작성	쌀(밥, 진밥, 누룽지)	콩(두부류, 콩국수, 콩비지)	수산물	김치(얼갈이, 봄동, 물김치포함)		
	국 내 산	국 내 산	동태·명태: 러시아산 오징어: 국내산	배추: 국내산, 고춧가루: 국내산		
	쇠고기 * 국내산 쇠고기의 경우 식재료 표시 생략	돼지고기	닭고기	오리고기	가공식품 * 가공식품의 원산지표시는 센터 조리지침서에 준한 표기입니다.	
	(한우) 국 내 산	국 내 산	국 내 산	국 내 산	15일 탕수육 - 돼지고기 국내산 18일 미트볼 - 돼지고기 국내산, 닭고기 국내산	

* 연령별 식재료의 크기 및 조리법은 조리지침서를 꼭 참고하여 주시기 바랍니다. / 식단 메뉴에 윤료가 제공되지 않는 경우, 식수와 함께 제공바랍니다.
 * 연령별 음식의 크기, 저작 및 소화기능 등을 고려하여 맵거나, 짜지 않게 조리하고, 배식 시 배나 가시는 전부 제거 후 제공바랍니다.
 - 메고하고 등갈한 음식(방울토마토, 포도, 메주리알 등) 제공 시 세로방향으로 작게 썰고 급급 접점을 제거하여 제공 시 주의바랍니다.
 - 딱딱한 음식(콩, 땅콩, 견과류), 찰기있는 음식(떡 등)을 제공하지 않도록 합니다.
 * 파란색으로 표기된 메뉴는 1~2세, 3~5세 연령의 특성을 고려하여 다르게 구성되었습니다.
 * ○○색으로 표기된 메뉴는 원의 내부사정으로 영양사가 작성한 식단표 외 변경 및 추가되는 메뉴이므로, 제시된 영양소분석(열량/단백질)은 본 식단의 하위 값에 해당합니다.

날짜		1일 (화)	2일 (수)	3일 (목)	4일 (금)	
열량/단백질		241kcal/11g	254kcal/14g	255kcal/10g	246kcal/12g	
석 식		차조밥 감자국⑤⑥ 고등어구이⑤⑦ 들기름가지나물⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 맑은건초합국⑩ 쇠고기팽이버섯볶음⑤⑥⑩ 햇잎순나물⑤⑥ 깍두기⑨	보리밥 맑은채소국⑤ 간장제육볶음⑤⑥⑩ 시금치깨소스무침⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 닭가장⑩ 우유달걀찜①② 아욱된장무침⑤⑥ 깍두기⑨	
날짜		7일 (월)	8일 (화)	9일 (수)	10일 (목)	11일 (금)
열량/단백질		265kcal/11g	267kcal/8g	248kcal/12g	252kcal/11g	268kcal/11g
석 식		기장밥 미역국 쇠고기매추리알장조림①⑤⑥⑩ 고구마순나물 깍두기⑨	쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 실곤약채소무침⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 북엇국① 두부스테이크①⑤⑥ +소스⑤⑥⑫ 애호박볶음⑤⑨ 깍두기⑨	쌀밥 모듬바섯국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑫ 콘솔로우샐러드①⑤ 배추김치⑨	보리밥 백장떡국⑤⑦ 오리주물럭⑤⑥ 숙주나물 깍두기⑨
날짜		14일 (월)	15일 (화)	16일 (수)	17일 (목)	18일 (금)
열량/단백질		263kcal/10g	259kcal/10g	251kcal/11g	252kcal/12g	246kcal/10g
석 식		쌀밥 어묵국⑤⑥ 돼지고기두루치기⑤⑥⑩ 미니새송이버섯조림⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 건새우국⑨ 쇠고기연근조림⑤⑥⑩ 미나리나물 배추김치⑨	오므라이스①⑤⑫ 맑은근대국⑤⑥ 잔멸치채소볶음⑤⑥ 깍두기⑨ 후식(자두)	차조밥 취나물된장국⑤⑥ 닭갈비구이⑤⑥⑩ 오이나물 배추김치⑨	쌀밥 콩가루배춧국⑤⑥ 삼치엿장구이⑤⑥ 청경채양파볶음⑤ 깍두기⑨
날짜		21일 (월)	22일 (화)	23일 (수)	24일 (목) 추석연휴	25일 (금) 추석
열량/단백질		250kcal/12g	247kcal/12g	252kcal/12g		
석 식		보리밥 맑은대구살국 두부강장⑤⑥⑫ 얼갈이나물 깍두기⑨	쌀밥 맑은쑥갓국 매실소스달걀구이⑤⑥⑩ 도토리묵참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 양배추된장국⑤⑥ 돼지고기파프리카잡채⑤⑥⑩ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨	보름달과 나뭇잎 한가위 보내세요	
날짜		28일 (월)	29일 (화)	30일 (수)	식품 알레르기 유발식품 번호	
열량/단백질		263kcal/11g	243kcal/10g	268kcal/10g		
석 식		카레라이스⑤⑥⑩ 아욱국⑤⑥ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨ 후식(짜먹는요구르트②)	차조밥 맑은육개장⑤⑥⑩ 채소달걀말이①⑤ 취나물볶음⑤⑥ 깍두기⑨	쌀밥 맑은연두부국⑤ 쇠고기당면볶음⑤⑥⑩ 브로콜리무침 배추김치⑨	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 등) ⑲걍 ※ ㉠아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.	

원산지 표시 수입산인 경우 국가명 작성	쌀(밥, 진밥, 누룽지)	콩두부류, 콩국수, 콩버찌	수산물	김치(얼갈이, 봄동, 물김치포함)
	국 내 산	국 내 산	고등어: 노르웨이산 오징어: 국내산	배추: 국내산, 고춧가루: 국내산
	쇠고기 * 국산 쇠고기 기준 40% 이상 국산	돼지고기	닭고기	오리고기
	(한우) 국 내 산	국 내 산	국 내 산	국 내 산
				10일 떡갈비 - 돼지고기 국내산, 쇠고기 국내산

* 연령별 식재료의 크기 및 조리법은 조리지침서를 꼭 참고하여 주시기 바랍니다. / 식단 메뉴에 유료가 제공되지 않는 경우, 식수와 함께 제공바랍니다.
* 연령별 음식의 크기, 저작 및 소화기능 등을 고려하여 맵거나, 짜지 않게 조리하고, 배식 시 뼈나 가시는 전부 제거 후 제공바랍니다.
* 메고집고 등글한 음식(방울토마토, 포도, 메추리알 등) 제공 시 세로방향으로 각계 썰고 가급적 껍질을 제거하여 제공 시 주의바랍니다.
* 딱딱한 음식(콩, 땅콩, 견과류), 찰기있는 음식(떡 등)을 제공하지 않도록 합니다.
* 파란색으로 표기된 메뉴는 1~2세, 3~5세 연령의 특성을 고려하여 다르게 구성되었습니다.
* ○○색으로 표기된 메뉴는 원의 내부사정으로 영양사가 작성한 식단표 외 변경 및 추가되는 메뉴이므로, 제시된 영양소분석(열량/단백질)은 본 식단의 하위 값에 해당됩니다.

날짜		1일 (화)	2일 (수)	3일 (목)	4일 (금)	
열량/단백질		371kcal/17g	391kcal/22g	392kcal/15g	379kcal/18g	
석 식		차조밥 감자국⑤⑥ 고등어구이⑤⑦ 들기름가지나물⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 맑은건홍합국⑩ 쇠고기팽이버섯볶음⑤⑥⑩ 갯잎순나물⑤⑥ 깍두기⑨	보리밥 맑은채소국⑤ 간장제육볶음⑤⑥⑩ 시금치깨소스무침⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 닭개장⑩ 우유달걀찜①② 아욱된장무침⑤⑥ 깍두기⑨	
		날짜	7일 (월)	8일 (화)	9일 (수)	10일 (목)
열량/단백질		407kcal/17g	411kcal/12g	382kcal/19g	388kcal/17g	412kcal/17g
석 식		기장밥 미역국 쇠고기매추리알장조림①⑤⑥⑩ 고구마순나물 깍두기⑨	쌀밥 곤드레된장국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 실곤약채소무침⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 북엇국① 두부스테이크①⑤⑥ +소스⑤⑥⑫ 애호박볶음⑤⑨ 깍두기⑨	쌀밥 모듬버섯국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑫ 콘솔로우샐러드①⑤ 배추김치⑨	보리밥 백종떡국⑤⑦ 오리주물럭⑤⑥ 숙주나물 깍두기⑨
		날짜	14일 (월)	15일 (화)	16일 (수)	17일 (목)
열량/단백질		405kcal/15g	399kcal/16g	386kcal/17g	388kcal/18g	387kcal/16g
석 식		쌀밥 어묵국⑤⑥ 돼지고기두루치기⑤⑥⑩ 미니새송이버섯조림⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 건새우국⑨ 쇠고기연근조림⑤⑥⑩ 미나리나물 배추김치⑨	오므라이스①⑤⑫ 맑은근대국⑤⑥ 잔멸치채소볶음⑤⑥ 깍두기⑨ 후식(자두)	차조밥 취나물된장국⑤⑥ 닭갈비구이⑤⑥⑩ 오이나물 배추김치⑨	쌀밥 콩가루배춧국⑤⑥ 삼치엿장구이⑤⑥ 청경채양파볶음⑤ 깍두기⑨
		날짜	21일 (월)	22일 (화)	23일 (수)	24일 (목) 추석연휴
열량/단백질		384kcal/18g	380kcal/19g	388kcal/19g		
석 식		보리밥 맑은대구살국 두부강장⑤⑥⑫ 얼갈이나물 깍두기⑨	쌀밥 맑은쑥갓국 매실소스달걀구이⑤⑥⑩ 도토리묵참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 양배추된장국⑤⑥ 돼지고기파프리카잡채⑤⑥⑩⑫ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨	보름달하와나눔한 한가위 보내세요	
		날짜	28일 (월)	29일 (화)	30일 (수)	식품 알레르기 유발식품 번호
열량/단백질		404kcal/17g	374kcal/15g	412kcal/16g	식품 알레르기 유발식품 번호	
석 식		카레라이스⑤⑥⑩ 아욱국⑤⑥ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨ 후식(짜먹는요구르트②)	차조밥 맑은육개장⑤⑥⑩ 채소달걀말이①⑤ 취나물볶음⑤⑥ 깍두기⑨	쌀밥 맑은연두부국⑤ 쇠고기당면볶음⑤⑥⑩ 브로콜리무침 배추김치⑨	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 등) ⑳걍 ※ ㉠아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.	

원산지 표시 수입산인 경우 국가명 작성	쌀(밥, 진밥, 누룽지)	콩두부류, 콩국수, 콩버찌	수산물	김치(얼갈이, 봄동, 물김치포함)
	국 내 산	국 내 산	고등어: 노르웨이산 오징어: 국내산	배추: 국내산, 고춧가루: 국내산
	쇠고기 * 국산 쇠고기 기준 40% 이상 국산	돼지고기	닭고기	오리고기
	(한우) 국 내 산	국 내 산	국 내 산	국 내 산
				10일 떡갈비 - 돼지고기 국내산, 쇠고기 국내산

* 연령별 식재료의 크기 및 조리법은 조리지침서를 꼭 참고하여 주시기 바랍니다. / 식단 메뉴에 유료가 제공되지 않는 경우, 식수와 함께 제공바랍니다.
* 연령별 음식의 크기, 저작 및 소화기능 등을 고려하여 맵거나, 짜지 않게 조리하고, 배식 시 뼈나 가시는 전부 제거 후 제공바랍니다.
* 메고집고 등글한 음식(방울토마토, 포도, 메추리알 등) 제공 시 세로방향으로 각계 썰고 가급적 껍질을 제거하여 제공 시 주의바랍니다.
* 딱딱한 음식(콩, 땅콩, 견과류), 찰기있는 음식(떡 등)을 제공하지 않도록 합니다.
* 파란색으로 표기된 메뉴는 1~2세, 3~5세 연령의 특성을 고려하여 다르게 구성되었습니다.
* ○○색으로 표기된 메뉴는 원의 내부사정으로 영양사가 작성한 식단표 외 변경 및 추가되는 메뉴이므로, 제시된 영양소분석(열량/단백질)은 본 식단의 하위 값에 해당됩니다.