

- 7월의 푸드브릿지 식품 '파프리카'
- 푸드브릿지는 아이들에게 생소하거나 기호가 낮은 식재료와 친해질 수 있도록 음식에서 식품의 노출을 점차 늘려가 편식을 예방하는 방법입니다.
- 나다운데이(Na DOWN DAY)는 '나트륨 다운 데이'로 국 없는 날을 말합니다.
 - ♥ 표시는 제철 식재료를 포함한 메뉴입니다. (7월 제철 식재료 : 복숭아, 감자)

일자			1일(수)/나다운데이	2일(목)/푸드브릿지	3일(금)
원산지	※ 식자재 수급에 따라 원산지가 변경될 수 있습니다.		쇠고기-국내산,한우 두부(콩)-국내산	소시지(돼지고기)-국내산	닭고기-국내산
오전간식			두유⑤	파프리카죽	♥과일(복숭아⑩)
점심	※ 원산지 일괄 표시 (고기류 등 원산지가 식단별로 다를 경우 별도 표시) ○ 쌀(밥, 죽, 누룽지) : 국내산 ○ 배추김치: 배추-국내산, 고춧가루-국내산 ○ 백김치: 배추-국내산 ※ 문의사항(영양기획팀) ☎ 031-399-7335, 7339		쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑩ 두부조림⑤⑥ 과일(수박) 김치(백김치⑨)	밥(쌀밥) 달걀국①⑤⑥ 소시지구이⑤⑥⑩ 팽이버섯나물 김치(깍두기⑨)	밥(참쌀밥) 견새우묵국⑨ 치킨가스①⑤⑥⑩&소스①⑤ 콩나물무침⑤ 김치(배추김치⑨)
오후간식			빵(카스텔라①②⑤⑥)&우유②	♥찐감자와우유②	삼색주먹밥⑤&차(동굴레차)
열량/단백질			453.1/18.4	449.5/14.5	412.0/15.7
일자	6일(월)	7일(화)	8일(수)/나다운데이	9일(목)	10일(금)
원산지	돼지고기-국내산	오리고기-국내산	돼지고기-국내산	참치(다랑어)-원양산 쇠고기-국내산,한우	닭고기-국내산 두부(콩)-국내산
오전간식	과일(참외)	♥감자참쌀죽	미숫가루우유②⑤	참치죽	과일(수박)
점심	밥(쌀밥) 근대된장국⑤⑥ 동그랑땡①⑤⑥⑩ 김자반⑤ 김치(배추김치⑨)	밥(현미밥) 맑은채개장⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 배추나물 김치(깍두기⑨)	돈육카레라이스 ②⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 오이무침⑤⑥ 과일(자두) 김치(배추김치⑨)	밥(수수밥) 어묵국⑤⑥ 쇠고기부추볶음⑤⑥⑩ 가지나물⑤⑥ 김치(백김치⑨)	밥(쌀밥) 달걀양파국⑩ 두부구이⑤&양념장⑤⑥ 얼무무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨)
오후간식	빵(밤식빵①②④⑤⑥&우유②)	시리얼⑤⑥&우유②	삶은달걀①&차(매실차)	달콤단호박조림&우유②	빵(롤케이크①②⑤⑥)&우유②
열량/단백질	433.6/20.7	436.2/13.9	410.0/17.5	431.6/16.0	441.2/15.7
일자	13일(월)	14일(화)	15일(수)/초복 /나다운데이/푸드브릿지	16일(목)	17일(금)/제헌절
원산지	쇠고기-국내산,한우	두부(콩)-국내산 쇠고기-국내산,한우	닭고기-국내산	쇠고기-국내산,한우	
오전간식	과일(사과)	과일(참외)	♥과일(복숭아⑩)	누룽지죽	
점심	밥(흑미밥) ♥감장국⑤⑥ 쇠고기당근볶음⑤⑥⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 김치(백김치⑨)	밥(쌀밥) 두부미역국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑩ 애호박나물⑤ 김치(깍두기⑨)	파프리카달걀필라프⑤⑥⑩ 잔멸치볶음⑤⑥ 요구르트② 김치(배추김치⑨)	밥(쌀밥) 쇠고기미역국⑤⑥⑩ 달걀장조림①⑤⑥ 연근참깨소스무침①⑤⑥ 김치(깍두기⑨)	
오후간식	빵(잼샌드위치①②⑤⑥)&우유②	생일케이크①②⑤⑥&우유②	수박화채②	찐고구마&차(옥수수차)	
열량/단백질	451.0/19.0	468.8/15.8	410.0/14.1	413.9/11.0	
일자	20일(월)	21일(화)	22일(수)/나다운데이	23일(목)	24일(금)
원산지	닭고기-국내산	돼지고기-국내산	쇠고기-국내산,한우	두부(콩)-국내산 닭고기-국내산	돼지고기-국내산
오전간식	과일(바나나)	참쌀무죽	미숫가루우유②⑤	두부죽⑤	과일(바나나)
점심	밥(기장밥) 달콤탕⑤ 어묵조림⑤⑥ 오이나물⑤ 김치(배추김치⑨)	밥(쌀밥) 아욱된장국⑤⑥ 돈육표고버섯볶음⑤⑥⑩ 숙주당근무침 김치(깍두기⑨)	쇠고기유부볶음밥⑤⑩ 무나물⑨ 치즈② 김치(배추김치⑨)	밥(차조밥) 들깨배추국⑤⑥ 간장달걀볶음⑤⑥⑩ 참나물무침 김치(깍두기⑨)	밥(쌀밥) 미역국⑤⑥ 돈가스&소스①⑤⑥⑩⑫ 콩나물무침⑤ 김치(배추김치⑨)
오후간식	미니자장우동⑤⑥	과일요거트범벅①②⑤	시리얼⑤⑥&우유②	♥감자버터구이②&차(보리차)	생일케이크①②⑤⑥&우유②
열량/단백질	401.3/10.7	408.0/14.2	445.8/18.9	403.5/14.7	492.7/21.3
일자	27일(월)	28일(화)/푸드브릿지	29일(수)/나다운데이	30일(목)	31일(금)
원산지	참치(다랑어)-원양산 두부(콩)-국내산	오리고기-국내산	닭고기-국내산	돼지고기-국내산	쇠고기-국내산,한우
오전간식	과일(토마토⑫)	브로콜리죽	두유⑤	달걀죽①	과일(오렌지)
점심	밥(쌀밥) 참치미역국⑤⑥ ♥원장마파두부⑤⑥ 청경채나물 김치(깍두기⑨)	밥(참쌀밥) 콩나물국⑤ 훈제오리볶음②⑤⑥⑩ ♥파프리카무침⑤⑥ 김치(깍두기⑨)	치킨마요덮밥①⑤⑥⑩ 새우살양파조림⑤⑥⑨ 떠먹는요구르트② 김치(백김치⑨)	밥(쌀밥) 애호박된장국⑤⑥ 돼지두루치기⑤⑥⑩ 양배추나물 김치(깍두기⑨)	밥(현미밥) 느타리버섯맑은국 쇠불고기⑤⑥⑩ 청포묵무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨)
오후간식	물만두⑤⑥⑩	로제스파게티②⑤⑥⑫	과일(사과)&우유②	단호박범벅②&우유②	빵(헛게이크①②⑤⑥)&우유②
열량/단백질	435.5/16.7	426.1/15.0	492.1/24.0	438.0/18.2	452.8/17.4

식품의약품안전처에서 제시하는 19가지 식품을 식단에 표시하였습니다.

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아
⑫토마토 ⑬야황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲장

- * 야황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
- * 센터의 표준레시피에 준하여 식품알레르기 유발식품 표시하였으므로 메뉴에 표시된 유발식품 포함 여부는 차이가 있을 수 있습니다.
- * 제시된 식품 이외의 식품에도 알레르기 증상이 있을 수 있으니, 식품알레르기 원아의 경우 각별히 주의하시기 바랍니다.
- * 가공식품마다 포함된 성분이 다르므로 반드시 '원재료명'에 유발식품이 있는지 확인하시기 바랍니다.