

일자(요일)	<식단 안내사항 및 설명>	1(화)	2(수)	3(목)	4(금)			
오전간식	저장 후, QR을 길게 눌러 확인해 주세요	버섯죽⑤⑥	오이스틱 플레인요거트②	우유미숫가루②⑤⑥	복숭아⑪ 치즈②			
점심		수수밥 아욱된장국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기⑨	새우살달걀볶음밥①⑤⑥⑨ 콩나물국⑤⑥ 우엉조림⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 순두부백탕⑤⑥ 돈가스+소스①⑤⑥⑩⑫ 참나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 우동장국⑤⑥ 소고기청경채볶음⑤⑥⑬ 무나물⑤⑥ 백김치⑨			
오후간식		찐단호박 두유⑤	소보로빵①②④⑤⑥ 우유②	잔치국수⑤⑥	감자버터구이② 두유⑤			
열량/단백질 (kcal/g)		442/16	460/18	471/20	432/14			
일자(요일)	7(월)	8(화)	9(수)	10(목)	11(금)			
오전간식	포도 우유②	참깨죽	바나나 플레인요거트②	크림수프 ②⑤⑥⑬⑭	사과 치즈②			
점심	차조밥 애호박된장국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 열무나물⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 수제빳국⑤⑥ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 오이무침⑤⑥ 깍두기⑨	< 국 없는 날 > 소고기소보로비빔밥⑤⑥⑬ 맑은송농 연근조림⑤⑥ 백김치⑨	발아현미밥 김치국⑤⑥⑨ 두부스테이크+소스①⑤⑥⑬⑭) 비름나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 미소장국⑤⑥ 찜닭⑤⑥⑬ 가지나물⑤⑥ 백김치⑨			
오후간식	어묵탕⑤⑥	찐고구마 두유⑤	핫케이크①②⑤⑥ 우유②	오곡시리얼⑤⑥ 두유⑤	메밀국수③⑤⑥			
열량/단백질 (kcal/g)	441/22	490/17	468/15	498/16	428/18			
일자(요일)	14(월)	15(화)	16(수) 생일식단	17(목)	18(금)			
오전간식	포도 우유②	달걀죽①	사과 우유②	고구마스틱 두유⑤	바나나 치즈②			
점심	백미밥 무쌈국⑤⑥ 두부조림⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 백김치⑨	팽이버섯된장국⑤⑥ 오징어볶음⑤⑥⑦ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑬ 잡채⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 된장찌개⑤⑥ 소고기깻잎볶음⑤⑥⑬ 과일샐러드①⑤ 깍두기⑨	흑미밥 새우살맑은국⑤⑥⑨ 돼지사태찜⑤⑥⑩ 상추사과무침⑤⑥ 백김치⑨			
오후간식	채소주먹밥⑤⑥ 보리차	찐감자 두유⑤	케이크①②⑤⑥ 우유②	로제스파게티 ②⑤⑥⑬⑭⑮⑯	두부가지완자전①⑤⑥ 매실차			
열량/단백질 (kcal/g)	447/16	421/17	517/18	477/18	420/18			
일자(요일)	21(월)	22(화)	23(수)	24(목)	25(금) 추석			
오전간식	배 우유②	치즈채소죽②	포도 플레인요거트②					
점심	차조밥 감자국⑤⑥ 삼치데리야끼조림⑤⑥ 숙주나물⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 열갈이된장국⑤⑥ 훈제오리구이⑤ 양배추새콤무침 깍두기⑨	< 국 없는 날 > 삼색나물비빔밥⑤⑥ 맑은송농 제육볶음⑤⑥⑩ 백김치⑨					
오후간식	우동⑤⑥	찐단호박 두유⑤	참쌀유과⑤ 두유⑤					
열량/단백질 (kcal/g)	436/18	433/15	472/16					
일자(요일)	28(월)	29(화)	30(수)	이달의 푸드브릿지 식재료 <버섯> ▶ 푸드브릿지란? 편식 식재료를 단계별로 다양한 음식을 제공하여 싫어하는 음식을 친숙하게 만드는 방법이에요! ▶ 버섯은, ① 느린맛 새송이버섯 양송이버섯 팽이버섯 등 다양한 종류가 있어요! ② 식이섬유가 많아 변비를 예방해 줘요! ③ 항암 효과와 피를 맑게 하는 작용이 있어 성인병을 예방해 줘요!				
오전간식	사과 우유②	닭살죽⑤⑥⑬	파프리카스틱 플레인요거트②					
점심	백미밥 황태국⑤⑥ 두부부침①⑤⑥ 새송이버섯조림⑤⑥ 백김치⑨	발아현미밥 배추맑은국⑤⑥ 새우살브로콜리볶음⑤⑥⑨ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨	하이라이스②⑤⑥⑬⑭⑮⑯ 달걀찜국①⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑩⑬ 백김치⑨					
오후간식	물만두⑤⑥⑩ 동굴레차	찐고구마 두유⑤	카스테라①②⑤⑥ 우유②					
열량/단백질 (kcal/g)	446/21	443/17	485/21					
★ /가시는 전부 제거하며, [견과류, 빵, 떡, 과일 등] 표면이 날카롭거나 미끄럽고 질식 위험이 있는 음식들은 잘게 자르고 교사의 관찰 아래 안전하게 제공해 주시기 바랍니다.								
★ 알레르기 유발 식품 표시: 알레르기 반응을 보이는 아동에게는 해당 식품이 들어간 식품 및 가공식품에 각별한 주의를 요함								
알레르기 유발 ①난류(가금류에 한함) ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야채산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어								
식품 표시 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲갯 (*들깨 알레르기가 있는 영유아의 경우 들깨메뉴 제공 시 주의해 주세요)								
* 야채산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.								
원산지 표시	쌀 (밥/죽/누룽지) (백미/정미/잡곡) 국산/수입	콩	김치	소고기 (빨간색 표시)	돼지고기	닭고기	오리 고기	수산물
	두부류	고춧가루	배추	한우	육우	젓소		오징어, 새우살
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
식육가공품				돈가스[3일] (돼지고기)	떡갈비[16일] (돼지고기/소고기)		너비아니[30일] (돼지고기/소고기)	
				국내산	국내산		국내산	
★ 가공식품의 항목은 발주 품목에 따라 매달 달라질 수 있으므로 필요시 해당하는 종류로 수정 및 삭제하고, 제품의 원산지 및 알레르기 유발 식품 표시를 확인 후 기재 바랍니다.								

일자(요일)	<식단 안내사항 및 설명> 저장 후, QR을 길게 눌러 확인해 주세요	1(화)	2(수)	3(목)	4(금)												
오전간식		버섯죽⑤⑥	오이스틱 플레인요거트②	우유미숫가루②⑤⑥	복숭아⑪ 치즈②												
점심		수수밥 아욱된장국⑤⑥ 돼지목살구이⑤⑩ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기⑨	새우살달걀볶음밥①⑤⑥⑨ 콩나물국⑤⑥ 우엉조림⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 순두부백탕⑤⑥ 돈가스+소스①⑤⑥⑩⑫ 참나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 우동장국⑤⑥ 소고기청경채볶음⑤⑥⑬ 무나물⑤⑥ 백김치⑨												
오후간식		찐단호박 두유⑤	소보로빵①②④⑤⑥ 우유②	잔치국수⑤⑥	감자버터구이② 두유⑤												
열량/단백질 (kcal/g)		680/25	708/29	726/31	665/22												
일자(요일)	7(월)	8(화)	9(수)	10(목)	11(금)												
오전간식	포도 우유②	참깨죽	바나나 플레인요거트②	크림수프 ②⑤⑥⑬⑭	사과 치즈②												
점심	차조밥 애호박된장국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 열무나물⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 수제비국⑤⑥ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 오이무침⑤⑥ 깍두기⑨	< 국 없는 날 > 소고기소보로비빔밥⑤⑥⑬ 맑은송농 연근조림⑤⑥ 백김치⑨	발아현미밥 김치국⑤⑥⑨ 두부스테이크+소스①⑤⑥⑬⑭) 비름나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 미소장국⑤⑥ 찜닭⑤⑥⑬ 가지나물⑤⑥ 백김치⑨												
오후간식	어묵탕⑤⑥	찐고구마 두유⑤	핫케이크①②⑤⑥ 우유②	오곡시리얼⑤⑥ 두유⑤	메밀국수③⑤⑥												
열량/단백질 (kcal/g)	678/34	750/26	720/23	750/25	659/27												
일자(요일)	14(월)	15(화)	16(수) 생일식단	17(목)	18(금)												
오전간식	포도 우유②	달걀죽①	사과 우유②	고구마스틱 두유⑤	바나나 치즈②												
점심	백미밥 무채국⑤⑥ 두부조림⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 백김치⑨	수수밥 팽이버섯된장국⑤⑥ 오징어볶음⑤⑥⑦ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑬ 잡채⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 된장찌개⑤⑥ 소고기깻잎볶음⑤⑥⑬ 과일샐러드①⑤ 깍두기⑨	흑미밥 새우살맑은국⑤⑥⑨ 돼지사태찜⑤⑥⑩ 상추사과무침⑤⑥ 백김치⑨												
오후간식	채소주먹밥⑤⑥ 보리차	찐감자 두유⑤	케이크①②⑤⑥ 우유②	로제스파게티 ②⑤⑥⑬⑭⑯⑰	두부가지완자전①⑤⑥ 매실차												
열량/단백질 (kcal/g)	687/26	650/26	796/28	734/28	650/28												
일자(요일)	21(월)	22(화)	23(수)	24(목)	25(금) 추석												
오전간식	배 우유②	치즈채소죽②	포도 플레인요거트②														
점심	차조밥 감자국⑤⑥ 삼치데리야끼조림⑤⑥ 숙주나물⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 열갈이된장국⑤⑥ 훈제오리구이⑤ 양배추새콤무침 깍두기⑨	< 국 없는 날 > 삼색나물비빔밥⑤⑥ 맑은송농 제육볶음⑤⑥⑩ 백김치⑨														
오후간식	우동⑤⑥	찐단호박 두유⑤	참쌀유과⑤ 두유⑤														
열량/단백질 (kcal/g)	670/28	666/23	726/25	이달의 푸드브릿지 식재료 <버섯>													
일자(요일)	28(월)	29(화)	30(수)														
오전간식	사과 우유②	달걀죽⑤⑥⑬	파프리카스틱 플레인요거트②														
점심	백미밥 황태국⑤⑥ 두부부침①⑤⑥ 새송이버섯조림⑤⑥ 백김치⑨	발아현미밥 배추맑은국⑤⑥ 새우살브로콜리볶음⑤⑥⑨ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨	하이라이스②⑤⑥⑬⑭⑯⑰⑱ 달걀찜국①⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑩⑬ 백김치⑨	▶ 푸드브릿지 란? 편식 식재료를 단계별로 다양한 음식을 제공하여 싫어하는 음식을 친숙하게 만드는 방법이에요! ▶ 버섯 은, ① 느타리버섯 새송이버섯 양송이버섯 팽이버섯 등 다양한 종류가 있어요! ② 식이섬유가 많아 변비를 예방해 줘요! ③ 항암 효과와 피를 맑게 하는 작용이 있어 성인병을 예방해 줘요!													
오후간식	물만두⑤⑥⑩ 등굴레차	찐고구마 두유⑤	카스테라①②⑤⑥ 우유②														
열량/단백질 (kcal/g)	686/33	681/26	747/32														
★ 뽕/가시는 전부 제거하며, [견과류, 빵, 떡, 과일 등] 표면이 날카롭거나 미끄럽고 질식 위험이 있는 음식들은 잘게 자르고 교사의 관찰 아래 안전하게 제공해 주시기 바랍니다.																	
★ 알레르기 유발 식품 표시: 알레르기 반응을 보이는 아동에게는 해당 식품이 들어간 식품 및 가공식품에 각별한 주의를 요함																	
알레르기 유발 ①난류(가금류에 한함) ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산란 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어																	
식품 표시 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲갯 (*들깨 알레르기가 있는 영유아의 경우 들깨메뉴 제공 시 주의해 주세요)																	
* 야생산란류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.																	
원산지 표시	쌀 (밥/죽/누룽지) (백미/잡곡/흑미/수유/가래)	콩		김치		소고기 (빨간색 표시)		돼지고기	닭고기	오리 고기	수산물 오징어, 새우살						
		두부류		고춧가루		배추						한우		육우		절소	
		국내산		국내산		국내산						국내산		국내산		국내산	
		식육가공품										돈가스[3일] (돼지고기)		떡갈비[16일] (돼지고기/소고기)		너비아니[30일] (돼지고기/소고기)	
								국내산		국내산		국내산					
★ 가공식품의 항목은 발주 품목에 따라 매달 달라질 수 있으므로 필요시 해당하는 종류로 수정 및 삭제하고, 제품의 원산지 및 알레르기 유발 식품 표시를 확인 후 기재 바랍니다.																	