

〈식품 알레르기 유발물질 표기〉

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

일자/요일	★ 푸드브릿지란?		★ Birthday식단	1(목)저탄소식단	2(금)	3(토)개천절
오전간식			바나나/우유②	우유(호상요구르트)②	파인애플/우유②	
점심	같은 재료를 이용하여 단계별로 다양한 음식을 제공, 싫어하는 식품과 친해지게 만드는 방법입니다. step 1 : 재료의 형태를 알아볼 수 없게 하되 모양과 색 등으로 호기심 자극하기 step 2 : 거부하거나 골라내지 않도록 다른 재료와 섞어서 접하기 step 3 : 재료 본연의 맛을 느낄 수 있는 음식으로 만들어 주기		쌀밥/배추김치⑨ 새우살미역국⑨ 쇠불고기⑤⑥⑬ 한식잡채⑤⑥	수수밥/배추김치⑨ 달걀국① 고등어조림⑤⑥⑦ 숙주나물무침	흑미밥/배추김치⑨ 두부된장국⑤⑥ 달걀브로콜리볶음⑤⑥⑬ 오이나물	개천절 
오후간식	이달의 주인공은 '밤' 🍌 입니다.		케이크①②⑤⑥	step1밤죽	찐고구마/보리차	
열량/단백질			457.1/15.6	442.6/20.4	405.8/17.5	
일자/요일	5(월)대체휴일	6(화)	7(수)★일품 Day	8(목)	9(금)한글날	10(토)★Family Day
오전간식		우유(호상요구르트)②	배/우유②	포도/우유(호상요구르트)②		우유②
점심	개천절 	쌀밥/배추김치⑨ 감자양파국⑤⑥ 돈육파프리카볶음⑤⑥⑩ 도토리묵무침⑤⑥	쇠고기팽이버섯덮밥⑤⑥⑬ 근대된장국⑤⑥ 무른잔멸치볶음 깍두기⑨	차조밥/배추김치⑨ 흰살생선국 순살찜닭⑤⑥⑬ 무나물	한글날 	칼국수⑤⑥ 쌀밥½ 채소전①⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식		미니우동⑤⑥⑦⑨⑬⑭	딸기잼샌드위치①②⑤⑥ /통굴레차	당근참깨주먹밥⑤		
열량/단백질		431.8/19.1	382.5/16.7	453.2/20		413.7/14.7
일자/요일	12(월)	13(화)	14(수)★일품 Day	15(목)	16(금)제철식단	17(토)★Family Day
오전간식	사과/우유②	우유(호상요구르트)②	바나나/우유②	우유(호상요구르트)②	단감/우유②	우유②
점심	흑미밥/깍두기⑨ 황태두국⑤⑥ 달걀피망볶음⑤⑥⑬ 얼갈이배추나물	수수밥/배추김치⑨ 맑은애호박국⑨ 쇠고기데리야끼볶음 ⑤⑥⑬⑭⑮ 콩나물무침⑤	치킨까스①②⑤⑥⑬ & 허니머스타드소스①⑤ 쌀밥½/모듬버섯국⑤⑥ 양상추샐러드② 배추김치⑨	기장밥/깍두기⑨ 들깨미역국⑤⑥ 메추리알카레볶이 ①②⑤⑥⑬⑭⑮⑯ 양배추나물	차조밥/배추김치⑨ 쇠고기무국⑤⑥⑬ step2밤돈육볶고기 ⑤⑥⑩ 무른연근조림⑤⑥	게살채소볶음밥①②⑤⑥⑧⑩ 맑은숙주국 청경채무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	쌀국수	핫케이크①②⑤⑥/옥수수차	밥새우주먹밥⑤⑨	어묵탕①②⑤⑥⑧⑨⑯	찐단호박/매실차	
열량/단백질	421.4/20.5	471.5/18.5	430/22	405.8/18.9	456/17.9	237.1/10.7
일자/요일	19(월)	20(화)	21(수)★일품 Day	22(목)저탄소식단	23(금)	24(토)★Family Day
오전간식	파인애플/우유②	우유(호상요구르트)②	키위/우유②	우유(호상요구르트)②	배/우유②	우유②
점심	기장밥/깍두기⑨ 된장찌개⑤⑥ 돈육양파볶음⑤⑥⑩ 아욱나물⑤⑥	차조밥/배추김치⑨ 맑은표고버섯국⑤⑥ 쇠고기곤약조림⑤⑥⑬ 브로콜리참깨소스무침 ①⑤⑥⑬	돈육하이라이스 ②⑤⑥⑩⑬⑭⑮⑯ 가쓰오부시강국⑤⑥⑦⑨⑬⑯ 오이나물 배추김치⑨	흑미밥/배추김치⑨ 순두부국⑤⑥ 삼치구이⑤ 무생채	수수밥/배추김치⑨ 시금치된장국⑤⑥ 순살닭볶음탕⑤⑥⑬ 애호박나물⑤	쇠고기비빔밥①⑤⑥⑬ 콩나물국⑤ 김자반⑤ 배추김치⑨
오후간식	꼬마김밥(김밥주먹밥) ①②⑤⑥⑧⑩⑬⑭	궁중파스타⑤⑥⑧⑯	도넛①②⑤⑥/보리차	부추전⑤⑥	찐고구마/유자차	
열량/단백질	477.3/16.6	456.8/21.3	432.6/14.9	437.7/20.7	423.9/15.5	338.9/14.3
일자/요일	26(월)	27(화)	28(수)★일품 Day	29(목)	30(금)전통식단	31(토)
오전간식	단감/우유②	우유(호상요구르트)②	바나나/우유②	우유(호상요구르트)②	사과/우유②	우유②
점심	수수밥/배추김치⑨ 맑은두부국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 느타리버섯나물⑤	기장밥/깍두기⑨ 들깨배추국⑤⑥ 달걀당근조림⑤⑥⑬ 청경채나물⑤⑥	해물채소볶음밥⑤⑥⑧⑯ 달걀파국① 감자샐러드①⑤⑬ 배추김치⑨	차조밥/배추김치⑨ 미역국⑤⑥ 쇠고기굴소스조림⑤⑥⑧⑯⑰ 숙주나물무침	흑미밥/배추김치⑨ 돈육청국장찌개 ②⑤⑥⑧⑨⑩⑬⑭⑮⑯ 훈제오리구이①②⑤⑥⑬⑭ 김자반⑤	잔치국수⑤⑥ 쌀밥½ 춘권튀김⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	짜장면②⑤⑥⑩⑬⑭⑮	토마토리조프 ②⑤⑥⑬⑭⑮⑯	수제비⑤⑥	step3참고구마맛탕⑤ /통굴레차	소보로빵①②④⑤⑥ /식혜	
열량/단백질	423.6/16.3	431.3/18.5	440/17.8	449/17	475.9/17.1	399.1/14.4

원산지표시

쌀(백미, 찰쌀, 현미, 흑미 등)		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	콩류				배추김치	
국내산	국내산	한우	국내산	국내산	국내산	두부	연두부	순두부	콩비지	배추(얼갈이포함)	고춧가루
						국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
수산물			수산물가공품			식육가공품					
고등어	동태(명태)	오징어	어묵	맛살(게살)	치킨까스	햄	훈제오리				
국내산	러시아산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	산			

* 만1~2세 식단의 배추김치는 백김치 제공을 권장함

〈식품 알레르기 유발물질 표기〉

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

일자/요일	★ 푸드브릿지란?		★ Birthday식단		1(목) 저탄소식단	2(금)	3(토)개천절
오전간식			바나나/우유②		우유(호상요구르트)②	파인애플/우유②	
점심	같은 재료를 이용하여 단계별로 다양한 음식을 제공, 싫어하는 식품과 친해지게 만드는 방법입니다. step 1 : 재료의 형태를 알아볼 수 없게 하되 모양과 색 등으로 호기심 자극하기 step 2 : 거부하거나 골라내지 않도록 다른 재료와 섞어서 접하기 step 3 : 재료 본연의 맛을 느낄 수 있는 음식으로 만들어 주기		 쌀밥/배추김치⑨ 새우살미역국⑨ 쇠불고기⑤⑥⑬ 한식잡채⑤⑥ 케이크①②⑤⑥		수수밥/배추김치⑨ 달걀국① 고등어조림⑤⑥⑦ 숙주나물무침 step1밤죽	흑미밥/배추김치⑨ 두부된장국⑤⑥ 닭살브로콜리볶음⑤⑥⑮ 오이나물 찐고구마/보리차	
오후간식	이달의 주인공은 ‘밤 🍌’입니다.		668.2/22.3		611/28	589.4/25.3	
열량/단백질			668.2/22.3		611/28	589.4/25.3	
일자/요일	5(월)대체휴일	6(화)	7(수)★일품 Day	8(목)	9(금)한글날	10(토)★Family Day	
오전간식		우유(호상요구르트)②	배/우유②	포도/우유(호상요구르트)②		우유②	
점심		쌀밥/배추김치⑨ 감자양파국⑤⑥ 돈육파프리카볶음⑤⑥⑩ 도토리묵무침⑤⑥	쇠고기팽이버섯덮밥⑤⑥⑬ 근대된장국⑤⑥ 잔멸치볶음 깍두기⑨	차조밥/배추김치⑨ 흰살생선국 순살찜닭⑤⑥⑮ 무나물		칼국수⑤⑥ 쌀밥½ 채소전①⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식		미니우동⑤⑥⑦⑨⑬⑮	딸기잼샌드위치①②⑤⑥ /동굴레차	당근참깨주먹밥⑤			
열량/단백질		594.2/26.1	553.5/24.1	662.2/29.1		566.4/19.2	
일자/요일	12(월)	13(화)	14(수)★일품 Day	15(목)	16(금)제철식단	17(토)★Family Day	
오전간식	사과/우유②	우유(호상요구르트)②	바나나/우유②	우유(호상요구르트)②	단감/우유②	우유②	
점심	흑미밥/깍두기⑨ 황태무국⑤⑥ 닭살피망볶음⑤⑥⑮ 얼갈이배추나물	수수밥/배추김치⑨ 맑은애호박국⑨ 쇠고기데리야끼볶음 ⑤⑥⑫⑮⑬⑮ 콩나물무침⑤	치킨까스①②⑤⑥⑮ &허니머스타드소스①⑤ 쌀밥½/모듬버섯국⑤⑥ 양상추샐러드② 배추김치⑨	기장밥/깍두기⑨ 들깨미역국⑤⑥ 메추리알카레볶이 ①②⑤⑥⑫⑮⑬⑮ 양배추나물	차조밥/배추김치⑨ 쇠고기무국⑤⑥⑬ step2밤돈육불고기 ⑤⑥⑩ 연근조림⑤⑥	계살채소볶음밥①②⑤⑥⑧⑫ 맑은숙주국 청경채무침⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식	쌀국수	핫케이크①②⑤⑥/옥수수차	밥새우주먹밥⑤⑨	어묵탕①②⑤⑥⑧⑨⑮	찐단호박/매실차		
열량/단백질	613.3/29.9	655.3/25.2	626.6/32.2	553.7/25.8	666.5/25.9	294.7/13.2	
일자/요일	19(월)	20(화)	21(수)★일품 Day	22(목)저탄소식단	23(금)	24(토)★Family Day	
오전간식	파인애플/우유②	우유(호상요구르트)②	키위/우유②	우유(호상요구르트)②	배/우유②	우유②	
점심	기장밥/깍두기⑨ 된장찌개⑤⑥ 돈육양파볶음⑤⑥⑩ 아욱나물⑤⑥	차조밥/배추김치⑨ 맑은표고버섯국⑤⑥ 쇠고기곤약조림⑤⑥⑬ 브로콜리참깨소스무침 ①⑤⑥⑬	돈육하이라이스 ②⑤⑥⑩⑫⑮⑬⑮ 가쓰오부시국⑤⑥⑦⑨⑬⑮ 오이나물 배추김치⑨	흑미밥/배추김치⑨ 순두부국⑤⑥ 삼치구이⑤ 무생채	수수밥/배추김치⑨ 시금치된장국⑤⑥ 순살닭볶음탕⑤⑥⑮ 애호박나물⑤	쇠고기비빔밥①⑤⑥⑬ 콩나물국⑤ 김자반⑤ 배추김치⑨	
오후간식	꼬마김밥(김밥주먹밥) ①②⑤⑥⑧⑩⑮⑬	궁중파스타⑤⑥⑨⑮	도넛①②⑤⑥/보리차	부추전⑤⑥	찐고구마/유자차		
열량/단백질	699.3/23.9	632.8/29.5	630.6/21.2	603.4/28.5	617.2/22.2	451.3/18.6	
일자/요일	26(월)	27(화)	28(수)★일품 Day	29(목)	30(금)전통식단	31(토)	
오전간식	단감/우유②	우유(호상요구르트)②	바나나/우유②	우유(호상요구르트)②	사과/우유②	우유②	
점심	수수밥/배추김치⑨ 맑은두부국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 느타리버섯나물⑤	기장밥/깍두기⑨ 들깨배추국⑤⑥ 닭살당근조림⑤⑥⑮ 청경채나물⑤⑥	해물채소볶음밥⑤⑥⑨⑮ 달걀파국① 감자샐러드①⑤⑬ 배추김치⑨	차조밥/배추김치⑨ 미역국⑤⑥ 쇠고기굴소스조림⑤⑥⑨⑬⑮ 숙주나물무침	흑미밥/배추김치⑨ 돈육청국장찌개 ②⑤⑥⑧⑨⑩⑬⑮⑮ 훈제오리구이①②⑤⑥⑫⑬ 김자반⑤	잔치국수⑤⑥ 쌀밥½ 춘권튀김⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식	짜장면②⑤⑥⑩⑮⑬	토마토리조토 ②⑤⑥⑫⑮⑬⑮	수제비⑥	step3밤고구마맛탕 /동굴레차	소보로빵①②④⑤⑥ /식혜		
열량/단백질	616.8/23.3	593.5/25.2	642/25.8	620.8/22.8	694.4/24.6	544.1/18.9	

원산지표시

쌀 (백미,찰쌀,현미,흑미 등)		쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기	콩류				배추김치	
국내산		국내산	한우	국내산	국내산	국내산	두부	연두부	순두부	콩비지	배추 (얼갈이포함)	고춧가루
							국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
수산물				수산물가공품			식육가공품					
고등어	동태 (명태)		오징어	어묵	맛살 (게살)		치킨까스		햄		훈제오리	
국내산	러시아산		국내산	국내산	국내산		국내산		국내산		국내산	