



		1 [화]	2 [수]	3 [목]	4 [금]
오전간식		연두부죽 ⑤	당근죽	감자죽	채소죽
점심		수수밥	백미밥	기장밥	차조밥
		닭곰탕 ⑫	들깨미역국 ⑤⑥	어묵탕 ⑤⑥	수제비국 ⑤⑥
		부추호박전 ⑤⑥	오징어간장볶음 ⑤⑥⑪⑫	돼지고기볶음 ⑤⑥⑪⑫	쇠고기장독떡이 ⑤⑥⑪
		새송이버섯볶음 ⑤	숙주나물 ⑤⑥	실치볶음 ⑤⑥	가지나물 ⑤⑥
		백김치 ⑨	백김치 ⑨	백김치 ⑨	백김치 ⑨
오후간식		미니약과 ①②⑤⑥ +우유 ②	키위+떠먹는요구르트 ②	후리가게주먹밥 ⑤⑥ 요구르트	배+치즈 ②
열량/단백질		476.2/17.9	420.3/17.1	559.8/27.5	414/14.1
		7 [월]	8 [화]	9 [수]	10 [목]
오전간식	전복죽 ⑫	콩나물죽 ⑤⑥	참치죽	미역죽 ⑤⑥	애호박죽
점심	수수밥	백미밥	유니짜장밥 ⑤⑥⑩	차조밥	기장밥
	돼지고기김치찌개 ⑤⑥⑨⑩	북어묵국 ⑤⑥	근대된장국 ⑤⑥	안매운육개장 ⑤⑥⑪⑫	감자양파국 ⑤⑥
	메추리알장조림 ①⑤⑥	두부데리야끼조림 ⑤⑥	파프리카곤살레르 ①⑤	삼치구이 ⑤⑥	함박스테이크 ⑤⑥⑩
	어묵볶음 ⑤⑥	오이무침 ⑤⑥	백김치 ⑨	깻잎나물 ⑤⑥	양배추나물 ⑤⑥
	백김치 ⑨	백김치 ⑨		백김치 ⑨	백김치 ⑨
오후간식	모닝빵 ①②⑤⑥ +방울토마토 ⑫	부추전 ①⑤⑥⑨⑪⑫, 토마토쥬스	복숭아 ⑪+떠먹는요구르트 ②	고구마맛탕 ⑤,우유	포도+우유 ②
열량/단백질	435.2/16.4	442.3/19.9	431.2/14.6	479/15.4	363.7/14.2
		14 [월]	15 [화]	16 [수]	17 [목]
오전간식	단호박죽	브로콜리죽	참깨죽	치즈양파죽 ②	표고버섯죽
점심	수수밥	기장밥	차조밥	백미밥	기장밥
	새우살맑은국 ⑨	안매운순두부찌개 ①⑤	아욱맑은국 ⑤⑥	열무된장국 ⑤⑪⑫⑬	두부된장국 ⑤⑥
	돈까스+소스 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭	수육 ⑩	닭살우영조림 ⑤⑥⑪⑫	소불고기 ⑤⑥⑪⑫	고등어조림 ⑤⑥⑦
	콩나물무침 ⑤⑥	비름나물무침 ⑤⑥	멸치볶음 ⑤⑥	감자채볶음 ⑤⑥	애호박나물 ⑤⑥
	백김치 ⑨	백김치 ⑨	백김치 ⑨	백김치 ⑨	백김치 ⑨
오후간식	바나나+우유 ②	모듬어묵탕 ⑤⑥	키위+떠먹는요구르트 ②	잔치국수 ①⑤⑥	사과+치즈 ②
열량/단백질	491.7/22.1	435.3/24.8	459/25	428.9/21.9	393.9/13
		21 [월]	22 [화]	23 [수]	24 [목]
오전간식	쇠고기채소죽 ⑫	계란야채죽 ⑤⑥⑪⑫	닭살당근죽 ⑫		
점심	백미밥	기장밥	수수밥		
	미역국 ⑤⑥	팽이버섯된장국 ⑤⑥	북어국 ⑤⑥		
	간장닭갈비 ⑤⑥⑪⑫	동그랑땡전 ①⑤⑥⑩	소고기단호박조림 ⑤⑥⑪⑫		
	무나물 ⑤⑥	콩나물무침 ⑤⑥	숙주나물무침		
	백김치 ⑨	백김치 ⑨	백김치 ⑨		
오후간식	포도+떠먹는요구르트 ②	편감자 , 우유	쌀과자 ①②⑤⑥+우유 ②		
열량/단백질	431.5/17.6	392.4/14.5	458.1/21.8		
		28 [월]	29 [화]	30 [수] 저탄소-Day	[생일식단]
오전간식	들깨죽	채소죽	김달걀죽 ①		
점심	기장밥	수수밥	차조밥		
	느타리버섯맑은국 ⑤⑥	아욱된장국 ⑤⑥	콩나물국 ⑤⑥		
	훈제오리야채볶음	후르츠탕수육 ①⑤⑥⑩⑫	참치전 ①⑤⑥		
	연근조림 ⑤⑥	브로콜리참깨무침	애호박볶음 ⑤⑥		
	백김치 ⑨	백김치 ⑨	백김치 ⑨		
오후간식	사과+우유 ②	잔멸치주먹밥 ⑤사과쥬스	편고구마+우유 ②		
열량/단백질	451.9/14.8	430.4/14.8	471.3/16.7		

알레르기 유발식품 ① 난류 ② 우유 ③ 메밀 ④ 땅콩 ⑤ 대두 ⑥ 밀 ⑦ 고등어 ⑧ 계 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기 ⑪ 복숭아 ⑫ 토마토 ⑬ 아황산류 ⑭ 호두 ⑮ 달고기 ⑯ 쇠고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲ 젓
※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

- * 영유아에게 배식 시 주찬 및 부찬, 국 건더기, 김치류, 간식류의 크기를 씹기 편하고 기도가 막히지 않도록 잘게 잘라서 제공합니다.
- * 자연 간식으로 제공되는 과일류는 날씨 및 식재료 수급 상황에 따라 다른 제철 과일로 변경되어 제공될 수 있습니다.

원산지표기	쌀			콩		배추김치		육류	
	밥	죽	누룽지	두부	순두부	배추	고춧가루	돼지고기	소고기
	국산	국산	국산	국산	국산	국산	산	국산	국산
	수산물								국거리(한우)
									국내산 ☒ 한우 ☐ 육우 ☐ 젓소
	오징어 간장볶음	전복죽	해물파전	참치죽	고등어조림			훈제오리 야채볶음	식육가공품
	오징어	전복	오징어	참치캔 (다랑어)	고등어			오리고기	
	국산	국산	국산	원양어산	국산			국산	산