

일 자				1(수)		2(목)		3(금)					
오전간식		[식단 표기 사항]		오렌지		방울토마토		감자죽					
점 심		▶ : 자연간식 ▶ 초록급식 : 저탄소식단 ▶ : 생일식단 ▶ : 푸름이식단 ▶ : 이 달의 채소(감자) ▶ 세계음식 : 세계 음식의 날(그리스) ▶ : 1cm 이하로 잘게 썰거나 으깨어 맵지 않게 제공		백미밥 온도토리묵국 쇠불고기 시금치나물 배추김치		오므라이스 무쌈국 돼지고기장조림 과일푸딩 배추김치		흑미밥 닭개장 두부양념찜 오이탕탕이 배추김치					
오후간식		[알레르기 유발 식품] ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣		잔멸치주먹밥		쌀과자+우유		블루베리 +떠먹는요구르트					
영양/단백질				385/15		367/13		327/14					
일 자		6(월)		7(화)		8(수)		9(목)		10(금)			
오전간식		누룽지죽		오곡우유미숫가루		배		사과		아욱죽			
점 심		백미밥 청경채된장국 오리두루치기 김자반 배추김치		오징어덮밥 감자양파국 버섯들깨볶음 토마토슬라이스 유자소스 배추김치		백미밥 두부황태국 소시지파프리카볶음 양배추나물 배추김치		백미밥 유부국 가지달걀고기구이 근대나물 배추김치		수수밥 만둣국 새우크림소스조림 콩나물무침 배추김치			
오후간식		참치채소전		단호박찜+보리차		잔치국수		후레쉬번+우유		우유수박화채			
영양/단백질		375/16		338/14		350/14		348/16		393/15			
일 자		13(월)		14(화)		15(수) 초복특식		16(목)		17(금) 제헌절			
오전간식		참깨죽		블루베리		떠먹는요구르트		채소죽					
점 심		백미밥 미역국 쇠고기당면볶음 참나물무침 배추김치		백미밥 돈육된장찌개 순살고등어감자조림 새콤생채 배추김치		닭다리삼계탕 백미밥 오이부추무침 멜론 배추김치		찰보리밥 모듬어묵국 토마토스크램블에그 숙주나물무침 배추김치					
오후간식		참외+우유		치즈주먹밥		찐옥수수+매실차		소보로빵+우유					
영양/단백질		405/13		348/17		363/13		432/15					
일 자		20(월)		21(화)		22(수)		23(목)		24(금)			
오전간식		바나나		얼갈이죽		복숭아		수박		전복죽			
점 심		백미밥 근대된장국 제육볶음 브로콜리무침 배추김치		백미밥 콩나물국 오징어장조림 가지나물 배추김치		백미밥 쇠고기미역국 탕수육 소스 과일샐러드 배추김치		백미밥 버섯수제비국 마파두부 잔멸치볶음 배추김치		흑미밥 양배추된장국 영양찜닭 당근잡채 배추김치			
오후간식		모닝빵+우유		찐감자+우유		케이크+우유		삶은달걀+보리차		시리얼+우유			
영양/단백질		432/13		383/16		415/14		315/14		435/16			
일 자		27(월)		28(화)		29(수)		30(목)		31(금)			
오전간식		사과		연두부죽		오곡우유미숫가루		단호박죽		멜론			
점 심		백미밥 동태살국 치즈달걀말이 배추나물 무채김치		백미밥 건새우뭇국 훈제오리볶음 갯잎순나물 배추김치		백미밥 쇠고기채소덮밥 미소국 개살오이무침 오렌지 배추김치		백미밥 콩비지찌개 순살삼치구이 청경채나물 배추김치		수수밥 아욱된장국 동파육 애호박나물 배추김치			
오후간식		김가루주먹밥		고구마벌떡+우유		찐옥수수+매실차		카스텔라+우유		어묵탕			
영양/단백질		382/16		398/17		399/13		389/16		335/19			
원 산 지		쌀(밥,죽,누룽지)		배추김치(모든조리음식)		쇠고기		돼지고기		오리		콩	
		참살		배추(봄동,얼갈이)		국내산		국내산		국내산		국내산	
		흑미		고춧가루		수입산		국내산		국내산		국내산	
		참치		소시지		탕수육		훈제오리		수산물		수산물	
		다랑어		돈육		계육		돈육		오리		오리	
		원양어산		국산		국내산		국내산		국내산		국내산	

일 자				1(수)		2(목)		3(금)						
오전간식		[식단 표기 사항]		오렌지		방울토마토⑫		감자죽						
점 심		▶ 🍓 : 자연간식 ▶ 초록급식 : 저탄소식단 ▶ 🍰 : 생일식단 ▶ 🌈 : 꾸러미식단 ▶ 🥬 : 이 달의 채소(감자) ▶ 세계음식 : 세계 음식의 날(그리스) ▶ 🏆 : 1cm 이하로 잘게 썰거나 으개어 맵지 않게 제공		백미밥 온도토리묵국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨		오므라이스①⑤⑥⑫ 무쌈국⑤⑥ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ (과일)푸딩 배추김치⑨		흑미밥 닭가슴살국⑤⑥⑮ 두부양념찜⑤⑥ 오이탕파스타⑤⑥ 배추김치⑨						
오후간식		[알레르기 유발 식품] ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣		잔멸치주먹밥⑤		쌀과자+우유②		블루베리 +떠먹는요구르트②						
열량/단백질				592/22		564/20		503/21						
일 자		6(월)		7(화)		8(수)		9(목)		10(금)				
오전간식		누룽지죽		오곡유미숫가루②⑤⑥		배		사과		아욱죽				
점 심		백미밥 청경채된장국⑤⑥ 오리두루치기⑤⑥ 김자반⑤ 배추김치⑨		오징어덮밥⑤⑥⑦ 감자양파국⑤⑥⑦ 버섯돌깨볶음⑤⑥ 토마토슬라이스⑫ (+유자소스) 배추김치⑨		백미밥 두부황태국⑤⑥ 소시지파프리카볶음 ②⑤⑥⑩⑫⑮⑯ 양배추나물⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 유부국⑤⑥ 가지달걀고기구이 ①②⑤⑥⑩⑫⑮⑯ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨		수수밥 만둣국①②⑤⑥⑩⑫ 새우크림소스조림 ①②⑤⑥⑨⑩⑮⑯ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨				
오후간식		참치채소전①⑤⑥⑩		단호박찜+보리차		잔치국수⑤⑥		후례쉬번①②⑤⑥ +우유②		우유수박화채②				
열량/단백질		577/24		519/21		539/21		566/24		604/23				
일 자		13(월)		14(화)		15(수) 초복특식		16(목)		17(금) 제헌절				
오전간식		참깨죽		블루베리		떠먹는요구르트②		채소죽						
점 심		백미밥 미역국⑤⑥ 쇠고기당면볶음⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 돈육된장찌개⑤⑥⑩ 순살고등어감자조림 ⑤⑥⑦ 새콤무생채⑤⑥ 배추김치⑨		닭다리삼계탕⑮ 백미밥 오이부추무침⑤⑥ 멜론 배추김치⑨		찰보리밥 모듬어묵국⑤⑥ 토마토스크램블에그①⑤ ⑫ 숙주나물무침⑤⑥ 배추김치⑨						
오후간식		참외+우유②		치즈주먹밥②⑤		찐옥수수+매실차		소보로빵①②④⑤⑥+우유②						
열량/단백질		622/20		535/26		558/21		665/23						
일 자		20(월)		21(화)		22(수)		23(목)		24(금)				
오전간식		바나나		얼갈이죽		복숭아⑪		수박		전복죽⑮				
점 심		백미밥 근대된장국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 콩나물국⑤ 오징어간장불고기⑤⑥⑦ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑩ 탕수육①⑤⑥⑩ +소스⑤⑥⑫ 과일샐러드①⑤ 배추김치⑨		백미밥 버섯수제비국⑥ 파파두부⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨		흑미밥 양배추된장국⑤⑥ 영양찜닭⑤⑥⑮ 당근잡채⑤⑥ 배추김치⑨				
오후간식		모닝빵①②⑤⑥ +우유②		찐감자+우유②		케이크①②⑤⑥ +우유②		삶은달걀①+보리차		시리얼⑤+우유②				
열량/단백질		664/20		588/24		639/22		485/21		669/24				
일 자		27(월)		28(화)		29(수)		30(목)		31(금)				
오전간식		사과		연두부죽⑤		오곡유미숫가루②⑤⑥		단호박죽		멜론				
점 심		백미밥 동태살국⑤⑥ 치즈달걀말이①②⑤ 배추나물⑤⑥ 무채김치⑨		백미밥 건새우뚝국⑤⑥⑨ 훈제오리볶음②⑤⑥ 깻잎순나물⑤⑥ 배추김치⑨		쇠고기채소덮밥⑤⑥⑩ 미소국⑤⑥ 게살오이무침 ①②⑤⑥⑧⑫ 오렌지 배추김치⑨		백미밥 콩비지찌개⑤⑩ 순살삼치구이⑤⑥ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨		수수밥 아욱된장국⑤⑥ 동파육⑤⑥⑩ (삼겹살조림) 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨				
오후간식		김가루주먹밥⑤		고구마범벅①⑤+우유②		찐옥수수+매실차		카스텔라①②⑤⑥ +우유②		어묵탕⑤⑥				
열량/단백질		588/24		613/27		614/20		598/24		516/28				
원 산 지	쌀(밥,죽,누룽지)		배추김치(모든조리음식)		쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기	콩				
	백미	참쌀	흑미	배추(봄동,얼갈이)	고춧가루	국내산				수입산	두부	순두부	연두부	
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	한우					국내산	국내산	국내산	
기공품	참치		소시지		탕수육		수산물	오징어7	고등어	오징어21	전복	동태		
	다랑어		돈육		계육								오리	
	워양어상		국산		국내산								국내산	