



요일	월	화	수	목	금	토	
일자	1	2	3	4	5	6	
오전간식	참치채소죽(5,6)	달걀죽(1)		열무죽(5,6)	미역죽(5,6)		
점심	잡곡밥 새우살청경채국(9) 어묵버섯볶음(5,6) 잔멸치조림(5,6) 배추김치(9)	기장밥 두부된장국(5,6) 쇠고기채소조림(5,6,16) 진미채무침(5,6,17) 배추김치(9)		백미밥 유부맑은국(5,6) 닭다리살찜닭(5,6,15) 브로콜리볶음(5,6) 배추김치	참쌀현미밥 근대된장국(5,6) 함박스테이크 (1,5,6,10,12,16) 오이나물(5,6) 배추김치(9)		
오후간식	모닝빵(1,2,5,6)/우유(2)	옥수수전(5,6)		수제비(6)	찐고구마/우유(2)		
열량/단백질	430/17	394/16	389/15	464/17			
일자	8	9	10	11	12	12	
오전간식	게살죽(1,5,6,9)	김가루죽(5,6)	영양닭죽(5,6,15)	애호박죽	들깨죽	★1단계 ▶ 친친DAY	
점심	잡곡밥 청국장국(5,6) 순살삼치엇장조림(5,6) 콩나물무침(5) 배추김치(9)	참쌀현미밥 쇠고기묵국(16) 달걀찜(1,5) 시금치나물(5,6) 배추김치(9)	짜장밥(5,6,10) 배춧국 물만두찜(5,6,10) 오이무침	기장밥 오징어맑은국(17) 양파두부조림(5,6) 느타리버섯늘개나물(5,6) 배추김치(9)	백미밥 감자미역국(5,6) 돼지간장불고기(5,6,10) 양배추찜(5,6) 배추김치(9)		
오후간식	참외/우유(2)	찐단호박/매실차	크림스프+자른쌀(1,2,5,6)	잔치국수(1,5,6)	머핀(1,2,5,6)/우유(2)		
열량/단백질	446/19	402/14	403/14	416/17	470/16		
일자	15	16	17	18	19	19	
오전간식	버섯죽	연두부죽(5,6)	오트밀죽(2)	채소죽(5,6)	당근죽(5,6)	★2단계	
점심	잡곡밥 조갯살맑은국(18) 동그랑땡전(5,6,10,15,16) 청경채무침(5,6) 배추김치(9)	< 6월 생일잔치 > -노랑반 : 김해솔 -초록반 : 나이음 -분홍반 : 김새아	새우볶음밥(5,6,9) 목은근대된장국(5,6) 닭살장조림(5,6,15) 김구이 배추김치(9)	기장밥 콩나물국(5) 돼지고기수육(10) 도토리묵무침(5,6) 배추김치	백미밥 열무된장국(5,6) 감자쇠고기볶음(5,6,16) 애호박나물(5,6) 배추김치(9)		
오후간식	잔멸치주먹밥(5)	키이크/과일	찐감자/우유(2)	토마토달걀볶음(1,5,12)	바나나/우유(2)		
열량/단백질	431/13	408/16	445/22	407/14	417/12		
일자	22	23	24	25	26	26	
오전간식	브로콜리죽	참깨죽	장국죽(5,6,16)	옥수수죽(2)	누룽지죽	★3단계	
점심	기장밥 모듬버섯국(5,6) 오징어양배추볶음(5,6,17) 온두부찜+양념장(5,6) 배추김치(9)	참쌀현미밥 미역국(5,6) 훈제오리찜 시금치나물(5,6) 배추김치(9)	삼색나물볶음밥(5,6) 된장찌개(5,6) 순살고등어구이(5,7) 배추김치(9)	백미밥 달걀국(1) 단호박돼지고기장조림 (5,6,10) 가지볶음(5,6) 배추김치(9)	잡곡밥 만둣국(5,6,10) 채소달걀찜(1) 알감자조림(5,6) 배추김치(9)		
오후간식	찐고구마/보리차	한케이프(1,2,5,6)/우유(2)	사과/우유(2)	부추전(5,6)	오이간장비빔국수(5,6)		
열량/단백질	408/14	464/16	458/16	398/16	439/15		
일자	29	30	알레르기 유발 식품 표시				
오전간식	아욱죽	새우죽(5,6,9)					
점심	잡곡밥 들깨된장국(5,6) 쇠고기버섯조림(5,6,16) 숙주나물 배추김치(9)	백미밥 순두부백탕(1,5) 가지탕수육(1,5,6) 양배추나물(5,6) 배추김치	★ 생일 잔치 식단 : 백미밥, 황태미역국, 오리훈제채소볶음, 시금치무침, 배추김치				
오후간식	포도/떠먹는요구르트(2)	삶은달걀(1)/우유(2)					
열량/단백질	430/18	432/22					

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳갯  
 ※ 야황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

원산지	쌀(밥, 죽, 누룽지) (찹쌀, 현미, 흑미)		콩(두부류)		쇠고기		돼지고기		닭고기		오리고기	
		국내산		국내산		한우 국내산		국내산		국내산		국내산
	배추김치		어육가공품				고등어		오징어		동태(명태)	
	배추	고춧가루	진미채(오징어)	참치(다랑어)			국내산		국내산		국내산	
	국내산	국내산	국내산	국내산								
	식육가공품											
	함박스테이크		동그랑땡		훈제오리							
	돼지고기 국내산											

\*식자재 수급 상황에 따라 원산지는 변경될 수 있습니다.

- ◆식단은 원내 사정에 따라 동일 식품군에서의 같은 조리법으로 변경될 수 있습니다.
- ◆식단안내문을 참고하여 특별식단 및 메뉴 안내 등의 내용을 확인할 수 있습니다.
- ◆식단작성 영양사: 송주연, 박진영, 안유진, 최정인

<카카오톡 채널>에서 식단정보 및 센터 소식을 확인할 수 있습니다.

