

날짜	* 알레르기 유발식품 19종 (이황산은 황을 포함하는 화합물로 자연계, 특히 식물계 중에 널리 분포하며 다양한 식품가공품(예:아묵, 단무지, 소시지 등)이나 발효 식품에도 들어 있으므로 주의) ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣		1(수)	2(목)	3(금)	4(토)
오전간식			연두부&양념장⑤⑥	병아리콩죽⑤	과일(참외)🍐	우유②
점심	* 당일 식자재 및 어린이집 수급 상황에 따라 같은 식품군 내에서 메뉴가 변경될 수 있음을 내드립니다. * 자연식(주3회제공): 🌱 * 이벤트식단 ① 컬러푸드데이 : 둘째주 금요일 - 보라 ② 국없는 날 : 넷째주 목요일 ※ 모든 김치와 깍두기는 작게 잘라 제공하며, 표면이 동그랗고 매끄러운 음식 등은 반드시 2~4등분으로 작게 잘라 제공 합니다.		오므라이스①⑤⑫⑬ 팽이미소장국⑤⑥ 양배추오이샐러드② 배추김치⑨	수수밥 게살달걀탕①⑤⑥⑧ 햄구이①②③⑥⑩⑫⑬ 비름나물된장무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 청경채된장국⑤⑥ 안동찜닭⑤⑥⑫ 들깨나물⑤⑥ 배추김치⑨	새우카레볶음밥 ⑤⑥⑨ 다시마맑은국 완자전⑤⑥⑩⑫⑬ 배추김치⑨
오후간식			찐고구마🍠 &우유②	오이비빔국수⑤⑥	약과&우유②	
열량/단백질			395/13	418/16	396/16	321/11
날짜	6(월)	7(화)	8(수)	9(목)	10(금) 컬러푸드데이	11(토)
오전간식	과일(토마토)⑫🌱 &슬라이스치즈②	김가루참쌀죽	시리얼&우유②	영양닭죽⑫	과일(블루베리)🌱 &떠먹는요구르트②	우유②
점심	백미밥 물만두국①⑤⑥⑩ 달걀숙식버터구이②⑤ 애호박건새우볶음⑤⑨ 배추김치⑨	울무밥 아욱된장국⑤⑥ 쇠고기피망볶음⑤⑥⑫ 깨순나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	소보로덮밥①⑤⑥⑩ 미역장국⑤⑥ 미니새송이조림⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 순두부백탕①⑤ 가지미역장조림⑤⑥ 상추사과무침⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 청국장찌개⑤ 돈육적양배추볶음 ⑤⑥⑩ 가지전①⑤⑥ 깍두기⑨	쇠고기콩나물밥 &양념장⑤⑥⑩ 열갈이된장국⑤⑥ 불어묵조림⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	부추전①⑤⑥ &보리차	빵(고로케)①②⑤⑥ &우유②	찐감자& 우유미숫가루②	잔멸치주먹밥⑤ &매실차	팸샌드위치①②⑤⑥ &우유②	
열량/단백질	397/18	435/17	432/18	418/19	436/17	274/13
날짜	13(월)	14(화)	15(수)	16(목)	17(금) 제한절	18(토)
오전간식	과일(수박)🍈	쇠고기죽⑫	연두부&양념장⑤⑥	가지죽		우유②
점심	백미밥 쇠고기숙주국⑤⑥⑩ 곤약매추리알장조림 ①⑤⑥ 고구마줄기볶음⑤ 배추김치⑨	차조밥 숙갓된장국⑤⑥ 고등어무조림⑤⑥⑦ 연근들깨무침 배추김치⑨	수수밥 삼계탕⑤ 오이소박이 짜먹는요구르트② 배추김치⑨	잡곡밥 감자국⑤⑥ 베이컨스크램블에그 ①⑤⑩ 진미간장조림⑤⑥⑦ 배추김치⑨		참치채소비빔밥⑤⑥ 유부맑은국⑤⑥ 치즈볼①②⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	꼬마김밥⑤⑬ &매일차③	빵(단팥빵)①②⑤⑥ 우유②	찐단호박&우유②	짜장면①⑤⑥⑩⑫⑬⑭		
열량/단백질	395/11	441/17	407/16	400/18		351/20
날짜	20(월)	21(화)	22(수)	23(목) 국없는 날	24(금)	25(토)
오전간식	과일(바나나)🍌	누룽지죽	과일(멜론)🍈	버섯채소죽	채소스틱(파프리카)🌱 &떠먹는요구르트②	우유②
점심	백미밥 조갯살된장국⑤⑥⑩ 안매운제육볶음⑤⑥⑩ 표고버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 미역국⑤⑥ 채소달걀찜① 열갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	훈제오리볶음밥⑤⑥ 두부애호박된장찌개 ⑤⑥ 새우크림소스조림②⑨ 배추김치⑨	울무밥 송송 쇠고기참스테이크 ⑤⑥⑫⑬ 감자건포도샐러드①⑤ 배추김치⑨	백미밥 콩가루배추국⑤ 고구마달걀비⑤⑥⑫ 아몬드멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 갈비탕⑫ 두부부침⑤⑥ 취나물무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	수박화채②	카스테라①②⑤⑥ &우유②	찐옥수수&우유②	다진유부주먹밥⑤⑥ &동글레차	호떡④⑤⑥&우유②	
열량/단백질	414/18	422/14	406/19	442/11	459/20	429/15
날짜	27(월)	28(화)	29(수)	30(목)	31(금)	
오전간식	과일(포도)🍇	단호박죽	시리얼&우유②	옥수수죽	과일(복숭아)🍑	
점심	백미밥 열무된장국⑤⑥ 돈육살미나리구이⑤⑩ 명엽채조림⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 맑은배앳은감자탕 ⑤⑥⑩ 가지미구이⑤⑥ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥(소) 온메밀국수③⑤⑥ 참쌀탕수육⑤⑥⑩ 바나나키위샐러드② 배추김치 ⑨	차조밥 안매운육개장⑤⑥⑩ 두부간장조림⑤⑥ 건새우브로콜리볶음 ⑤⑥⑨ 배추김치 ⑨	원두콩밥 다시마무침국⑤⑥ 간장닭볶음⑤⑥⑫ 채소달걀말이①⑤ 배추김치⑨	
오후간식	핫케이크①②⑤⑥ &우유②	밤식빵①②⑤⑥ &우유②	찐고구마&우유②	토마토스파게티 ②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮	군만두⑤⑥⑩&보리차	
열량/단백질	480/18	411/16	443/14	444/18	389/20	

원산지 표시	쌀 (밥, 죽, 누룽지)	배추김치 배추 고춧가루	콩 두부류	쇠고기 훈우	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물			
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	고등어	참치캔 (다랑어)	산	산
*완제품 등 원산지가 다를 경우 작성해 주세요 예) 진미채무침(오징어: 페루산)				햄(돼지): 국내산 / 완자(돼지): 국내산 / 베이컨(돼지): 국내산							

이 식단은 1-2세 일반형 감수 식단입니다.

※ 올진생토미, 유기농고춧가루, 올진김치는 올진군에서 무상으로 지급하고 있습니다.