

구분	이달의 제철음식 “사과”	어린이 식생활 과제	🌟캠페인🌟	1(목)	2(금)
오전간식		어린이 식생활 3대 과제 식사 전 손 씻기 편식 예방 잔반 감소	매주 수요일은 다 먹는 날! 잔반 없는 날! 	건크랜베리 유기농우유(2)	토마토(과일지원) 유기농어린이치즈(2)
점심				백미밥 다시마양파국(5.6) 너비아니구이(5.6.10.16) 애호박나물(5.9) 배추김치(9)	차조밥 송농 돈육두부조림(5.6.10) 오이무침(5.6) 배추김치(9)
오후간식				야채버섯죽(5.6)	꿀호떡(1.2.6) 유기농 우유(2)
열량/단백질				632.9kcal 27.6g	620kcal 20.4g
구분	5(월)대체공휴일	6(화)	7(수) 저염데이	8(목)	9(한글날)
오전간식		떠먹는 발효유(2)	햇배(과일지원) 큐브치즈(2)	키즈두부봉(5.6) 식물성요구르트(2)	
점심		수수밥 조갯살미역국(5.6.18) 메추리알곤약조림(1.5.6) 무생채(5.6) 배추김치(9)	돈육야채필라프(2.5.6.10) 저염유부맑은국(5) 저염오이부추무침 배추김치(9)	백미밥 닭곰탕(15) 어묵볶음(5.6) 청경채나물(5.6) 깍두기(9)	
오후간식		찐고구마 친환경사과쥬스	카레고로케(1.2.5.6) 우리쌀 식혜	치즈죽(2)	
열량/단백질		610kcal 26.4g	637.2kcal 23.4g	626.4kcal 27.9g	
구분	12(월) 바나나 썩! 요거트 썩! 간식	13(화)	14(수) 잔반없데이	15(목)	16(금)
오전간식	바나나 짜먹는요거트(2)	곡물크리스피롤(1.2.5.6) 유기농우유(2)	머스크메론(과일지원) 캐슈넛	찐밤 유기농우유(2)	샤인머스켓(과일지원) 스트링치즈(2)
점심	백미밥 북엇국(5.6) 돼지불고기(5.6.10) 브로콜리참깨무침(1.2) 배추김치(9)	차조밥 수제빫국(6) 새우살야채볶음(5.6.9) 치커리사과무침 깍두기(9)	카레라이스(5.6.10) 미소장국(5.6) 치킨가라아게(5.6.12.15) 배추김치(9)	백미밥 맑은콩나물국(5.6) 야채달걀말이(1) 연근조림(5.6) 배추김치(9)	홍국쌀밥 유부장국(5.6) 순살고등어조림(5.6.7) 감자당근채볶음(5.6) 깍두기(9)
오후간식	크림스프(1.2.5.6) 야채모닝빵(1.2.6)	찐감자 감글쥬스	부드러운쌀식빵(5.6) 메밀차(3)	크래미야채죽(5.8)	방울증편 사과쥬스
열량/단백질	613kcal 22.1g	634kcal 27g	625kcal 23.7g	609.kcal 28.7g	605.2kcal 26.5g
구분	19(월) 가을 빛 간식	20(화) 생일데이	21(수) 국없데이	22(목)	23(금)
오전간식	햇배 호두(14)	찐단호박 유기농우유(2)	태추단감(과일지원) 유기농요구르트(2)	감골 우리쌀발효과자	국산콩연두부(5) 고소한양념장(5)
점심	백미밥 배추된장국(5.6) 안매운파마두부(5.6.10) 연근흑임자무침(1.2.5) 배추김치(9)	참쌀팔밥 들깨미역국(5) 치킨까스&소스(1.6.15) 과일샐러드(1.2) 깍두기(9)	소고기덮밥(5.6.16) 비엔나야채볶음(5.6.10) 콧샐러드(1.2.6) 과일채소쥬스 배추김치(9)	백미밥 애호박장국(5.6) 돈육간장불고기(5.6.10) 양배추나물(5) 깍두기(9)	수수밥 건새우맑은국(5.6.9) 순살찜닭(5.6.15) 브로콜리나물(5.6) 배추김치(9)
오후간식	머핀(1.2.5.6) 유기농우유(2)	로제스파게티(2.5.6.12 15.16.18)	어묵짜장볶이(5.6)	새우죽(5.6.9)	버터롤(1.2.5.6) 유기농우유(2)
열량/단백질	603kcal 23.9g	613.6kcal 25.9g	615.5kcal 22.2g	619.9kcal 24.1g	610.2kcal 23.9g
구분	26(월) 바삭!촉촉! 간식	27(화)	28(수) 비건데이	29(목)	30(금)
오전간식	현미씨리얼 유기농우유(2)	떠먹는 요거트(2)	사과(과일지원)	단감 미니크림치즈(2)	골드키위
점심	백미밥 시래기된장국(5.6) 오리주물럭(5.6) 미역출기나물(5.6) 배추김치(9)	기장밥 맑은콩나물국 생선까스+타르타르소스(1.2.5.6) 시금치나물 배추김치(9)	찰현미밥 들깨무채국(5.6) 두부조림(5.6) 콩나물무침 깍두기(9)	백미밥 팽이두부장국(5.6) 파채돼지불고기(5.6.10) 김쪽파무침(5.6) 배추김치(9)	병아리콩밥 아욱국(5) 한식잡채(5.6.10) 숙주나물(5.6) 배추김치(9)
오후간식	삶은유정란(1) 포도쥬스	찐고구마 유기농우유(2)	우리밀핫도그(1.2.6) 동굴레차	시금치죽(5.6)	고기만두(5.6.10) 무항생제요구르트(2)
열량/단백질	619.3kcal 28.3g	615.7kcal 21.6g	602.4kcal 30.1g	602.2kcal 24.5g	603kcal 19.9g

알 레 르 기 원 인 식 품 안 내

1.난 류	2.우유	3.메밀	4.땅콩	5.대두	6.밀	7.고등어	8.게	9.새우	19.잣
10.돼지고기	11.복숭아	12.토마토	13.아황산염	14.호두	15.닭고기	16.쇠고기	17.오징어	18.조개류	

* 표시는 자연식품으로 주 3회 이상 제공 됩니다.

*영아반(만1세~만2세);백김치, 유아반 (만3세~5세);배추김치, 깍두기, 열무김치 등으로 급식에서 제공합니다.

*위 식단표는 행사일정,시장사정에 의해 변경 될 수 있습니다.

*특정식품 알레르기가 있는 경우 반드시 식단에 표시된 알레르기 유발식품을 확인 하시기 바랍니다

원 산 지 표 시 사 항

쌀, 밥, 누룽지, 잡곡	정육		배추김치/백김치/겉절이 배추, 고춧가루	두부 순두부	수산물								
	소고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기	베이컨			명태 (동태)	고등어	아귀채	다랑 어	오징 어	일미	주꾸 미	백설 기/멸자 채/꽃게	낙지
국내산	국내산	독유: 스페인 덴마크 아일랜드	국내산	국내산	러시아	국내산	중국산	원양 산	국내 산	페루산	베트 남	국내 산	국내 산

구분	이달의 제철음식 “사과”	어린이 식생활 과제	☆캠페인☆	1(목)	2(금)
오전간식		어린이 식생활 3대 과제 식사 전 손 씻기 편식 예방 잔반 감소	매주 수요일은 다 먹는 날 잔반 없는 날 	건크랜베리 유기농우유(2)	토마토(과일지원) 유기농어린이치즈(2)
점심				백미밥 다시마양파국(5.6) 너비아니구이(5.6.10.16) 애호박나물(5.9) 백김치(9)	차조밥 송송 돈육두부조림(5.6.10) 오이무침(5.6) 백김치(9)
오후간식				야채버섯죽(5.6)	꿀호떡(1.2.6) 유기농 우유(2)
열량/단백질				434.1kcal 19g	425.8kcal 14.4g

구분	5(월)대체공휴일	6(화)	7(수) 저염데이	8(목)	9(한글날)
오전간식	대체공휴일	떠먹는 발효유(2)	햇배(과일지원) 큐브치즈(2)	키즈두부봉(5.6) 식물성요구르트(2)	
점심		수수밥 조갯살미역국(5.6.18) 메추리알곤약조림(1.5.6) 무생채(5.6) 백김치(9)	돈육야채필라프(2.5.6.10) 저염 유부맑은국(5) 저염 오이부추무침 백김치(9)	백미밥 달콤탕(15) 어묵볶음(5.6) 청경채나물(5.6) 백김치(9)	
오후간식		찐고구마 친환경사과쥬스	카레 고로케(1.2.5.6) 우리쌀 식혜	치즈죽(2)	
열량/단백질		440.4kcal 19.3g	437.2kcal 15.7g	429.9kcal 19.2g	

구분	12(월) 바나나 썩! 요거트 썩! 간식	13(화)	14(수) 잔반없데이	15(목)	16(금)
오전간식	 바나나 짜먹는요거트(2)	곡물크리스피롤(1.2.5.6) 유기농우유(2)	 머스크메론(과일지원) 캐슈넛	 찐밥 유기농우유(2)	 샤인머스켓(과일지원) 스트링치즈(2)
점심	백미밥 복엇국(5.6) 돼지불고기(5.6.10) 브로콜리참깨무침(1.2) 백김치(9)	차조밥 수제빫국(6) 새우살야채볶음(5.6.9) 치커리사과무침 백김치(9)	카레라이스(5.6.10) 미소장국(5.6) 치킨가라아게(5.6.12.15) 백김치(9)	백미밥 맑은콩나물국(5.6) 야채달걀말이(1) 연근조림(5.6) 백김치(9)	홍국쌀밥 유부장국(5.6) 순살고등어조림(5.6.7) 감자당근채볶음(5.6) 백김치(9)
오후간식	크림스프(1.2.5.6) 야채모닝빵(1.2.6)	찐감자 감팔쥬스	부드러운쌀식혜(5.6) 메밀차(3)	크레미야채죽(5.8)	방울증편 사과쥬스
열량/단백질	419.1kcal 15.4g	436.1kcal 18.7g	429kcal 16.5g	418.6kcal 19.3g	416.1kcal 16.3g

구분	19(월) 가을 빛 간식	20(화) 생일데이	21(수) 국없데이	22(목)	23(금)
오전간식	 햇배 호두(14)	찐단호박 유기농우유(2)	 태추단감(과일지원) 유기농요구르트(2)	 감굴 우리쌀발효과자	국산콩연두부(5) 고소한양념장(5)
점심	백미밥 배추된장국(5.6) 안매운파마두부(5.6.10) 연근흑임자무침(1.2.5) 백김치(9)	참쌀팔밥 들깨미역국(5) 치킨까스&소스(1.6.15) 과일샐러드(1.2) 백김치(9)	소고기덮밥(5.6.16) 비엔나야채볶음(5.6.10) 콕샐러드(1.2.6) 과일채소쥬스 백김치(9)	백미밥 애호박장국(5.6) 돈육간장불고기(5.6.10) 양배추나물(5) 백김치(9)	수수밥 건새우맑은국(5.6.9) 순살찜닭(5.6.15) 브로콜리나물(5.6) 백김치(9)
오후간식	머핀(1.2.5.6) 유기농우유(2)	로제스파게티(2.5.6.12 15.16.18)	어묵짜장볶이(5.6)	새우죽(5.6.9)	버터롤(1.2.5.6) 유기농우유(2)
열량/단백질	414.7kcal16.6g	430kcal 17.9g	422.8kcal 15.5g	425.7kcal 16.7g	419.4kcal 17.7g

구분	26(월) 바삭!촉촉! 간식	27(화)	28(수) 비건데이	29(목)	30(금)
오전간식	 현미씨리얼 유기농우유(2)	떠먹는 요거트(2)	 사과(과일지원)	 단감 미니크림치즈(2)	 골드키위
점심	백미밥 시래기된장국(5.6) 오리주물럭(5.6) 미역줄기나물(5.6) 백김치(9)	기장밥 맑은콩나물국 생선까스+타르타르소스(1.2.5.6) 시금치나물 백김치(9)	찰현미밥 들깨무채국(5.6) 두부조림(5.6) 콩나물무침 백김치(9)	백미밥 팽이두부장국(5.6) 파채돼지불고기(5.6.10) 김쪽파무침(5.6) 백김치(9)	병아리콩밥 아욱국(5) 한식잡채(5.6.10) 숙주나물(5.6) 백김치(9)
오후간식	삶은유정란(1) 포도쥬스	 찐고구마 유기농우유(2)	우리밀햇도그(1.2.6) 동굴레차	시금치죽(5.6)	고기만두(5.6.10) 무항생제요구르트(2)
열량/단백질	402.5kcal 18.4g	423kcal 15.1g	413.4kcal 20.6g	432.6kcal 17.8g	414.7kcal 14g

■ 알 레 르 기 원 인 식 품 안 내 ■

1.난 류	2.우유	3.메밀	4.땅콩	5.대두	6.밀	7.고등어	8.게	9.새우	19.잣
10.돼지고기	11.복숭아	12.토마토	13.아황산염	14.호두	15.닭고기	16.쇠고기	17.오징어	18.조개류	

- *  표시는 자연식품으로 주 3회 이상 제공 됩니다.
- *영아반(만1세~만2세);백김치, 유아반 (만3세~5세);배추김치, 깍두기, 열무김치 등으로 급식에서 제공합니다.
- *위 식단표는 행사일정,시장사정에 의해 변경 될 수 있습니다.
- *특정식품 알레르기가 있는 경우 반드시 식단에 표시된 알레르기 유발식품을 확인 하시기 바랍니다

■ 원 산 지 표 시 사 항 ■

쌀, 밥, 누룽지, 잡곡	정육		배추김치/백김치/겉절이 배추, 고춧가루	두부 순두부	수산물								백설 기/결 명차/ 꽃 차	낙지
	소고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기	베이컨			명태 (동태)	고등어	아귀채	다랑 어	오징 어	일미	주꾸 미	백설 기/결 명차/ 꽃 차		
국내산	국내산	돈육:스페 인 덴마크 아일랜드	국내산	국내산	러시아	국내산	중국산	원양 산	국내 산	페루산	베트 남	국내 산	국내 산	국내 산