

구분	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
날짜			1	2	3
오전간식	◆ 알레르기 유발물질 표기 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 ◆ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있어 별도로 표기하지 않습니다.		감자죽	참외	참깨채소죽⑤⑥
점심			나물비빔밥&간장소스⑤⑥ 무채국⑤⑥ 미트볼케첩볶음⑤⑥⑩⑫ 배추김치⑨	잡곡밥 두부미역국⑤⑥ 닭고기카레조림⑤⑥⑮ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 새우살양파국⑨ 소고기당면볶음⑤⑥⑯ 부추나물⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식			오렌지/우유②	맛살주먹밥①⑤⑥⑧/우유②	사과/우유②
열량/단백질			425/13	411/19	427/17
날짜	6	7	8 푸드브릿지	9	10
오전간식	단호박죽	자두	양배추죽⑤⑥	골드키위	버섯죽⑤⑥
점심	백미밥 복쌈국⑤⑥ 돼지고기데리야끼조림⑤⑥⑩ 열무나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 근대된장국⑤⑥ 오리불고기⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	자장된장국⑤⑥⑩ 달걀찜국①⑤⑥ 오이소고기장조림⑤⑥⑬ 배추김치⑨	잡곡밥 시금치맑은국⑤⑥ 참치양파볶음⑤⑥ 우영조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 들깨배춧국⑤⑥ 고구마달걀비⑤⑥⑮ 도라지나물⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	어묵탕⑤⑥/마시는요구르트②	찐만두⑤⑥⑩/우유②	바나나요거트범벅②	볶음우동⑤⑥⑩/우유②	파인애플/우유②
열량/단백질	472/22	404/17	441/22	424/19	433/16
날짜	13	14	15 초복	16 푸드브릿지	17 제헌절
오전간식	옥수수죽	샤인머스켓	당근죽	배	
점심	백미밥 소고기찜국⑬ 온연두부&간장⑤⑥ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 부추맑은국 고등어조림⑤⑥⑦ 어린이무생채 배추김치⑨	1/2백미밥 닭곰탕⑮ 맛살채소전①⑤⑥⑧ 배추김치⑨	잡곡밥 감자된장국⑤⑥ 소비섯불고기⑤⑥⑬ 미나리나물⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식	참외/우유②	크로와상①②⑥/우유②	수박화채②	유부초밥⑤⑥/우유②	
열량/단백질	412/15	443/16	409/18	444/17	
날짜	20 푸드브릿지	21	22	23	24
오전간식	황태죽	바나나	소고기죽⑤⑥⑬	사과	참치죽
점심	백미밥 물만둣국①⑤⑥⑩ 달걀말이①⑤ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 아욱된장국⑤⑥ 닭고기숙주볶음⑤⑥⑮⑯ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	안매운김치볶음밥⑤ 청경채맑은국 생선까스&간장소스①⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 순두부전국⑤⑨ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩나물국⑨ 소고기무볶음⑤⑥⑬ 건파래자반 배추김치⑨
오후간식	골드키위/우유②	후리가게주먹밥⑤/우유②	오렌지/우유②	모닝빵①②⑤⑥/우유②	채소전①⑤⑥/마시는요구르트②
열량/단백질	434/17	452/19	440/18	410/18	456/18
날짜	27	28	29	30	31 푸드브릿지
오전간식	시금치죽⑤⑥	자두	부추죽	수박	콩나물죽⑤
점심	백미밥 어묵국⑤⑥ 메추리알장조림①⑤⑥ 브로콜리나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 수제비국⑥ 해물완자전①⑤⑥⑨⑰ 치커리유자청무침 배추김치⑨	두부소보로된장국⑤⑥⑩ 팽이버섯된장국⑤⑥ 닭고기파프리카볶음⑤⑥⑮ 배추김치⑨	잡곡밥 유부맑은국⑤⑥ 소고기갯잎볶음⑤⑥⑬ 고사리나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 양배추된장국⑤⑥ 삼치구이⑤⑥ 감자조림⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	찐옥수수/우유②	시리얼/우유②	씨없는포도/우유②	쌀스틱/우유②	삶은달걀①/우유②
열량/단백질	470/19	405/17	436/21	413/17	436/21

◆ **식단 발행처** : 양산시어린이·사회복지급식관리지원센터 영양팀 ☎ 070-4164-9043 | 식단을 임의로 변경하여 발생하는 문제에 대해서는 책임지지 않습니다.

◆ **식단 감수 요청** : “식단 감수 안내서”를 참고하여 기간 내(전월 식단발송일 ~ 25일까지) 신청해주세요.

◆ 연령에 맞는 식단을 구비하여 게시하고, 연령에 따른 급·간식 제공 시 주의사항을 숙지한 후 조리 및 제공해주세요.

◆ 식단에 표기된 알레르기 유발물질은 원에서 사용하는 식재료에 따라 달라질 수 있으므로 반드시 사용하는 재료 및 제품의 표시사항을 확인해주세요.

원산지 표시	쌀			콩		소고기		돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치	
	밥	죽	누룽지	두부	순두부	국내산	외국산				배추	고춧가루
	국산	국산	국산	국산	국산	한우		국산	국산	국산	국산	국산
	고등어		명태		참치		미트볼케첩볶음 돼지고기		해물완자전 오징어		생일식단	건강식단
	국산		러시아산		원영산		국산		베트남산			

7월 식단표

후기(만9-11개월)

시립사송롯데캐슬어린이집

구분	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
날짜			1	2	3	4
점심	◆ 알레르기 유발물질 표기 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣		두부감자무른밥⑤	흰살생선브로콜리무른밥	소고기양파무른밥⑯	달걀노른자배추무른밥①
오후간식			배푸레	아기핫케이크①②⑤⑥/보리차	사과푸레	고구마매쉬/보리차
에너지/단백질			138/3	150/6	153/5	174/4
변동사항						
날짜	6	7	8	9	10	11
점심	닭가슴살단호박무른밥⑮	흰살생선무무른밥	소고기양배추무른밥⑯	두부버섯무른밥⑤	닭가슴살애호박무른밥⑮	흰살생선당근무른밥
오후간식	아기두유⑤	포도푸레	바나나슬라이스	아기치즈②	오렌지푸레	온두부찜⑤
에너지/단백질	145/7	139/5	150/5	153/7	134/6	131/8
변동사항						
날짜	13	14	15	16	17 제헌절	18
점심	소고기우엉무른밥⑯	두부부추무른밥⑤	닭가슴살감자무른밥⑮	흰살생선청경채무른밥		달걀노른자숙주무른밥①
오후간식	참외푸레	자른당근전⑤⑥/보리차	수박푸레	아기쌀국수⑯		멜론푸레
에너지/단백질	153/5	170/4	134/6	149/9		160/5
변동사항						
날짜	20	21	22	23	24	25
점심	닭가슴살오이무른밥⑮	흰살생선고구마무른밥	소고기참쌀무른밥⑯	두부가지무른밥⑤	달걀노른자미역무른밥①	닭가슴살사과무른밥⑮
오후간식	배푸레	아기주먹밥⑤⑥⑬/보리차	바나나푸레	잘게짜른식빵①②⑤⑥/보리차	단호박스프②	아기쌀과자⑤⑥/보리차
에너지/단백질	132/5	192/6	148/6	135/4	182/6	148/5
변동사항						
날짜	27	28	29	30	31	◆ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분식품에 포함되어 있어 별도로 표기하지 않습니다.
점심	소고기시금치무른밥⑯	두부연근무른밥⑤	닭가슴살얼갈이무른밥⑮	달걀노른자아욱무른밥①	두부콩나물무른밥⑤	
오후간식	감자치즈볼②	자두푸레	아기두유⑤	아기잡채①⑤⑯/보리차	오렌지푸레	
에너지/단백질	165/7	135/4	138/7	205/5	134/4	
변동사항						

- ◆ 식단 발행처 :** 양산시어린이급식관리지원센터 영양팀☎ 070-4164-9043 식단을 임의로 변경하여 발생하는 문제에 대해서는 책임지지 않습니다.
◆ 식단 접수 요청 : “식단 접수 안내서”를 참고하여 기간 내(전월 식단발송일 ~ 25일까지) 신청해주세요.
◆ 연령에 맞는 식단을 구비하여 게시하고, 연령에 따른 주의사항을 숙지한 후 급·간식을 조리 및 제공해주세요.
◆ 식단에 표기된 알레르기 유발물질은 원에서 사용하는 식재료에 따라 달라질 수 있으므로 반드시 사용하는 재료 및 제품의 표시사항을 확인해주세요.

원산지 표시	쌀	소고기	닭고기	콩(두부)	명태	
	국산	한우	국산	국산	러시아산	