

 2026년 10월 1-2세 및 3-5세 식단표(대체식·이름표기)

1주				10월 1일 (목)	10월 2일 (금)
오전 간식				만둣국⑤⑥⑩⑬	소고기감자채소죽⑬
점심				찰현미밥 소고기양배추국⑤⑬ 가자미구이⑤⑥ 깻잎순나물 백김치/ 기린반:배추김치②⑨	참쌀밥 건새우묵국⑤⑨ 닭야채볶음⑤⑥⑬ 쿠스쿠스샐러드①②③⑤⑥⑫ 백김치/ 기린반:배추김치②⑨
오후 간식				채소비빔국수⑤⑥⑬	단호박찜 유기농우유②
저녁 간식				백미밥/순두부계란탕①⑤ 애호박나물	돈육숙주덮밥⑤⑥⑩ 백김치
영아열량(단백질량) 유아열량(단백질량)				685kcal(28g) 913kcal(37g)	520kcal(18g) 694kcal(23g)
2주	10월 5일 (월)	10월 6일 (화)	10월 7일 (수)	10월 8일 (목)	10월 9일 (금)
오전 간식		감자치즈죽②	새우채소죽⑨	브로컬리치즈스프②⑤⑥⑬	
점심	대체공휴일	차조밥 아욱국⑤⑥ 소고기양배추볶음⑤⑥⑬ 비타민무침⑤⑥ 백김치/ 기린반:배추김치②⑨	소고기콩나물밥⑤⑥⑬ 황태두부국⑤ 연근샐러드②⑤ 백김치/ 기린반:배추김치②⑨ 샤인머스켓	강황쌀밥 팽이버섯호박된장국⑤⑥ 임연수구이⑤⑥ 상추배무침⑤⑥ 백김치 기린반:배추김치②⑨	한글날
오후 간식		곡물빵②⑤⑥ 유기농우유②	알감자버터구이② 유기농우유②	사과/모닝빵①②⑤⑥ 유기농우유②	
저녁 간식		돈육계란당근볶음밥①⑤⑥⑩ 백김치	백미밥/육개장⑤⑬ 우영조림⑤⑥	백미밥/닭카레볶음②⑤⑥⑫⑬⑭⑮ 백김치	
영아열량(단백질량) 유아열량(단백질량)		608kcal(25g) 811kcal(34g)	528kcal(23g) 703kcal(30g)	509kcal(20g) 679kcal(26g)	
3주	10월 12일 (월)	10월 13일 (화)	10월 14일 (수)	10월 15일 (목)	10월 16일 (금)
오전 간식	흰살생선채소죽	바나나 플레인요거트②	새우누룽지죽⑨	스크램블에그① 유기농우유②	단호박죽
점심	참쌀밥 들깨무채국⑤ 돈육살청경채조림⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤ 백김치/ 기린반:배추김치②⑨	찰현미밥 느타리된장국⑤⑥ 안동찜닭⑤⑥⑬ 열무나물 백김치/ 기린반:배추김치②⑨	고기등뼈잔치국수①②⑤⑥⑬ 백미밥 세멸치볶음 백김치/ 기린반:홍시깍두기⑤⑥⑨ 오렌지	차조밥 소고기미역국⑤⑬ 코다리무조림⑤⑥ 양배추사과무침⑤⑥ 백김치/ 기린반:배추김치②⑨	강황쌀밥 순살감자탕⑤⑩ 두부강정⑤⑥⑫ 구이김 백김치/ 기린반:배추김치②⑨
오후 간식	미니치즈롤①②⑥ 유기농우유②	버섯크림소스푸시리②⑤⑥⑬⑭	불고기버거①②⑤⑥⑩⑫⑬⑭ →치즈샌드①②⑤⑥ (병아리반) 유기농우유②	새우채소전⑤⑥⑨ 오미자차	편고구마 유기농우유②
저녁 간식	오리고기채소볶음밥⑤⑥ 백김치	백미밥/콩비지찌개⑤⑩ 돌자반	백미밥/닭곰탕⑤⑮ 두부조림⑤⑥	돈육김치볶음밥⑤⑥⑩ 연근조림⑤⑥	소고기잡채덮밥⑤⑥⑬ 백김치
영아열량(단백질량) 유아열량(단백질량)	542kcal(38g) 723kcal(51g)	531kcal(19g) 708kcal(25g)	547kcal(20g) 730kcal(26g)	577kcal(30g) 769kcal(41g)	514kcal(21g) 686kcal(29g)

4주	10월 19일 (월)	10월 20일 (화)	10월 21일 (수)	10월 22일 (목)	10월 23일 (금)
오전 간식	닭죽두죽 ^⑤	사과/스트링치즈 ^② 유기농우유 ^②	양송이누룽지스프 ^{②⑤⑥⑬}	소고기두부죽 ^{⑤⑬}	애호박수제비 ^{⑤⑥}
점심	기장밥 두부호박새우젓국 ^{③⑨} 돈육불고기 ^{⑤⑥⑩} 상추겉잎무침 ^{⑤⑥} 백김치/ 기린반:배추김치 ^{②⑨}	차수수밥 건설우아육국 ^{③⑥⑨} 순살닭갈비 ^{⑤⑥⑬} 청포묵김무침 ^{⑤⑥} 백김치/ 기린반:배추김치 ^{②⑨}	부리채소영양밥 ^{⑤⑥} 소고기된장찌개 ^{⑤⑥⑬} 야채계란찜 ^② 백김치/ 기린반:배추김치 ^{②⑨} 키위	차조밥 유부김치국 ^⑤ 가자미구이 ^{⑤⑥} 로메인무침 ^{⑤⑥} 백김치/ 기린반:배추김치 ^{②⑨}	강황쌀밥 팽이버섯된장국 ^{③⑥} 수제돈가스 ^{⑤⑥⑩⑬⑭} 양상추비타민샐러드 ^{①⑤⑥} 백김치/ 기린반:배추김치 ^{②⑨}
오후 간식	카스테라 ^{①②③⑥} 유기농우유 ^②	어묵우동 ^{③⑥⑦}	만수탕수 ^{⑤⑥⑩⑬⑭} →물만두 ^{⑤⑥⑩⑭} (병아리반) 매실차	계란샌드위치 ^{①②⑤⑥⑬} 유기농우유 ^②	백설기(영어:찐고구마) 유기농우유 ^②
저녁 간식	소고기숙주덮밥 ^{③⑥⑭} 백김치	백미밥/돈육김치찌개 ^{③⑩} 두부계란볶음 ^{①⑤}	돈육단호박덮밥 ^{⑤⑥⑩} 백김치	백미밥/자장닭볶음 ^{②⑤⑥⑩⑬⑭} 백김치	참치비빔밥 ^{③⑥} 도토리묵무침 ^{⑤⑥}
영아열량(단백질량) 유아열량(단백질량)	555kcal(29g) 740kcal(39g)	525kcal(18g) 700kcal(24g)	549kcal(19g) 732kcal(26g)	592kcal(20g) 790kcal(26g)	609kcal(27g) 812kcal(36g)
5주	10월 26일 (월)	10월 27일 (화)	10월 28일 (수)	10월 29일 (목)	10월 30일 (금)
오전 간식	소고기채소죽 ^⑤	배 유기농우유미숫가루 ^{②⑤⑥}	새우순두부탕 ^{⑤⑨} 양념장 ^{⑤⑥}	닭고기미역죽 ^⑤	토마토크림리조또 ^{②⑤⑥⑩⑬⑭}
점심	차수수밥 애호박된장국 ^{③⑥} 오리고기겉잎볶음 ^{②⑤⑥} 무쌈채부추무침 백김치/ 기린반:배추김치 ^{②⑨}	흑미밥 감자양파국 ^⑤ 돈육주꾸미볶음 ^{⑤⑥⑩} 숙주나물 백김치/ 기린반:홍시깍두기 ^{⑤⑥⑨}	돈육단호박카레라이스 ^{②⑤⑥⑩⑬⑭⑮} 팽이버섯두부된장국 ^{③⑥} 어묵볶음 ^{⑤⑥} 백김치/ 기린반:배추김치 ^{②⑨} 파인애플	기장밥 김치콩나물국 ^⑤ 삼치구이 ^{⑤⑥} 연근조림 ^{⑤⑥} 백김치/ 기린반:배추김치 ^{②⑨}	강황쌀밥 소고기버섯국 ^{⑤⑬} 다진고기두부조림 ^{③⑥⑩} 돌자반 백김치/ 기린반:배추김치 ^{②⑨}
오후 간식	모닝빵 ^{①②③⑥/치즈^②} 유기농우유 ^②	김가루계란칼국수 ^{①②⑤⑥⑬}	우영겉잎밥 ^{⑤⑥} 보리차	모듬과일 유기농우유 ^②	우리밀핫도그 ^{①②⑤⑥⑨⑩⑬⑭⑮} 유기농우유 ^②
저녁 간식	소고기표고볶음밥 ^{⑤⑥⑭} 백김치	백미밥/동태살무조림 ^{⑤⑥} 다시마튀각	닭야채볶음밥 ^{⑤⑥⑬} 백김치	백미밥/황태두부국 ^⑤ 새송이버섯조림 ^{⑤⑥}	돈육채소볶음밥 ^{⑤⑥⑩} 백김치
영아열량(단백질량) 유아열량(단백질량)	517kcal(19g) 689kcal(25g)	532kcal(29g) 709kcal(38g)	510kcal(24g) 680kcal(33g)	517kcal(21g) 689kcal(28g)	699kcal(24g) 931kcal(31g)
원산지 표기 대상 품목 (29개)	쌀 (밥, 죽, 누룽지)	배추김치 (원료 중 배추, 고춧가루)	콩 (두부류, 콩국수, 콩비지)	쇠고기	돼지고기
	국내산	국내산	국내산	국내산·한우	국내산
	닭고기	오리고기	낙지	명태 (황태, 북어 등 건조한 것 제외)	고등어
	국내산	국내산	베트남	러시아산	국산
	오징어	(가)다랑어	주꾸미	전복	*식육가공품(훈제오리)
	국내산	원양산	베트남	국산	오리고기:국내산
	*식육가공품(너비야니)	*식육가공품(물만두)	*식육가공품(핫도그)	*수산물가공품(참치캔)	*수산물가공품(어묵)
	돼지고기:국산, 닭고기:국산	돼지고기:국산	돼지고기:국산	원양산	연육:베트남산
	급식에서 자주 사용하지 않는 양고기, 염소(유산양 포함)고기, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 갈치, 꽃게, 참조기, 아귀, 가리비, 우렁형이(명게), 방어, 부세 사용 시 원산지 기재				
식단 안내	1. 나트륨을 줄인 건강한 국 염도 0.3~0.4 메뉴를 제공합니다. 2. 1-4세는 백김치가 제공됩니다. 3. 5세는 백김치, 홍시깍두기 ^{⑤⑥⑨} , 배추김치 ^{②⑨} 가 제공됩니다. 4. 계획된 급식 메뉴가 계절적 요인이나 식재료 공급 상태에 의해 부득이 대체 메뉴로 변경되는 경우 당일 현관 급식사전에 공지해 드리므로 양해 부탁드립니다. 5. 알레르기 유발식품(19종): ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯쇠고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합), ⑳젓 (*아황산류는 표백제, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.)				