

< 성동구 어린이급식관리지원센터 만 1~4세 식단 안내문 >

* 성동구 어린이급식관리지원센터는 식재료 수급 현황을 매달 확인 및 반영하고 있습니다.

1일 영양공급량		만 1~2세 하루 필요 열량(900kcal) 대비, 414kcal(오전간식 8%, 점심 28%, 오후간식 10%)내외로 구성한다. : 식품의약품안전처, 어린이급식관리지원센터 식단운영·관리 지침, 2022 : 어린이급식관리지원센터 어린이 식단작성 프로그램으로 유아 영양 섭취 기준에 따라 분석 및 평가한다.																						
식단 사용 유의사항		만 1세 초기(만 12~15개월)의 유아는 발달 상황에 따라 이유식 후기 식단을 사용하거나, 만 1세의 음식 조리 시 보다 식재료의 크기를 작게 하고, 조리법 등을 변경하여 제공한다.																						
김치류 제공 유의사항		- 맵지 않은 김치류를 제공한다.(백김치) - 딱딱한 김치류(깍두기 등)는 제공을 지양하나, 제공 시에는 단단하지 않도록 작게 잘라서 제공한다.																						
구 성	기본	밥, 국, 김치, 주찬1(단백질 기준), 부찬1(비타민·무기질 기준)을 기본으로 구성한다.																						
	일품	- 일품요리, 국, 김치 포함 2찬으로 구성한다. - 식수가 적은 매주 토요일은 일품으로 구성하고, 국은 선택하여 제공할 수 있다.																						
	저염Day (나트륨 저감화)	저염 된장을 사용하거나, 된장 사용량을 평소보다 줄여서 조리하여 나트륨을 저감화한다.																						
	저당Day (당 저감화)	저당 메뉴로 구성하여 당을 저감화한다. (첨가당인 시럽, 물엿, 꿀 보다 천연 당, 올리고당을 사용)																						
	푸드브리지Day (편식 개선)	식재료를 단계별로 노출시켜 식재료에 대한 거부감을 줄이고 식재료와 친숙해질 수 있는 기회를 부여한다. (★2024년 8월 식재료 '감자')																						
	세계음식Day (다양한 음식문화 체험)	가정통신문과 연계한 세계 음식을 제공하여 다양한 세계 음식 문화를 체험한다. (★2024년 8월 세계 속 음식 '스페인')																						
	생일식단	어린이 급식소 행사(생일잔치)에 적용할 수 있는 식단을 구성한다. (전체 메뉴를 그대로 사용할 경우 별도의 식단 감수를 요청하지 않고 사용)																						
행사식단	어린이 급식소 내부 행사에 적용할 수 있는 「행사 식단」을 특정 월 구성한다. : 2024년 제공 예정) 2월-설날, 5월-어린이날, 9월-추석, 11월-김장, 12월-크리스마스 (전체 메뉴를 그대로 사용할 경우 별도의 식단 감수를 요청하지 않고 사용)																							
유제품 1일 1회 이상		- 성장기 어린이의 칼슘 섭취를 늘리기 위해 매일 유제품을 제공한다.(우유, 치즈, 요구르트 등) - 제품 구입 시, 당의 함량이 적은 유제품 선택을 권장한다.																						
선택사항		기존 메뉴[대체 메뉴] : 식재료 수급 등의 이유로 [대체 메뉴]를 선택하여 사용할 수 있다. (어린이 급식소 실정에 맞게 메뉴를 선택한 후, 미사용 메뉴는 삭제하여 사용한다.)																						
화학조미료 사용 제한		화학조미료의 사용을 제한하고 다시마, 멸치 등 천연조미료를 사용할 수 있도록 표준조리법을 제시한다. (모든 국물류에 천연 육수 조리법으로 구성)																						
식재료 사용제한	신학기 (3월~5월)	신학기 적응기간으로 어린이의 선호도를 고려하여 중복 식재료 메뉴를 구성한다. 예) 찹쌀밥, 시금치, 미역, 콩나물 등																						
	하절기 (7월~8월)	여름철 식중독 발생우려 식재료나 보관이 어렵고, 손이 많이 가는 음식을 제한한다. (패류, 젓갈류, 회류 및 난류)																						
	연중	- 미량의 독소에 의해 장염을 유발할 수 있는 식재료 (파리고추, 두릅, 머위대, 원추리, 토란, 생취 등) - 기도 폐쇄 위험이 높은 콩류, 인절미(※ 가시가 많은 생선 (조기, 갈치) - 목 걸림 사고 다발) - 가열과정 없이 제공되는 농·축·수산물(가열 후 사용가능) - 시기에 따라 전염성질환의 확산 유발할 수 있는 식재료 (조류독감, 광우병, 콜레라 등)																						
원산지 표시 (미공개시 과태료)		- 건강·안전 및 소비자의 알권리 확보를 위해 식단표에 원산지를 기재한다.(메뉴명 글자 크기와 동일크기) - 원산지 표시 항목 (축산물영수증 or 거래명세서(원산지표시) - 6개월 이상 보관) ①쌀(밥, 죽, 누룽지) ②김치(배추, 고춧가루) ③쇠고기 ④돼지고기 ⑤닭고기 ⑥오리고기 ⑦콩 (두부류, 콩국수, 콩비지) ⑧수산물(넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 낙지, 뱀장어, 고등어, 갈치, 명태(건조품은 제외/단, 코다리는 표시), 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 주꾸미, 아귀, 가리비, 우렁챙이(멍게), 전복, 방어, 부세 (20종) <table><tr><td>쌀 (참쌀,현미)</td><td>쇠고기</td><td>돼지고기 닭고기 오리고기</td><td>콩</td><td>배추김치</td><td>수산물</td><td>수산가공품</td><td>식육가공품</td></tr><tr><td>밥, 죽, 누룽지</td><td>식육의 종류 원산지 표시</td><td>원산지 표시</td><td>두부류, 콩국수, 콩비지</td><td>배추 고춧가루 각 표시</td><td>해당 수산물 원산지 표시</td><td>예)참치 (다랑어: 원양산)</td><td>예)동그랑땡 (돼지고기: 국내산)</td></tr></table>							쌀 (참쌀,현미)	쇠고기	돼지고기 닭고기 오리고기	콩	배추김치	수산물	수산가공품	식육가공품	밥, 죽, 누룽지	식육의 종류 원산지 표시	원산지 표시	두부류, 콩국수, 콩비지	배추 고춧가루 각 표시	해당 수산물 원산지 표시	예)참치 (다랑어: 원양산)	예)동그랑땡 (돼지고기: 국내산)
쌀 (참쌀,현미)	쇠고기	돼지고기 닭고기 오리고기	콩	배추김치	수산물	수산가공품	식육가공품																	
밥, 죽, 누룽지	식육의 종류 원산지 표시	원산지 표시	두부류, 콩국수, 콩비지	배추 고춧가루 각 표시	해당 수산물 원산지 표시	예)참치 (다랑어: 원양산)	예)동그랑땡 (돼지고기: 국내산)																	
식품 알레르기 유발물질 표시		- 품목을 확인 하고 알레르기 반응을 보이는 유아에게는 해당 식품을 제한한다. (식단에 표기된 식품 알레르기 유발물질 표시사항을 참고하여 사전에 알레르기에 대한 대체메뉴를 계획) - 식품 알레르기 유발물질 난류(가금류에 한함), 우유, 메밀, 땅콩, 대두, 밀, 고등어, 게, 새우, 돼지고기, 복숭아, 토마토, 아황산류(SO ₂ 잔류량으로 10mg/kg 이상 함유), 호두, 닭고기, 쇠고기, 오징어, 조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 잣																						

식단컨설팅(식단감수)	어린이 급식소 실정에 맞게 식단 수정을 원하시는 경우 : 아래 대체 식품군(★) 을 참고하여 수정한 다음 센터로 식단컨설팅을 요청한다.																							
어린이집 평가인증지표	<div>- 영유아의 연령 특성과 영양의 균형을 고려한 식단에 따라 자연식품 위주의 급·간식을 제공한다.</div> <div>- 영유아에게 적절한 형태(크기, 맛, 조리 형태 등)로 조리된 급·간식을 충분한 양으로 제공한다.</div> <div>- 식단표는 필수내용이 누락되지 않도록 하고, 제공된 간식명은 어린이집에서 제공한 간식명으로 구체적으로 기록한다.</div>																							
	<div>- 식단표에 "식재료의 수급공급에 따라 메뉴가 변경될 수 있습니다"라는 문구를 삽입하여 제공한다.</div> <div>- 당일 식재료 수급공급이 불가한 경우 대처방법</div> <div>① 동일 식품군 내에서 동일한 조리법을 활용하여 변경 메뉴를 결정한다.</div> <div>(예: 근대나물 → 시금치나물)</div> <div>② 식단표 또는 식단메뉴변경기록지에 변경 전, 변경 후, 변경사유를 정확하게 기록한다.</div> <div>③ 식단표와 함께 보관한다. (어린이집 평가 시 함께 제시하여 명확성을 알림)</div> <div>- 동일 식품군 내 동일 조리법 활용 대체 식품군(★) 예시</div>																							
	<table><tr><td>밥(곡류)</td><td>기장밥↔참쌀현미밥↔보리밥↔수수밥↔흑미밥↔차조밥 등</td></tr><tr><td>김치</td><td>백김치↔배추김치↔깍두기 등</td></tr><tr><td>떡류</td><td>백설기↔증편↔송편↔바람떡↔절편 등 (바람떡, 절편과 같이 찰기가 있는 떡은 배식 시 주의한다.)</td></tr><tr><td>빵류</td><td>카스텔라↔머핀↔잼식빵↔프렌치토스트↔파운드케이크↔모닝빵 등 (당분과 지방함량이 많은 빵은 지양한다.)</td></tr><tr><td>과일</td><td>모든 종류의 제철 과일</td></tr><tr><td>우유 및 유제품</td><td>우유↔떠먹는요구르트↔치즈↔칼슘두유</td></tr><tr><td rowspan="2">채소</td><td>시금치↔열무↔근대↔청경채↔쑥갓↔아욱↔부추↔깻잎 등</td></tr><tr><td>콩나물↔숙주나물↔배추↔양배추↔도라지↔무 등</td></tr><tr><td>육류</td><td>소↔돼지↔닭↔오리</td></tr><tr><td>달걀·두부</td><td>달걀↔두부</td></tr><tr><td rowspan="2">생선</td><td>고등어↔삼치↔꽂치↔참치 등</td></tr><tr><td>임연수↔가자미↔동태↔대구↔갈치↔조기 등</td></tr></table>		밥(곡류)	기장밥↔참쌀현미밥↔보리밥↔수수밥↔흑미밥↔차조밥 등	김치	백김치↔배추김치↔깍두기 등	떡류	백설기↔증편↔송편↔바람떡↔절편 등 (바람떡, 절편과 같이 찰기가 있는 떡은 배식 시 주의한다.)	빵류	카스텔라↔머핀↔잼식빵↔프렌치토스트↔파운드케이크↔모닝빵 등 (당분과 지방함량이 많은 빵은 지양한다.)	과일	모든 종류의 제철 과일	우유 및 유제품	우유↔떠먹는요구르트↔치즈↔칼슘두유	채소	시금치↔열무↔근대↔청경채↔쑥갓↔아욱↔부추↔깻잎 등	콩나물↔숙주나물↔배추↔양배추↔도라지↔무 등	육류	소↔돼지↔닭↔오리	달걀·두부	달걀↔두부	생선	고등어↔삼치↔꽂치↔참치 등	임연수↔가자미↔동태↔대구↔갈치↔조기 등
	밥(곡류)	기장밥↔참쌀현미밥↔보리밥↔수수밥↔흑미밥↔차조밥 등																						
김치	백김치↔배추김치↔깍두기 등																							
떡류	백설기↔증편↔송편↔바람떡↔절편 등 (바람떡, 절편과 같이 찰기가 있는 떡은 배식 시 주의한다.)																							
빵류	카스텔라↔머핀↔잼식빵↔프렌치토스트↔파운드케이크↔모닝빵 등 (당분과 지방함량이 많은 빵은 지양한다.)																							
과일	모든 종류의 제철 과일																							
우유 및 유제품	우유↔떠먹는요구르트↔치즈↔칼슘두유																							
채소	시금치↔열무↔근대↔청경채↔쑥갓↔아욱↔부추↔깻잎 등																							
	콩나물↔숙주나물↔배추↔양배추↔도라지↔무 등																							
육류	소↔돼지↔닭↔오리																							
달걀·두부	달걀↔두부																							
생선	고등어↔삼치↔꽂치↔참치 등																							
	임연수↔가자미↔동태↔대구↔갈치↔조기 등																							
완제품 사용 시 관련사항	<div>- 어린이 급식소에서 제공하는 급간식은 직접 조리하는 것을 원칙으로 하나 어린이 급식소에서 조리가 불가능하거나 조리형편과 경제성을 감안하여 부득이할 경우, 영유아의 건강관리에 적합하고 위생적이며 안전한 식품을 완제품으로 제공한다.</div> <div>- 기준 : 품목 제조 허가를 받은 식품으로 용기, 포장, 보존방법이 식품위생법 규정에 적합한 식품으로 영유아의 맛, 영양량, 제품의 우수성 등을 감안한다.</div> <div>- 어린이 기호식품 품질인증* 제품의 우선적 사용을 권장한다.</div> <div>* 안전하고 영양을 고루 갖춘 어린이 기호식품을 식약처에서 인증하는 것으로, "식품 안전나라(foodsafetykorea.go.kr) > 건강·영양 > 어린이·청소년 식생활 안전관리 > 어린이 기호식품 품질인증 > 품질인증식품 목록"에서 인증 제품 확인 가능</div>																							
배식의 Tip	찐 감자	뜨겁게 찌서 국그릇에 숟가락과 함께 배식한다.																						
	찐 고구마	연령에 따라 약 0.7 ~ 1cm 두께로 슬라이스 또는 1인 분량으로 제공하며, 음료와 함께 제공하지 않으면 너무 딱딱해서 삼키기가 어렵고, 삼키면 목이 메는 경우가 있으므로 주의한다.																						
	고구마 맛탕	1.5cm × 1.5cm 정도의 크기로 썰어서 튀긴다. (시럽 묻히면 딱딱해져서 배어 먹기가 힘든 경우 스틱모양으로 손질하여 제공)																						
	사과, 배, 단감 등의 과일	연령에 따라 16등분, 8등분, 6등분 조각수를 결정하여 배식한다. (과일 크기 200g기준)																						
	메추리알, 새알심, 방울토마토	표면이 미끄러운 음식은 씹기 전에 삼켜버릴 수 있으므로 꼭 잘라서 제공한다.																						
	아몬드, 땅콩, 콩류 등	깨물었을 때 조각이 많이 나서 기도를 막을 수 있는 것은 피해야 하며, 제공시는 잘게 부수거나, 얇게 썰어 제공한다.																						
	포도	껍질째 알맹이를 빨아서 먹을 경우 기도를 막을 수 있기 때문에 껍질을 벗겨서 씹어 먹을 수 있도록 하며 주의를 요한다.																						
	컵에 주는 음료	두세 모금 정도 마시면 꼭 쉬어서 완전히 삼켰는지 확인 한 후 또 먹을 수 있도록 지도한다.																						
	파인애플	브로멜린이라는 단백질 분해효소가 있어서 혀나 구강의 단백질을 분해하여 구강염을 일으킬 수 있으므로 과량을 섭취하거나 특히 빨아먹지 않도록 주의한다.																						

2024년 8월 식단표 (만1~4세)

작성자 : 이윤주 영양사

일자/(요일)				1 (목)	2 (금)	3 (토)
오전간식	▶ 저염Day 나트륨 저감화 실천의 날 ▶ 저당Day 당 저감화 실천의 날 ▶ 푸드브리지Day 편식 개선의 날 ▶ 세계음식Day 8월 세계 속 음식 이야기[스페인] - 가정통신문 연계			방울토마토 ⑫,치즈②	천도복숭아 ⑪,우유②	현미스낵,우유②
점심	▶ 분홍음영 은 연령에 따라 구분한 메뉴입니다. ▶ (갈호메뉴) 는 급식소에서 선택적으로 제공할 수 있습니다.			보리밥 애호박양파국 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 얼갈이나물 깍두기⑨	백미밥 두부새우전국⑤⑨ 찜닭⑤⑥⑫ 숙주나물 배추김치⑨	쇠고기바베큐소스덮밥 ⑤⑥⑫⑬⑭ 부추맑은국 비름나물무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식				롤케이크①②⑥,옥수수차	로제떡볶이②⑫,보리차	미니약과⑥,동굴레차
열량(kcal)/단백질(g)				404/18	429/18	407/14
일자/(요일)	일당!오십! 5 (월) 저당Day	6 (화)	7 (수) 세계음식의 날 🇪🇸	8 (목) * 푸드브리지	9 (금)	10 (토)
오전간식	사과 ,우유②	미숫가루우유②⑤	자른포도	감자채소죽	오렌지	칼슘두유⑤
점심	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 저당 쇠고기불고기 ⑤⑥⑫ 청포묵무침 깍두기⑨	차조밥 청경채맑은국 떡갈비조림⑤⑥⑩⑫ 새송이버섯나물 배추김치⑨	✓ 배에야해물볶음밥 ⑨⑫⑬ 유부된장국⑤⑥ 달걀샐러드(레몬드레싱)⑫ 배추김치⑨	현미잡쌀밥 콩가루배춧국⑤⑥ 돼지고기데리야끼볶음 ⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤ 깍두기⑨	백미밥 다시마맛국 닭강정①⑤⑥⑫⑬ 취나물볶음⑤⑥ 배추김치⑨	✓참치채소비빔밥,양념장 ⑤⑥ 맑은된장국⑤⑥ 우영채볶음⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	칼국수⑥	채소전⑤⑥,보리차	잼식빵①②⑥,우유②	찐옥수수 ,유기농요구르트②	백설기,우유②	머핀①②⑥,우유②
열량(kcal)/단백질(g)	454/15	414/16	414/20	400/17	460/17	435/18
일자/(요일)	12 (월)	13 (화) 저당Day	말복 14 (수) * 푸드브리지	15 (목)	16 (금)	17 (토)
오전간식	당근스틱 , 떠먹는요구르트②	단호박수프②	멜론 ,우유②	광복절	키위 ,떠먹는요구르트②	현미스낵,우유②
점심	백미밥 쇠고기버섯국⑤⑥⑫ 브로콜리달걀찜① 견과류잔멸치조림⑤⑥⑭ 배추김치⑨	저당 흑미밥 미역국⑤⑥ 돼지고기연근조림 ⑤⑥⑩ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	✓백미밥 닭곰탕⑫ 동그랑땡전①⑤⑥⑩ 치커리사과무침 깍두기⑨		백미밥 순두부맑은국⑤ 쇠고기당근조림⑤⑥⑫ 갯잎나물 ⑤⑥ 배추김치⑨	치킨마요덮밥 ①⑤⑥⑫⑬ 숙갯양파국 토마토치즈샐러드 ②⑤⑥⑫ 배추김치⑨
오후간식	토마토스파게티②⑥⑫	소보로빵①②④⑥,우유②	감자죽 떡밥,옥수수차		삶은달걀①,매실차	삼색경단①②⑤⑥,보리차
열량(kcal)/단백질(g)	431/20	489/18	425/17		421/19	412/16
일자/(요일)	19 (월)	20 (화) 저염Day	21 (수)	22 (목) * 푸드브리지	23 (금)	24 (토)
오전간식	블루베리 , 떠먹는요구르트②	방울토마토 ⑫,치즈②	미숫가루우유②⑤	쇠고기참깨죽⑫	자두	유기농구키①②⑥,우유②
점심	백미밥 북엇국 ✓ 훈제오리구이 비트무초절임 배추김치⑨	저염 기장밥 수제비된장국⑤⑥ 돼지불고기 ⑤⑥⑩ 숙주배무침 깍두기⑨	닭살짜장덮밥⑤⑥⑫ 아욱양파국 ✓ 게맛살오이무침 ①⑤⑥⑧ 배추김치⑨	보리밥 청국장국⑤ 돼지고기감자조림⑤⑥⑩ 표고버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 근대맑은국 ✓ 함박스테이크 ,소스 ①⑤⑥⑩⑫⑬ 옥수수채소샐러드①⑤ 배추김치⑨	깍두기치즈볶음밥②⑤⑨ 팽이버섯장국⑤⑥ 달걀프라이①⑤ 배추김치⑨
오후간식	열무비빔국수⑤⑥	배추전①⑤⑥,동굴레차	고구마맛탕⑤,작두콩차⑤	유기농쌀과자,우유②	절편,우유②	칼슘두유⑤
열량(kcal)/단백질(g)	454/19	400/16	427/17	437/15	443/15	405/16
일자/(요일)	26 (월)	27 (화) 저당Day	28 (수)	29 (목) * 푸드브리지	30 (금)	31 (토)
오전간식	파프리카스틱 , 떠먹는요구르트②	참외 ,우유②	옥수수수프②	유기농시리얼,우유②	바나나	현미스낵,우유②
점심	백미밥 들깨부챗국⑤⑥ 쇠고기장독국⑤⑥⑫ 애호박나물⑤ 배추김치⑨	흑미밥 조갯살미역국⑤⑥⑫ 저당 닭갈비⑤⑥⑫ 콩나물당근무침⑤ 깍두기⑨	백미밥 버섯맑은국⑤⑥ 쇠고기잡쌀구이⑤⑫ 브로콜리무침 깍두기⑨	기장밥 순살 감자 탕⑤⑥⑩ 두부꼭창⑤⑥⑫ 오리엔탈참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 ✓ 어묵국 ⑤⑥ 닭살당근볶음 ⑤⑫ 김구이 배추김치⑨	돼지고기하이라이스 ⑤⑥⑩ 부추된장국⑤⑥ 양배추참깨소스무침①⑤ 배추김치⑨
오후간식	우동⑤⑥	유부초밥⑤⑥,보리차	찐만두⑤⑥⑩,우유②	찐단호박 ,동굴레차	미니와플①②⑥,우유②	약식,옥수수차
열량(kcal)/단백질(g)	402/15	453/19	426/17	435/16	472/18	490/17

- ▶ 이 달의 1일 평균 영양기준량 - 열량 : 433kcal, 단백질 : 17g
- ▶ 식재료의 수급공급에 따라 메뉴가 변경될 수 있습니다.
- ▶ **식단에 대한 원산지 표시(훈통이 쉬운 수산물 및 가공품 메뉴에 ✓ 표시)**
- 원산지는 수급 상황에 따라 달라질 수 있으며, 변경 시 재안내하겠습니다.
- ▶ 식단에는 연령(만 1~2세) 및 표기사항(열량[kcal], 단백질[g], 식품 알레르기 유발물질 등)을 표시하여 게시하시기 바랍니다.
- ▶ 운영위원회 회의를 통해 만 1~2세 식단을 제공하고 있습니다.

<식품 알레르기 유발물질 표기>

- ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬야생난류, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯쇠고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑲잣
- ▶ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.
 - ▶ **식품 알레르기가 있는 유아**는 담임교사 또는 급식담당자에게 알려주시기 바랍니다.

쌀 (참쌀, 현미, 흑미) 밥, 죽, 누룽지	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	콩 (두부류, 콩국수, 콩비지)	배추김치	
국내산	국내산(한우)	국내산	국내산		국내산	국내산	고춧가루
수산물	수산물가공식품류			식육가공품			
오징어(국내산)	게맛살-어육(외국산), 참치-가다랑어(원양산) 어묵-연육(외국산)			떡갈비-돼지고기(국내산), 닭강정-닭가슴살(국내산), 동그랑땡-돼지고기(국내산), 훈제오리-오리고기(국내산), 함박스테이크-돼지고기(국내산)			

< 생일식단 및 현장학습식단 사용 안내 >

▷ 어린이 급식소 내 유아 선호도에 맞추어 선택 사용 가능합니다.

- 생일식단은 어린이 급식소 운영상황에 따라 하단의 식단 중 선택할 수 있습니다.
- 전체 메뉴를 그대로 사용할 경우 별도의 식단 감수 없이 사용 가능합니다.

▷ 원산지 표시

- 변경된 메뉴의 원산지 기입에 유의해 주시기 바랍니다.
(혼동이 쉬운 수산물 및 가공품 메뉴에  표시하였으므로 해당 식품 구매 전 원산지를 확인하여 표기하시기 바랍니다.)

▷ 메뉴명 표기 유의

- 계절에 따라 오전간식의 과일 종류는 변경할 수 있으며, 변경 시 과일명을 명확히 표기하시기 바랍니다.

	생일식단①	생일식단②	생일식단③	생일식단④	생일식단⑤
오전간식	과일 (오렌지)	과일 (배)	과일 (멜론)	과일 (바나나)	과일 (사과)
점심	백미밥 황태미역국⑤⑥ 돼지고기볶음⑤⑩⑫  게맛살오이무침 ①⑤⑥⑧ 배추김치⑨	백미밥 감자미역국⑤⑥ 쇠고기불고기⑤⑥⑩ 파프리카잡채⑤⑥ 배추김치⑨	돼지고기카레라이스 ⑤⑥⑩ 미역국⑤⑥ 토마토치즈샐러드②⑤⑥⑫ 배추김치⑨	백미밥 닭살미역국⑤⑥⑫  함박스테이크,소스 ①⑤⑥⑩⑫⑬ 옥수수샐러드①⑤ 배추김치⑨	백미밥 갈비탕⑬ 대구살전①⑤⑥ 시금치나물 배추김치⑨
오후간식	케이크①②⑥,우유② [떡케이크,우유②]	케이크①②⑥,우유② [떡케이크,우유②]	케이크①②⑥,우유② [떡케이크,우유②]	케이크①②⑥,우유② [떡케이크,우유②]	케이크①②⑥,우유② [떡케이크,우유②]
열량(kcal)/단백질(g)	453/20	475/13	441/17	475/18	492/17

<p>예시)</p> <table border="1"> <tr> <td></td><td>5/5</td></tr> <tr> <td>점심</td><td>현장학습 (OO도시락)</td></tr> </table> <p>※ 오전·오후 간식은 사용하는 당일 식단 날짜의 메뉴를 사용</p> <p>※ 직접 조리하여 식단 변경이 필요한 경우, 식단 감수 신청</p>		5/5	점심	현장학습 (OO도시락)	<p>[현장학습 등으로 외부 음식(도시락 등)을 제공하는 경우 관리 방법 안내]</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 어린이집에서 원내 운영상황(현장학습 등)에 따라 외부 음식을 제공하는 경우, 보호자의 동의를 거쳐 진행되어야 하며, 관련 행정절차는 보건복지부에서 제시하는 내용을 따라 운영하시기 바랍니다. 2. 식단에는 현장학습(예: 외부도시락, 가정도시락, 행사메뉴) 등으로 기재하고, 해당 내용을 급식운영일지, 보육일지 등에 상세 기록하여 관리합니다. 3. 외부 음식 보존식 보관 안내(식약처/중앙급식센터 질의·답변 발췌) <ol style="list-style-type: none"> 1) '가정도시락'은 보존식 보관 의무 없음 2) 어린이 급식소로 배송된 '외부도시락'은 의무는 아니나, 보관 권장 3) 외부 장소(공원 등)로 배송받아 바로 제공한 경우, 보존식 대상 아님
	5/5				
점심	현장학습 (OO도시락)				

<p>[보건복지부] 2024년도 보육사업안내 (P.106~107)</p> <p>나. 급식관리(법 제33조, 시행규칙 제34조[별표8])</p> <p>1) 영양관리</p> <p>◎ 급식은 어린이집에서 직접 조리하여 공급하는 것을 원칙으로 함(시행규칙 제34조)</p> <ul style="list-style-type: none"> - 다만, 현장학습 등 어린이집에서 직접 제공하기 어려운 경우로서, 아래의 절차에 따라 학부모 동의를 거칠 때에는 직접 조리하여 제공하지 않아도 됨 	<table border="1"> <tr> <th>외부음식 제공 시 안내 및 동의 절차</th><th>외부음식 제공 시 유의사항</th></tr> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> • 학부모에게 '어린이집에서 직접 조리하여 공급하는 것이 원칙임에도 어린이집에서 직접 제공하기 어려운 경우로서 부모의 동의가 있는 경우 급식(외부 음식) 제공하겠다'는 내용을 포함하여 미리 고지·안내 • 이에 대해 학부모 동의를 거치고 이를 증빙(보호자가 상기 안내에 동의하여 회신한 알림장, 키즈노트 등) 시에는 외부음식 제공 가능 </td><td> <ul style="list-style-type: none"> • 어린이집 이외 장소에서 배식하는 경우 배식용 운반 기구 및 운송차량 등을 청결히 관리하여 배식 시까지 식품이 오염되지 않도록 하고 • 조리된 식품에 대하여 배식하기 직전 음식의 맛, 온도, 조화(영양적인 균형, 재료의 균형), 이물(異物), 불쾌한 냄새, 조리 상태 등을 확인하기 위한 검식을 하며 • 조리된 식품의 온도 관리를 하되, 조리 후 가급적 단시간 내에 배식을 마칠 수 있도록 함 </td></tr> </table>	외부음식 제공 시 안내 및 동의 절차	외부음식 제공 시 유의사항	<ul style="list-style-type: none"> • 학부모에게 '어린이집에서 직접 조리하여 공급하는 것이 원칙임에도 어린이집에서 직접 제공하기 어려운 경우로서 부모의 동의가 있는 경우 급식(외부 음식) 제공하겠다'는 내용을 포함하여 미리 고지·안내 • 이에 대해 학부모 동의를 거치고 이를 증빙(보호자가 상기 안내에 동의하여 회신한 알림장, 키즈노트 등) 시에는 외부음식 제공 가능 	<ul style="list-style-type: none"> • 어린이집 이외 장소에서 배식하는 경우 배식용 운반 기구 및 운송차량 등을 청결히 관리하여 배식 시까지 식품이 오염되지 않도록 하고 • 조리된 식품에 대하여 배식하기 직전 음식의 맛, 온도, 조화(영양적인 균형, 재료의 균형), 이물(異物), 불쾌한 냄새, 조리 상태 등을 확인하기 위한 검식을 하며 • 조리된 식품의 온도 관리를 하되, 조리 후 가급적 단시간 내에 배식을 마칠 수 있도록 함
외부음식 제공 시 안내 및 동의 절차	외부음식 제공 시 유의사항				
<ul style="list-style-type: none"> • 학부모에게 '어린이집에서 직접 조리하여 공급하는 것이 원칙임에도 어린이집에서 직접 제공하기 어려운 경우로서 부모의 동의가 있는 경우 급식(외부 음식) 제공하겠다'는 내용을 포함하여 미리 고지·안내 • 이에 대해 학부모 동의를 거치고 이를 증빙(보호자가 상기 안내에 동의하여 회신한 알림장, 키즈노트 등) 시에는 외부음식 제공 가능 	<ul style="list-style-type: none"> • 어린이집 이외 장소에서 배식하는 경우 배식용 운반 기구 및 운송차량 등을 청결히 관리하여 배식 시까지 식품이 오염되지 않도록 하고 • 조리된 식품에 대하여 배식하기 직전 음식의 맛, 온도, 조화(영양적인 균형, 재료의 균형), 이물(異物), 불쾌한 냄새, 조리 상태 등을 확인하기 위한 검식을 하며 • 조리된 식품의 온도 관리를 하되, 조리 후 가급적 단시간 내에 배식을 마칠 수 있도록 함 				