중대문구 어린이·사회복지급식관리지원센터 Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

발행일 : 2026.10.20.
발행처 : 영양기획팀

[2026년 11월 시간연장식 (1-2세)]

꿈동산어린이집

일 자	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)
저녁	닭살자장밥 ①⑤⑥⑩⑮⑯⑱ 실파장국⑤⑥ ✔춘권튀김⑤⑥ ✔깍두기⑨	백미밥 달걀팟국① 소고기찹쌀구이⑤⑯ 무나물⑤⑥ ✔배추김치⑨	백미밥 수제비국⑥ 돈육배추찜⑤⑥⑩ 청경채무침⑤⑥ ✔깍두기⑨	백미밥 닭곰탕⑮ 가자미구이⑤⑥ (두부구이+초간장⑤⑥) 애호박나물⑤⑥ ✔배추김치⑨	백미밥 시금치된장국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑯ 브로콜리숙회+케첩 ①②⑤⑥⑫ ✔배추김치⑨
저녁간식	우유②	우유②	우유②	우유②	우유②
열량(kcal)/단백질(g)	345/18	335/15	343/18	328/17	322/16
일 자	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)
저녁	백미밥 ✔두부콩나물국⑤ 돈육목살구이⑩ ✔오이나물⑤⑥ ✔배추김치⑨	백미밥 양배추된장국⑤⑥ 오리불고기⑤⑥ 감자채볶음⑤⑥ ✔깍두기⑨	백미밥 ✔들깨버섯탕⑤⑥ ✔소고기부추조림⑤⑥⑯ 달걀말이①⑤ ✔배추김치⑨	돈육가지볶음밥⑤⑥⑩ 연두붓국⑤ 아기무생채 ✔배추김치⑨	백미밥 참나물된장국⑤⑥ ✔오징어채소볶음⑤⑥⑰ (닭살채소볶음⑤⑥⑮) 스크렘블에그①②⑤ ✔깍두기⑨
저녁간식	우유②	우유②	우유②	우유②	우유②
열량(kcal)/단백질(g)	317/14	349/16	343/15	332/15	315/15
일 자	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)
저녁	돈육양파덮밥⑤⑥⑩ ✔우동국⑤⑥ 배추나물⑤⑥ ✔깍두기⑨	백미밥 두부미역국⑤⑥ 대구살전①⑤⑥ (소고기육전①⑤⑥⑯) ✔연근조림⑤⑥ ✔배추김치⑨	백미밥 청경채된장국⑤⑥ 닭살데리야끼구이 ⑤⑥⑮⑱ 고구마범벅①⑤ ✔깍두기⑨	백미밥 ✔소고기당면국⑤⑥⑯ 삼색달걀찜① ✔오이무침⑤⑥ ✔배추김치⑨	백미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 돈육당근조림⑤⑥⑩ 구이김 ✔깍두기⑨
저녁간식	우유②	우유②	우유②	우유②	우유②
열량(kcal)/단백질(g)	335/17	332/17	338/17	334/14	309/17
일 자	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)
저녁	백미밥 유부된장국⑤⑥ 소고기브로콜리볶음 ⑤⑥⑯ ✔버섯나물⑤⑥ ✔배추김치⑨	백미밥 양배추들깻국 순살간장찜닭⑤⑥⑮ 시금치나물⑤⑥ ✔깍두기⑨	백미밥 쑥갓달걀국① 돈육사태찜⑤⑥⑩ ✔콩나물무침⑤⑥ ✔깍두기⑨	소고기숙주볶음밥⑤⑥⑯ 두부대팟국⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ ✔배추김치⑨	백미밥 무챗국⑤⑥ ✔미트볼조림⑤⑥⑩ 참나물사과무침⑤⑥ ✔배추김치⑨
저녁간식	우유②	우유②	우유②	우유②	우유②
열량(kcal)/단백질(g)	345/16	341/20	322/16	346/19	335/13
일 자	30(월)	★생일식단★	표준조리법		
저녁	백미밥 닭살미역국⑤⑥⑮ 두부부침⑤⑥ ✔우엉조림⑤⑥ ✔배추김치⑨	백미밥 두부된장국⑤⑥ 해물완자전⑤⑥⑨⑰ (동그랑땡전①⑤⑥⑩) ✔버섯나물⑤⑥ ✔깍두기⑨	표준조리법 바로가기		
저녁간식	우유②	우유②			
열량(kcal)/단백질(g)	337/14	325/14			

알레르기 유발식품 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 ※ ⑬**아황산류**는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

안내사항
- ✔는 연령(1-2세) 특성에 따른 배식 및 조리 시 주의가 필요한 메뉴 표시
- ✔배추김치, ✔깍두기는 고춧가루를 소량 첨가하거나 넣지 않은 김치를 의미

원산지 표시

배추김치	쌀 (밥)	콩	소고기	돼지고기	닭고기
배추(국내산) 고춧가루(국내산)	백미(국내산)	두부(국내산) 연두부(국내산)	국내산 [한우] *국내산 해당	국내산	국내산
오리고기	오징어	미트볼조림	해물완자전	동그랑땡전	
국내산	국내산	소고기(국내산) 닭고기(국내산)	오징어(국내산)	돼지고기(국내산)	