



☆2026년 10월 이유식,영아 식단(0~2세)☆



※출처: 중랑구 어린이집 급식관리지원센터 ※영양사 : 이현주, 김민영, 이비치, 오규리

요일	월	화	수	목	금	토								
날짜														
이유식(6~8개월)	* 영아 0~2세는 1일 에너지 권장량 : 단백질 1000kcal: 15g (소고기기준 약 60g)이고, 유아3~5세는 1400kcal: 20g (소고기기준 약 80g) 기준입니다.		* 주의해야할 알레르기 유발식품 안내 : (각 번호의 품목을 확인하고 알레르기 반응을 보이는 영유아에게는 해당식품을 제한함. ①난류,②우유,③메밀,④땅콩,⑤대두,⑥밀,⑦고등어,⑧게,⑨새우,⑩돼지고기,⑪복숭아,⑫토마토,⑬아황산류,⑭호두,⑮닭고기,⑯소고기,⑰오징어,⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑲잣		10/1 최고기연근죽⑩									
열량(k)/단백질(g)	* 상식식단은 1400kcal을 기준으로 어린이집에서의 총 섭취에너지와 단백질은700kcal,10g (소고기 기준 약 40g)로 하루의 50%를 차지 합니다.		* 알레르기 반응을 보이는 아동의 경우, 부모님과 협의를 통해 대체식품을 제공하고 있습니다.		10/2 치즈당근죽②									
오전간식(1~2세)	* 위 식단을 활용하여 급식지도를 하는 어린이집은 각 어린이집 사정을 고려하여 같은 식품군으로 변동될 수 있으며, 메뉴를 바꾸거나 조리법을 바꾸어 적용하거나 영. 유아의 특이사항을 고려하여 제공합니다.		*이달에 푸드 브릿지: 아욱		63.3/1.6									
점심					사과&우유②									
오후간식					백미밥 오징어맑은국⑦ 돈까스&소스 ①⑤⑥⑩⑫⑬ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨									
열량(k)/단백질(g)					영양주먹밥⑤&보리차 440/18									
														
날짜	10/5	10/6	10/7	10/8	10/9	10/10								
이유식(6~8개월)		두부김가루죽⑤	달걀노른자무죽①	쇠고기양배추죽⑩		두부당근죽⑤								
열량(k)/단백질(g)		62.7/2.3	85.8/2.6	74.6/3		64/2								
오전간식(1~2세)		배	채소스프②	미숫가루우유②⑤		우유②								
점심		잡곡밥 맑은육개장⑤⑥⑩ 생선가스&타르타르소스 ①⑤⑥ ★구이김 배추김치⑨	잡곡밥 들깨미역국⑤⑥ 쇠고기볶음 ⑤⑥⑫⑬ 양배추새콤무침⑤⑥ 깍두기⑨	하이라이스②⑤⑥⑩ ⑫⑤⑩⑫ 무채된장국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 배추김치⑨		두부소보로덮밥⑤⑥ 코울슬로①⑤ 깍두기⑨								
오후간식		머핀①②⑤⑥&우유②	단호박찜&우유②	우동⑤⑥		단호박튀김⑤⑥								
열량(k)/단백질(g)		420/14	396/12	407/19		326/8								
날짜	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16	10/17								
이유식(6~8개월)	치즈시금치죽②	두부파프리카죽⑤	달걀노른자청경채죽①	쇠고기버섯죽⑩	달걀양파죽⑫	쇠고기채소죽⑩								
열량(k)/단백질(g)	69/2.2	63.5/2	84.8/2.7	73.5/3.1	64.7/3.3	74.7/3								
오전간식(1~2세)	★포도&우유②	단감	브로콜리스프②	시리얼⑤⑥&우유②	★방울토마토⑫&우유②	우유②								
점심	백미밥 상상 시금치된장국(0.3)⑤⑥ 안매운제육볶음⑤⑥⑩ 어묵조림⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 백장떡국⑤⑦⑩ 두부데리야끼구이⑤⑥ 파프리카무침⑤⑥ 깍두기⑨	오므라이스 ①⑤⑫⑬ 청경채된장국⑤⑥ 청포묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 감자국⑤⑥ 쇠고기장떡국이⑤⑥⑩ 버섯볶음⑤ 배추김치⑨	백미밥 건새우아욱국⑤⑥⑨ 치킨너겟①②⑤⑥⑫ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	쇠고기김치덮밥⑤⑨⑩ 유부볶음⑤⑥ 깍두기⑨								
오후간식	쌀국수⑩	단팥빵①②⑥우유②	찐고구마&우유②	야채전①⑤⑥	밤식빵①②⑤⑥&오미자차	고구마전⑤⑥								
열량(k)/단백질(g)	423/20	409/19	420/13	418/16	403/16	405/14								
날짜	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24								
이유식(6~8개월)	치즈오트밀죽②	현살생선브로콜리죽	쇠고기배추죽⑩	달걀애호박죽⑫	달걀노른자채소죽①	달걀당근죽⑫								
열량(k)/단백질(g)	98.4/2.8	67.3/3.5	73.2/3	64/3.4	86.8/2.6	64.9/3.4								
오전간식(1~2세)	오이스틱 &떠먹는요구르트(딸기맛)②	배	크림스프②⑤⑥⑫⑬	미숫가루우유②⑤	사과&치즈②	우유②								
점심	백미밥 상상 콩나물국(0.3)⑤ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 상추쌈&쌈장⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 버섯들깨탕⑤⑥ 임연수카레구이⑤⑥ 브로콜리볶음⑤ 배추김치⑨	규동(쇠불고기덮밥) ⑤⑥⑫ 배추맑은국 김말이튀김⑤ 깍두기⑨	잡곡밥 애호박된장국⑤⑥ 순살찌닭⑤⑥⑫ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 소고기묵국⑩ 연두부찜&양념장⑤⑥ 아욱채소전⑤⑥ 배추김치⑨	달걀당근볶음밥⑤⑥⑫ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨								
오후간식	칼국수⑤⑥	모닝빵①②⑤⑥&우유②	찐감자&우유②	참치주먹밥⑤	물만두⑤⑥⑩&옥수수차	감자범벅①⑤								
열량(k)/단백질(g)	421/19	429/14	434/14	414/20	398/13	275/11								
날짜	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31								
이유식(9~11개월)	현살생선가지죽	달걀근대죽⑫	두부오이죽⑤	쇠고기감자죽⑩	달걀노른자아욱죽①	쇠고기양파죽⑩								
열량(k)/단백질(g)	68.3/3.2	63.6/3.4	62.3/2	78.4/3.1	87.5/2.8	74.6/3								
오전간식(1~2세)	단감&우유②	바나나	파프리카스프②	시리얼⑤⑥&우유②	★샤인머스켓&우유②	우유②								
점심	백미밥 상상 달걀파국(0.3)① 삼치조림⑤⑥ 가지무침⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 근대된장국⑤⑥ 간장달걀비⑤⑥⑫ 무생채 배추김치⑨	오징어살굴소스볶음밥 ⑤⑥⑦⑩ 순두부백탕⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 안매운김치국⑨ 쇠고기당면볶음⑤⑥⑩ 감자조림⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 돈육된장찌개⑤⑥⑩ 채소달걀찜① 아욱나물⑤⑥ 배추김치⑨	쇠고기짜장밥 ⑤⑥⑩⑫ 안매운김치전⑤⑥⑨ 깍두기⑨								
오후간식	팬케이크①②⑤⑥	카스테라①②⑥&우유②	삶은달걀①&우유②	잔치국수⑤⑥	찐고구마&매실차	식빵토스트①②⑤⑥								
열량(k)/단백질(g)	412/19	435/20	393/16	400/15	437/18	357/11								
원산지 표시	쌀		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치			콩				
	밥	죽	누룽지				배추	고춧가루	소금	두부	연두부	콩가루	콩비지	
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	식육가공품/어육가공품			수산물	오징어	고등어	멸치	삼치	동태	임연수	가자미	대구	명태	
	*햇도그: 돼지고기(국내산)				원양산	국내산	국내산	국내산	러시아산	미국산	러시아산	러시아산		
	*돈까스: 돼지고기(국내산)				낙지	갈치	주꾸미	코다리	꽃게	다랑어	참조기	뱅어포	아귀	
	*생선가스: 청대구(네덜란드산)				중국산	세네갈산	인도네시아산	러시아산	국내산	원양산	국내산	국내산	국내산	
*치킨너겟: 닭고기(국내산)														
*물만두: 돼지고기(국내산)														
* 식품의 수급상황과 업체 사정에 따라 원산지가 변경될 수 있습니다.														



☆2026년 10월 유아 식단(3~4세)☆



※출처: 중랑구 어린이집 급식관리지원센터 ※영양사 : 이현주, 김민영, 이비치, 오규리

요일	월	화	수	목	금	토							
날짜			10/1		10/2								
오전간식			시리얼⑤⑥&우유②		사과&우유②								
점심	* 영아 0~2세는 1일 에너지 권장량 : 단백질 1000kcal: 15g (소고기 기준 약 60g)이고, 유아3~5세는 1400kcal: 20g (소고기 기준 약 80g) 기준입니다. * 상식식단은 1400kcal을 기준으로 어린이집에서의 총 섭취에너지와 단백질은 700kcal, 10g (소고기 기준 약 40g)로 하루의 50%를 차지 합니다. * 위 식단을 활용하여 급식지도를 하는 어린이집은 각 어린이집 사정 등에 고려하여 같은 식품군으로나 변경할 수 있으며, 메뉴를 바꾸거나 영아를 위한 특이사항을 고려하여 제공합니다.		잡곡밥 유부장국⑤⑥ 쇠고기양파볶음⑤⑥⑬ 연근조림⑤⑥ 깍두기⑨		백미밥 오징어맑은국⑦ 돈까스&소스 ①⑤⑥⑩⑫⑬ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨								
			햇도그①②⑥⑩		영양주먹밥⑤&보리차								
			670/26		677/28								
열량(k)/단백질(g)													
날짜	10/5		10/6		10/7								
오전간식			배		채소스프②								
점심	대체 공휴일		잡곡밥 맑은육개장⑤⑥⑬ 생선까스&타르타르소스 ①⑤⑥ ★구이김 배추김치⑨		잡곡밥 들깨미역국⑤⑥ 쇠고기볶음 ⑤⑥⑫⑬ 양배추새콤무침⑤⑥ 깍두기⑨								
			머핀①②⑤⑥&우유②		단호박찜&우유②								
			645/22		609/18								
열량(k)/단백질(g)													
날짜	10/12		10/13		10/14								
오전간식	★포도&우유②		단감		브로콜리스프②								
점심	백미밥 상상 시금치된장국 (0.3)⑤⑥ 안매운제육볶음⑤⑥⑩ 어묵조림⑤⑥ 배추김치⑨		잡곡밥 백종문국⑤⑦⑫ 두부데리야끼구이⑤⑥ 파프리카무침⑤⑥ 깍두기⑨		오므라이스 ①⑤⑫⑬ 청경채된장국⑤⑥ 청포묵무침⑤⑥ 배추김치⑨								
	쌀국수⑩		단팥빵①②⑥&우유②		찐고구마&우유②								
	650/31		629/29		647/20								
열량(k)/단백질(g)													
날짜	10/19		10/20		10/21								
오전간식	오이스틱 &떠먹는요구르트(딸기맛)②		배		크림스프②⑤⑥⑫⑬⑭								
점심	백미밥 상상 콩나물국(0.3)⑤ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 상추쌈&쌈장⑤⑥ 깍두기⑨		잡곡밥 버섯들깨탕⑤⑥ 임연수카레구이⑤⑥ 브로콜리볶음⑤ 배추김치⑨		규동(쇠불고기덮밥) ⑤⑥⑫ 배추맑은국 김말이튀김⑤ 깍두기⑨								
	칼국수⑤⑥		모닝빵①②⑤⑥&우유②		찐감자&우유②								
	648/30		660/24		668/21								
열량(k)/단백질(g)													
날짜	10/26		10/27		10/28								
오전간식	단감&우유②		바나나		파프리카스프②								
점심	백미밥 상상 달걀말국(0.3)① 삼치조림⑤⑥ 가지무침⑤⑥ 깍두기⑨		흰쌀밥 유부미소국⑤⑥ 미트볼⑤⑥⑫⑬ 콩나물무침⑤⑥ 어묵볶음⑤⑥ 깍두기⑨ (현장학습 점심메뉴)		오징어살국소스볶음밥 ⑤⑥⑦⑫ 순두부백탕⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨								
	팬케이크①②⑤⑥		카스테라①②⑥&우유②		삶은달걀①&우유②								
	634/28		643/21		605/25								
열량(k)/단백질(g)													
원산지 표시	쌀			쇠고기			배추김치			콩			
	국산			한우			배추			고춧가루			
	국산			국산			국산			국산			
	국산			국산			국산			국산			
	국산			국산			국산			국산			
	국산			국산			국산			국산			
	국산			국산			국산			국산			
	국산			국산			국산			국산			
	국산			국산			국산			국산			
	국산			국산			국산			국산			
* 식품의 수급상황과 업체 사정에 따라 원산지가 변경될 수 있습니다.													

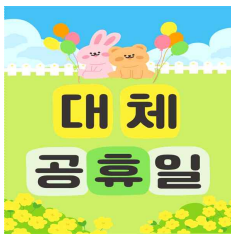


☆2026년 10월 야간 연장 식단(1~2세)☆



※출처: 중랑구 어린이집 급식관리지원센터 ※영양사 : 이현주, 김민영, 이비치, 오규리

요일	월	화	수	목	금		
날짜				10/1	10/2		
저녁	* 영아 0~2세는 1일 에너지 권장량 : 단백질 1000kcal: 15g (소고기기준 약 60g)이고, 유아3~5세는 1400kcal: 20g (소고기기준 약 80g) 기준입니다. * 상식식단은 1400kcal를 기준으로 어린이집에서의 총 섭취에너지와 단백질은 700kcal,10g (소고기 기준 약 40g)로 하루의 50%를 차지 합니다. * 위 식단을 활용하여 급식지도를 하는 어린이집은 각 어린이집 사정을 고려하여 같은 식품군으로 변동될 수 있으며, 메뉴를 바꾸거나 조리법을 바꾸어 적용하거나 영. 유아의 특이사항을 고려하여 제공합니다.			* 주의해야할 알레르기 유발식품 안내 : (각 번호의 품목을 확인하고 알레르기 반응을 보이는 영유아에게는 해당식품을 제한함. ①난류,②우유,③메밀,④땅콩,⑤대두,⑥밀,⑦고등어,⑧계,⑨새우,⑩돼지고기,⑪복숭아,⑫토마토,⑬아황산류,⑭호두,⑮닭고기,⑯소고기,⑰오징어,⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑲잣 * 알레르기 반응을 보이는 아동의 경우, 부모님과 협의를 통해 대체식품을 제공하고 있습니다. *이달에 푸드 브릿지: 아욱			
				잡곡밥 돈육된장국⑤⑥⑩ ★매추리알장조림①⑤⑥ 양송이버섯볶음⑤⑥ 깍두기⑨		뿌리채소영양밥& 양념장⑤⑥ 쇠고기팍국⑬ 갯잎나물⑤⑥ 배추김치⑨	
				212/9		259/9	

날짜	10/5	10/6	10/7	10/8	10/9
저녁		잡곡밥 채소당면국⑤⑥ 훈제오리볶음⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 두부된장국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑬ 과일샐러드②⑫ 배추김치⑨	잡곡밥 아욱맑은국⑤⑥ 돈육단호박볶음⑤⑥⑩ 하얀무생채 배추김치⑨	
열량(kcal)/단백질(g)		242/7	280/13	258/11	
날짜	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
저녁	백미밥 달걀팍국① 생선까스&타르타르소스①⑤⑥ 브로콜리무침 깍두기⑨	돈육숙주덮밥⑤⑥⑩ 어묵국⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 애호박맑은국 해물굴소스볶음⑤⑥⑨⑫⑬ 우영채조림⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 온천포묵국⑤⑥⑨ 치즈달걀말이①②⑤ 고구마떡①⑤ 깍두기⑨	백미밥 유부된장국⑤⑥ 쇠고기버섯찜⑤⑥⑬ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨
열량(kcal)/단백질(g)	284/12	223/12	213/10	282/7	269/11
날짜	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23
저녁	백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑬ 채소달걀찜① 부추전①⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 근대된장국⑤⑥ 돼지고기두루치기⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 순두부백탕①⑤ 가지미양념조림⑤⑥ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 우동국(면X)⑤⑥ 쇠고기감자볶음⑤⑥⑬ 배추나물 깍두기⑨	백미밥 시금치된장국⑤⑥ 달걀데리야끼구이⑤⑥⑮ 애호박새우젓볶음⑨ 배추김치⑨
열량(kcal)/단백질(g)	254/9	233/11	231/16	231/7	271/14
날짜	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30
저녁	백미밥 수제빳국⑥ 두부부침⑤⑥ 열갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 다시마찜국⑤⑥ 가지전①⑤⑥ 스크램블에그①②⑤ 배추김치⑨	백미밥 무채된장국⑤⑥ 닭살야채볶음⑤⑥⑮ 근대무침⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 새우살양파국⑤⑥⑨ 순두부찜&양념장⑤⑥ 파프리카새콤무침 배추김치⑨	백미밥 감자맑은국⑤⑥ 쇠고기카레볶음⑤⑥⑬ 마카로니샐러드①⑤ 깍두기⑨
열량(kcal)/단백질(g)	264/8	245/8	207/11	236/11	277/9

원산지 표시	쌀			쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치			콩			
	밥	죽	누룽지	한우				배추	고춧가루	소금	두부	연두부	콩가루	콩비지
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	식육가공품/어육가공품			수산물	오징어	고등어	멸치	삼치	동태	임연수	가자미	대구	명태	
	*훈제오리: 오리(국내산) *생선까스: 청대구(네덜란드산)				원양산	국내산	국내산	국내산	러시아산	미국산	러시아산	러시아산	러시아산	
					낙지	갈치	주꾸미	코다리	꽃게	다랑어	참조기	뱅어포	아귀	
중국산					세네갈산	인도네시아산	러시아산	국내산	원양산	국내산	국내산	국내산		
* 식품의 수급상황과 업체 사정에 따라 원산지가 변경될 수 있습니다.														



☆2026년 10월 야간 연장 식단(3~4세)☆



※출처: 중랑구 어린이집 급식관리지원센터 ※영양사 : 이현주, 김민영, 이비치, 오규리

요일	월	화	수	목	금	
날짜						
저녁	* 영아 0~2세는 1일 에너지 권장량 : 단백질 1000kcal: 15g (소고기기준 약 60g)이고, 유아3~5세는 1400kcal: 20g (소고기기준 약 80g) 기준입니다. * 상식식단은 1400kcal를 기준으로 어린이집에서의 총 섭취에너지와 단백질은 700kcal,10g (소고기 기준 약 40g)로 하루의 50%를 차지 합니다. * 위 식단을 활용하여 급식지도를 하는 어린이집은 각 어린이집 사정을 고려하여 같은 식품군으로 변동될 수 있으며, 메뉴를 바꾸거나 조리법을 바꾸어 적용하거나 영. 유아의 특이사항을 고려하여 제공합니다.		* 주의해야할 알레르기 유발식품 안내 : (각 번호의 품목을 확인하고 알레르기 반응을 보이는 영유아에게는 해당식품을 제한함. ①난류,②우유,③메밀,④땅콩,⑤대두,⑥밀,⑦고등어,⑧게,⑨새우,⑩돼지고기,⑪복숭아,⑫토마토,⑬아황산류,⑭호두,⑮닭고기,⑯소고기,⑰오징어,⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑲잣 * 알레르기 반응을 보이는 아동의 경우, 부모님과 협의를 통해 대체식품을 제공하고 있습니다. *이달에 푸드 브릿지: 아욱		10/1	10/2
					잡곡밥 돈육된장국⑤⑥⑩ ★매추리알장조림①⑤⑥ 양송이버섯볶음⑤⑥ 깍두기⑨	뿌리채소영양밥&양념장⑤ ⑥ 쇠고기파국⑬ 깍뚜나물⑤⑥ 배추김치⑨
					325/14	399/13
열량(kcal)/단백질(g)						
날짜	10/5	10/6	10/7	10/8	10/9	
저녁		잡곡밥 채소당면국⑤⑥ 훈제오리볶음⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 두부된장국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑬ 과일샐러드②⑫ 배추김치⑨	잡곡밥 아욱맑은국⑤⑥ 돈육단호박볶음⑤⑥⑩ 하얀무생채 배추김치⑨		
		372/10	430/20	398/17		
열량(kcal)/단백질(g)						
날짜	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16	
저녁	백미밥 달걀파국① 생선까스&타르타르소스 ①⑤⑥ 브로콜리무침 깍두기⑨	돈육숙주덮밥⑤⑥⑩ 어묵국⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 애호박맑은국 해물굴소스볶음⑤⑥⑨⑰⑱ 우영채조림⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 온천포묵국⑤⑥⑨ 치즈달걀말이①②⑤ 고구마범벅①⑤ 깍두기⑨	백미밥 유부된장국⑤⑥ 쇠고기버섯찜⑤⑥⑬ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨	
		437/18	343/19	328/15	433/11	414/16
열량(kcal)/단백질(g)						
날짜	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	
저녁	백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑬ 채소달걀찜① 부추전①⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 근대된장국⑤⑥ 돼지고기두루치기⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 순두부백탕①⑤ 가자미양념조림⑤⑥ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 우동국(면X)⑤⑥ 쇠고기감자볶음⑤⑥⑬ 배추나물 깍두기⑨	백미밥 시금치된장국⑤⑥ 닭살데리야끼구이⑤⑥⑰ 애호박새우젓볶음⑨ 배추김치⑨	
		391/14	359/17	355/25	355/11	417/21
열량(kcal)/단백질(g)						
날짜	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	
저녁	백미밥 수제빕국⑥ 두부부침⑤⑥ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 다시마챗국⑤⑥ 가지전①⑤⑥ 스크램블에그①②⑤ 배추김치⑨	백미밥 무채된장국⑤⑥ 닭살야채볶음⑤⑥⑰ 근대무침⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 새우살양파국⑤⑥⑨ 순두부찜&양념장⑤⑥ 파프리카새콤무침 배추김치⑨	백미밥 감자맑은국⑤⑥ 쇠고기카레볶음⑤⑥⑬ 마카로니샐러드①⑤ 깍두기⑨	
		406/12	337/12	318/17	363/16	426/14
열량(kcal)/단백질(g)						

원산지 표시	쌀			쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치			콩			
	밥	죽	누룽지	한우				배추	고춧가루	소금	두부	연두부	콩가루	콩비지
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	식육가공품/어육가공품			수산물	오징어	고등어	멸치	삼치	동태	임연수	가자미	대구	명태	
	*훈제오리: 오리(국내산) *생선까스: 청대구(네덜란드산)				원양산	국내산	국내산	국내산	러시아산	미국산	러시아산	러시아산	러시아산	
					낙지	갈치	주꾸미	코다리	꽃게	다랑어	참조기	뱅어포	아귀	
중국산					세네갈산	인도네시아산	러시아산	국내산	원양산	국내산	국내산	국내산		

* 식품의 수급상황과 업체 사정에 따라 원산지가 변경될 수 있습니다.