

■ 1일 에너지 및 단백질 권장량은 만 1-2세 900kcal 20g, 만 3-5세 1,400kcal 25g입니다.

2026년 10월 즐거운 식단 및 감수 없이 변경 가능 안내 (생일, 이벤트, 견학, 일부 감수 없이 변경 가능 식단)

(‘26. 09. 10. (목) 어린이급식 영양팀 ☎02-970-7937)

- 생일, 이벤트, 견학, 일부 감수 없이 변경 가능 식단을 아래와 같이 제공해드립니다. 기관 상황에 맞게 붙여 넣어주세요.
- 이 서류를 비치하시면 별도의 감수 없이 변경 가능합니다.
- (변경식단안내) 식단을 보호자에게 안내한 이후 변경 시는 변경 사유를 일지(운영일지 등)에 기록하고, 변경 내용을 보호자에게 안내해야 합니다. 정보공개포털에는 변경된 식단으로 재게시 권장합니다.
- 테마 식단 이용 시 식단표 하단의 테마 식단 원산지를 반드시 추가하여 표기해주시고, 테마 식단 미사용 시에는 삭제하거나 미사용으로 표기해주세요.

즐거운 식단					감수 없이 변경 가능 안내						
종 류	생일밥상1	이벤트 or 생일2	견학식단								
오전간식	*(선택사항) (오전간식:과일①②)	*(선택사항) (오전간식:과일①②)	*(선택사항) (오전간식:과일①②)	■채소스틱류 → 과일류 ■과일류 → 채소스틱류 and 유제품류 ■빵류 → 유과, 한과, 약과 or 전감자, 전고구마, 전단호박, 전밤 등 ■떡류 → 전감자, 전고구마, 전단호박, 전밤 등 ■현미스낵, 씨리얼 → 채소스틱류, 과일류 (단, 채소명, 과일명 구체적으로 식단표에 작성 권장) ■토요일 오후간식 → 기관 상황에 따라 기존메뉴 대신 ‘빵류, 우유’로 변경 가능 ■구이류 → 해당 주재료를 활용하여 조림, 볶음, 찜 등 변경 가능 (사유: 환기 어려움) ■죽식단 → 죽2회식단에 죽식단을 활용하여 죽3회식단으로 변경 사용 가능 ■서울미래밥상 → 서울시협조사업으로 급간식 모두 변경 없이 사용 권장 *서울미래밥상지침: 월 2회 이상, 잡곡밥, 과일, 유제품은 필수제공, 두부 or 생선 제공, 쌀밥x, 육류x, 난류x							
점 심	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 미역국⑤⑥⑩ (or쇠고기국⑤⑥⑩) 간pong기①⑤⑥⑩⑫ (or불고기⑤⑥⑩⑫) 샐러드①②⑤⑥⑩ (or잡채⑤⑥⑩ or삼색나물⑤⑥) 깍두기⑨(배추김치⑨)	하이라이스②⑤⑥⑩⑫⑬⑭ (or가래라이스②⑤⑥⑩⑫⑬) 춘권⑤⑥⑩ (or고로케①⑤⑥⑩) 깍두기⑨(배추김치⑨) 주스①②(발효유②) (추가선택:과일①② or샐러드①②⑤⑥⑩)	※ 「식품위생법」 상 집단급식소에서 조리된 음식의 배식은 집단급식소로 설치·운영 신고된 장소 내에서 이루어져야 하기에 이동 배식이 불가 (근거) 2023 식약처 집단급식소 급식안전관리 매뉴얼 33p 절의 응답 중 ※ 식중독 예방 위해 조리 후 2시간 내 배식 완료 쇠고기주먹밥⑤⑥⑩ 멸치조림⑤⑥(햄구이⑤⑥⑩) 깍두기⑨(배추김치⑨) 마시는요거트②(주스①②)								
오후간식	*(선택사항) 카스텔라①②⑤⑥ (or쌀빵①②⑤⑥ or케이크①②⑤⑥), 주스①② (or우유② or발효유②)	*(선택사항) 롤케이크①②⑤⑥ (or빵①②④⑤⑥), 차③(우유②)	*(선택사항) 빵①②④⑤⑥ (or마들렌①②⑤⑥), 주스①②(우유②)								
local/단백질/칼슘	481.7/18.9/127.1	471.3/12.6/57.2	501.7/14.5/186.6								

원산지	쌀 (밥,죽,누룽지) (찰쌀,현미,흑미)	배추김치		콩		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	오징어	생선살(명태)
		배추	고춧가루	두부	순두부						
	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산
가공품(사용하지 않은 식재료는 삭제)											
	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산
	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산	_____산

한 번 더 체크

☒ 쇠고기 국내산일 경우 : 국내산만 표기(X), 한우만 표기(X) → 국내산 한우(O), 국내산 육우(O) ☒ 참치(다랑어) : 국내산(X) → 원산지를 확인하여 표기해주세요!
☒ 육가공품(미트볼, 떡갈비, 완자, 동그랑땡, 너비아니, 함박 등) : 3순위 내 포함된 식품(쇠고기, 돼지고기, 닭고기 등) 원산지를 모두 표기해주세요!
☒ 명태(동태, 코다리, 생태, 명엽채, 동태포, 명태가공품(생선전, 생선가스 중 ‘명태’ 사용제품) 등) : 국내산(X) → 원산지를 확인하여 표기해주세요!
☒ 오징어, 진미채(오징어) : 원산지를 확인하여 표기해주세요! ☒ 해물완자, 해물믹스, 모듬해물(오징어) : 3순위 내 오징어가 포함되면 오징어 원산지를 표기해주세요!
☒ 원물과 그 가공품 원산지가 모두 동일한 경우, 개별 가공품 표시 없이, ‘00 및 그 가공품: 00산’으로 일괄표시 가능합니다!
 ※ 원산지 표시대상 수산물 20종 : 오징어(진미채, 해물완자 등) / 꽃게 / 명태(동태, 코다리, 생태, 명엽채, 동태포, 명태가공품 등) / 고등어 / 갈치 / 참조기 / 넙치 / 조피볼락 / 참돔 / 미꾸라지 / 뱀장어 / 다랑어(참치통조림 등) / 낙지 / 주꾸미 / 아귀 / 가리비 / 우렁쉥이(명게) / 전복 / 방어 / 부세

■ 1일 에너지 및 단백질 권장량은 만 1~2세 900kcal 20g, 만 3~5세 1,400kcal 25g입니다.
 ■ 생선류에는 선택메뉴를 제공하오니 기관에 맞게 선택하여 이용 바랍니다. 위 식단은 기관 및 식품 수급 상황에 따라 같은 식품군으로 대체 할 수 있습니다.
 ■ **검정색 괄호()**안의 재료는 생략 가능하며, **파란색 괄호()**안의 메뉴로 대체 가능합니다. **파란색 괄호()**안의 메뉴 중 택일하신 후 선택하지 않은 메뉴는 삭제하셔도 됩니다.
 ■ 식단 관련 문의는 노원구어린이·사회복지급식관리지원센터 ☎ 02) 970-7937입니다. (식단은 **로그인 없이** 노원구어린이·사회복지급식관리지원센터 홈페이지-공지사항에서 다운로드)

(필수) 10월 월간 식단표 하단의 원산지 표시 틀에 표기해주세요!

