

삼성 SDS 꿈토란어린이집 2026 년 10 월 식단표

일자/요일					1(목)	2(금)
오전간식	원산지 표시 공통사항		* 식단은 식자재 수급 상황 등에 따라 변경될 수 있습니다. * 식품 알레르기가 있는 아동은 담임선생님께 꼭 알려주시기 바랍니다. * 만 1세 영아에게 제공되는 김치류는 씻은 김치류가 제공되며 어린이집에서 제공되는 각 메뉴는 연령에 맞는 사이즈로 조절하여 배식됩니다. * 알레르기정보 ①계란 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤콩 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산 ⑭호두 ⑮달걀 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개(홍합, 굴, 전복 등) ⑲자트 ⑳기타		계란국밥①⑤⑥/깍두기⑨	참치섞음밥⑤⑥⑧⑨/열무김치/배 (참치/다랑어:원양산)
점심	쌀 (백미, 현미, 흑미, 찰쌀) (밥, 누룽지, 죽)	국내산			쌀밥 순두부국⑤ (두부(콩):국내산) 몽골리안비프⑤⑥⑧⑨ (소고기/한우:국내산) 올방개묵무침⑤⑥ 청경채나물 배추김치⑨	현미밥 아욱된장국⑤⑥ 혼재오리단호박볶음②⑤ &허니머스타드①⑤ (오리고기:국내산) 쌈무⑩ 깻잎순나물⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	김치류-배추, 고춧가루 (반찬, 찌개, 탕용, 걸절이, 백김치, 씻은김치류 포함)	국내산			스마일감자튀김⑤/우유②/오렌지	후레쉬버민①②⑤⑥/우유②
추가간식					바나나두유②⑤	뽕로호삼
열량/단백질/칼슘					939.6/29.5/324.0	957.3/28.2/375.3
일자/요일	5(월) 대체공휴일		6(화)	7(수)	8(목)	9(금) 한글날
오전간식	대 체 공 휴 일		누룽지죽/석박지⑨/토마토⑫	백김치국밥⑤⑥/바나나	달걀데리야끼섞음밥⑤⑥⑧/석박지⑨ (달고기:국내산)	
점심			찰쌀밥 유부맑은국⑤⑥ 달걀비⑤⑥⑧ (달고기:국내산) 사각어묵볶음⑤⑥ 브로컬리숙회 배추김치⑨	흑미밥 소고기미역국⑤⑥⑧ (소고기/육우:국내산) 돈육피망볶음⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 우영조림⑤⑥ 근대나물 충각김치⑨	기장밥 청국장찌개⑤⑥⑧ (두부(콩):국내산) 삼치조림⑤⑥ 파래자반 참나물무침 열무김치	
오후간식			수제비⑤⑥/우유②	간장비빔국수⑤⑥/우유②	말기잼식빵②⑤⑥/우유②/파인애플	
추가간식			감귤주스	마시는요구르트②⑩	배도라지주스	
열량/단백질/칼슘			900.5/33.7/358.1	818.7/36.6/553.1	927.9/40.9/349.5	
일자/요일	12(월)		13(화)	14(수) “잔반 없는 날”	15(목)	16(금)
오전간식	당근스프②⑤⑥⑧⑨/핑거스틱①②⑤④		깍두기치즈섞음밥②⑤④⑨/배	야채죽/열무김치/사과	물만두국밥②⑤④⑧⑨/배추김치⑨	곤드레섞음밥⑤⑥/충각김치⑨
점심	쌀밥 열무된장국⑤⑥ 소고기배추찜⑤⑥⑧ (소고기/한우:국내산) 애호박볶음⑤ 비타민나물 깍두기⑨		차조밥 무채국 오징어볶음⑤⑥⑦ (오징어:국내산) 실곤약초무침 가지나물 열무김치	시래기영양밥⑤⑥⑧ (소고기/한우:국내산) 두부미소장국⑤ (두부(콩):국내산) 밤송송떡갈비⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 구이김 유기농주스 배추겉절이⑨	찰쌀밥 열갈이된장국⑤⑥ 달걀채소볶음⑤⑥⑧ (달고기:국내산) 명엽채조림⑤⑥ 오이생채 깍두기⑨	쌀밥 황태국⑤⑥ 돈육두루치기⑤⑥⑧⑩ (돼지고기:국내산) 미역줄기볶음⑤⑥ 양배추된장무침⑤⑥ 열무김치
오후간식	찐 고구마/우유②		아란치니①②⑤⑥⑧⑩/우유②	우동①②⑤⑥⑧/우유②	강황탕수육⑤⑥⑧⑩/우유② (돼지고기:국내산)	치즈케이크①②⑤⑥/우유②
추가간식	미숫가루우유②		떠먹는요구르트②	스트링치즈②/요구르트②	하루야채주스	검은콩두유⑤
열량/단백질/칼슘	852.4/32.8/497.5		839.8/31.0/452.2	982.3/31.5/465.7	1045.9/38.3/359.1	1029.3/34.9/638.0
일자/요일	19(월)		20(화)	21(수)	22(목)	23(금)
오전간식	누룽지죽/깍두기⑨/메론		게살국밥⑧/배추김치⑨	뿌리채소섞음밥⑤④/열무김치	표고버섯죽/배추김치⑨	소고기섞음밥⑤⑥⑧/충각김치⑨ (소고기/육우:국내산)
점심	현미밥 근대된장국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑧ (소고기/한우:국내산) 청포묵무침⑤⑥ 썩간나물 배추김치⑨		쌀밥 맑은감자국 돼지갈비찜⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 비트무생채 숙음배추나물 오이소박이④	보리밥 애호박새우젓국⑨ 삼색계란찜① 베이컨양배추볶음①⑤⑥⑧⑩ (베이컨/돼지고기:외국산) 고구마순나물⑤⑥ 충각김치⑨	기장밥 달걀탕⑩ (달고기:국내산) 동그랑땡⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 버터컬리플라워볶음②⑤④ 배생채 깍두기⑨	흑미밥 순살등뼈탕⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 두부카즈⑤⑥ 블루베리멸치볶음⑤ 취나물무침 석박지⑨
오후간식	간장치킨①⑤⑥⑧/우유② (달고기:국내산)		푸실리파스타②⑤⑥⑧⑩/우유②	모듬과일/요거트②	단호박찜/우유②	꿀호떡②⑤④/우유②
추가간식	유기농식혜		바나나우유②	우리밀두부과자⑤⑥/우유②	네모치즈②/요구르트②	사과오렌지케일주스②
열량/단백질/칼슘	864.3/45.6/303.7		949.4/37.0/431.2	801.3/26.3/467.5	897.8/34.0/775.1	1130.4/38.2/360.6
일자/요일	26(월)		27(화)	28(수) “국 없는 날”	29(목)	30(금)
오전간식	양송이스프②⑤⑥⑧/모닝빵①②⑤④		김가루섞음밥⑤④/충각김치⑨	어묵국밥⑤④/배추김치⑨	하와이안섞음밥⑤④/석박지⑨	알밤죽/백김치⑥/사과
점심	찰쌀밥 배추된장국⑤④ 복찜⑤⑥⑧⑩ (돼지고기:국내산) 진미채볶음⑤⑥⑦ (오징어:폐루산) 당근숙주나물무침 열무김치		쌀밥 다시마양파국⑤④ 찜닭⑤⑥⑧ (달고기:국내산) 도토리묵&양념장⑤⑥ 치커리유자청무침 배추김치⑨	카레라이스②⑤⑥⑧⑩⑬⑭ (소고기/한우:국내산) 등심돈까스⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 마카로니무침①⑤⑥ 저당키위주스 깍두기⑨	기장밥 콩나물국⑤④ 수육⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 새송이버섯볶음⑤ 상추된장무침⑤④ 배추겉절이⑨	수소밥 갈비탕⑤⑥⑧ (소고기/육우:국내산) 온두부⑤ (두부(콩):국내산) 다시마튀각 비름나물 볶음김치⑤⑦
오후간식	포자만두찜②⑤⑥⑧⑩⑬⑭/우유②		오곡서리얼⑤⑥/바나나/우유②	찐감자/우유②	크림스파게티②⑤④⑤/우유②	우리쌀롤케이크①②⑤/우유②
추가간식	떠먹는요구르트②⑤⑥		종합과일주스	흑임자우유②⑤	유산균음료②⑤	망고주스
열량/단백질/칼슘	1065.3/48.3/464.5		842.1/27.7/274.4	901.6/31.7/256.6	972.5/42.1/403.4	948.2/26.8/390.5