2026년 11월 롯데가온어린이집 식단표

금천구어린이·사회복지급식관리지원센터 영양운영팀
롯데가온어린이집 영양사 공미영

	월	화	수	목	금	토
	2일	3일	4일	5일	6일	7일
오전간식	사과	소고기죽⑯	방울토마토⑫/치즈②	바나나/우유②	귤	우유②
점심	백미밥 안매운김칫국⑤⑥⑨ 닭고기데리야끼볶음⑤⑥⑮ 가지나물⑤⑥ 깍두기⑨	혼합잡곡밥 두부된장국⑤⑥ 임연수무조림⑤⑥ 깻잎나물⑤⑥ 배추김치⑨	돼지고기짜장밥⑤⑥⑩ 달걀팟국① 곤대나물⑤⑥ 배추김치⑨ 후식:과채주스	수수밥 청경채된장국⑤⑥ 소고기파프리카찜⑤⑥⑯ 숙주무침 깍두기⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 동그랑땡구이①⑤⑥⑩ 브로콜리나물 배추김치⑨	닭고기채소볶음밥⑤⑥⑮ 쑥갓된장국⑤⑥ 깍두기⑨ 파인애플
오후간식	찐고구마/우유②	김가루주먹밥⑤⑥ /마시는요거트②	우동⑤⑥	떡국	팥빵①②⑥/우유②	*석식에 기재
	9일	10일	11일	12일	13일	14일
오전간식	배	단감/우유②	당근스틱/떠먹는요거트②	(통곡물)시리얼+우유②	귤	두유⑤
점심	백미밥 호박된장국⑤⑥ 메추리알장조림①⑤⑥ 멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 새우살배춧국⑤⑥⑨ 삼치양념찜⑤⑥ 시금치무침 깍두기⑨	돈육채소볶음밥⑤⑥⑩ 버섯된장국⑤⑥ 청포묵무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식:바나나	차조밥 소고기뭇국⑤⑥⑯ 두부조림⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩나물국⑤ 오징어돼지불고기⑤⑥⑩ *열무된장무침⑤⑥ 배추김치⑨	하이라이스⑤⑥ 조갯살맑은국⑱ 깍두기⑨ 포도
오후간식	찐감자/우유②	감자수제비	치킨너겟	물만두⑤⑥⑩	기정떡/우유②	*석식에 기재
	16일	17일	18일	19일	20일*생일잔치*	21일
오전간식	누룽지죽	사과	오이스틱/떠먹는요거트②	귤	바나나	우유②
점심	현미밥 아욱된장국⑤⑥ 돼지고기양념찜⑤⑥⑩ *양배추숙쌈+쌈장⑤⑥⑬ 깍두기⑨	백미밥 감자양파국⑤⑥ 닭고기양파볶음⑤⑥⑮ 김구이⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 닭곰탕⑮ 진미채간장조림⑤⑥⑰ 청경채무침⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 청국장 소고기채소볶음⑤⑥⑯ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 소고기미역국 함박스테이크⑤⑥ 과일양상추샐러드 ①⑤⑥ 배추김치⑨	참치마요덮밥①⑤⑥ 미소장국⑤⑥ 배추김치⑨ 방울토마토⑫
오후간식	삶은달걀①/우유②	(통곡물)시리얼+우유②	삼색감자수제비	찐고구마/우유②	케이크①②⑥(꿀떡) /요구르트②	*석식에 기재
	23일	24일	25일	26일	27일	28일
오전간식	사과	단감	파프리카스틱/떠먹는요거트	미숫가루우유②⑤	포도	두유⑤
점심	백미밥 북엇국⑤⑥⑤ 훈제오리채소구이 새콤무생채 배추김치⑨	보리밥 순두부백탕⑤ 생선가스/소스⑤⑥⑦ *버섯들깨무침⑤⑥ 배추김치⑨	소고기부추덮밥⑤⑥⑯ 시금치된장국⑤⑥ 김자반⑤⑥ 깍두기⑨ 후식:귤	기장밥 어묵국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑮ 감자채볶음⑤ 깍두기⑨	백미밥 유부된장국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 상추채무침 배추김치⑨	장조림버터비빔밥 ②⑤⑥⑯ 우동장국⑤⑥ 배추김치⑨ 키위
오후간식	크림스프②⑥ /모닝빵①②⑥	찐단호박/우유②	크림스파게티⑤⑥⑫	잔치국수⑤⑥	바람떡/우유②	*석식에 기재
	30일					
오전간식	귤					
점심	백미밥 안매운육개장⑤⑥⑯ 새우살케첩볶음⑤⑥⑨⑫ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨					
오후간식	잼샌드위치①②⑥/우유②					

원산지 표시	쌀			콩		배추김치		축산물				수산물		
	밥	죽	누룽지	두부류	콩비지	배추	고춧가루	소고기	돼지고기	닭고기	오리고기	오징어	동태	고등어
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산 한우	국내산	국내산	국내산	국내산	러시아산	국내산
식육가공품	돈까스,탕수육,동그랑땡(돼지고기:국내산), 핫도그(돼지고기:국내산, 닭고기:국내산), 슬라이스햄,비엔나(닭고기:국내산, 돼지고기:국내산) 떡갈비(돼지고기:국내산, 소고기:국내산, 닭고기:국내산), 함박스테이크(닭고기:국내산, 돼지고기:국내산, 소고기:국내산) 베이컨(삼겹살:외국산/스페인,미국,독일 등), 치킨너겟,치킨까스(닭고기:국내산), 미트볼(닭고기:국내산,돼지고기:국내산) 진미채(오징어/페루산)													

- 알레르기 유발식품이 포함된 메뉴 뒤에 번호 표시 : '①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣' 등이 있으나, 개인마다 알레르기를 유발시킬 수 있는 식품은 다를 수 있으니 개별적으로 각별한 주의가 필요합니다.(조미료는 조리 시 추가 또는 변경 될 수 있어 알레르기 표시가 반영되지 않을 수 있습니다.

롯데가온어린이집 Tel)02.805.2176