11월 맛과 사랑이 가득한 영아식단

영등포구 어린이급식관리지원센터 Center for children's Foodservice Management

발행일	2026.10.30.
기관명	서비스에이스하람어린이집

	요일	월		화		수		목		금	
첫째주	일자	2일		3일		4일 [국없데이]		5일		6일	
	오전간식	김가루죽/단감		고구마죽		흑미찹쌀죽/사과		녹두죽		달걀양파죽①/방울토마토	
	점심	쌀밥 애호박맑은국⑤⑥ 쇠고기가지볶음⑤⑥⑯ 청경채나물⑤⑥ 영유아배추김치⑨		수수밥 열무된장국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 부추무침⑤⑥ 영유아깍두기⑨		두부소보로덮밥⑤⑥ 북어실채무침⑤⑥ ✪양배추유자청샐러드 영유아배추김치⑨ 짜먹는요구르트②		차조밥 꽃게된장국⑤⑥ 닭살간장구이⑤⑥⑮ ✪파프리카새콤무침⑤⑥ 영유아깍두기⑨		쌀밥 물만둣국⑤⑥⑩ 삼치살양념찜⑤⑥ 들깨무나물⑤⑥ 영유아배추김치⑨	
	오후간식	물만두⑤⑥⑩		◉팽이버섯크래미전⑮⑥⑧◉		찐감자		프렌치토스트①②⑤⑥		미니약과⑥/옥수수차	
	열량/단백질(kcal/g)	373/15		411/16		365/14		393/15		387/15	
	저녁간식	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8
둘째주	일자	9일		10일		11일 [국없데이]		12일 [서울미래밥상]		13일	
	오전간식	누룽지죽		청경채죽⑤⑥/배		모둠채소죽/오이스틱		애호박죽⑤⑥/사과		크림스프②⑥	
	점심	쌀밥 미역장국⑤⑥ 스크램블에그①⑤ ★브로콜리새우살볶음⑤⑥⑨★ 영유아배추김치⑨		기장밥 감자챗국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑯ 연근조림⑤⑥ 영유아깍두기⑨		콩나물밥*양념장⑤⑥ ✪참나물겉절이⑤⑥ 닭살주물럭⑤⑥⑮ 영유아배추김치⑨ 마시는요구르트②		흑미밥 ◉팽이버섯두부된장국⑤⑥◉ 가자미살구이⑤⑥ 얼갈이나물⑤⑥ 영유아깍두기⑨		쌀밥 시금치맑은국⑤⑥ 쇠고기당근조림⑤⑥⑯ ✪부추양파무침⑤⑥ 영유아배추김치⑨	
	오후간식	밤식빵①②⑤⑥		크림스파게티②⑥		찐고구마		채소주먹밥⑤		치즈스틱①②⑤⑥/보리차	
	열량/단백질(kcal/g)	363/15		434/15		407/12		378/14		369/18	
	저녁간식	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8
셋째주	일자	16일		17일		18일 [국없데이]		19일		20일	
	오전간식	가지죽/바나나		치즈죽②/파프리카스틱		열무죽⑤⑥		순두부죽⑤		흑임자죽/배	
	점심	쌀밥 무챗국⑤⑥ 안동찜닭⑤⑥⑮ 숙주당근무침⑤⑥ 영유아배추김치⑨		차조밥 배추된장국⑤⑥ 임연수살조림⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 영유아깍두기⑨		쇠고기자장밥②⑤⑥⑩⑮⑯ (볼)어묵구이⑤⑥ ✪양상추토마토샐러드⑤⑥⑫ 영유아배추김치⑨ 짜먹는요구르트②		수수밥 깻잎된장찌개⑤⑥ 돈육두루치기⑤⑥⑩ 김구이 영유아깍두기⑨		쌀밥 느타리버섯맑은국⑤⑥ (훈제)오리로스구이 쌈무무침 영유아배추김치⑨	
	오후간식	크림빵①②⑤⑥		볶음우동⑤⑥		삶은달걀①		핫케이크①②⑤⑥		오이감자샐러드①⑤/옥수수차	
	열량/단백질(kcal/g)	374/12		373/14		406/15		371/13		347/14	
	저녁간식	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8
넷째주	일자	23일		24일		25일 [국없데이]		26일 [서울미래밥상]		27일	
	오전간식	브로콜리죽⑤⑥/귤		양배추죽⑤⑥		타락죽②/당근스틱		파프리카죽/자른포도		쇠고기무죽⑯	
	점심	쌀밥 시래기된장국⑤⑥ 쇠고기폭찹⑤⑥⑫⑯ 시금치나물⑤⑥ 영유아배추김치⑨		흑미밥 들깨수제비탕⑤⑥ 돈육사태찜⑤⑥⑩ 자른미역줄기볶음⑤⑥ 영유아깍두기⑨		닭가슴살김치볶음밥⑤⑨⑮ ✪도토리묵무침⑤⑥ 연근조림⑤⑥ 영유아배추김치⑨ 마시는요구르트②		기장밥 오징어뭇국⑤⑥⑰ 두부조림⑤⑥ 근대나물⑤⑥ 영유아깍두기⑨		쌀밥 가지된장국⑤⑥ 탕수육*소스①⑤⑥⑩ ◉팽이버섯무침◉ 영유아배추김치⑨	
	오후간식	치즈롤빵①②⑤⑥		유부초밥⑤⑥		단호박찜		부추전⑤⑥		군고구마/보리차	
	열량/단백질(kcal/g)	367/15		457/16		348/12		347/13		403/15	
	저녁간식	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8
다섯째주	일자	30일		★신메뉴 안내★				◉11월 푸드브릿지◉			
	오전간식	감자죽⑤⑥		9일 브로콜리새우살볶음				step 1 : 팽이버섯크래미전 step 2 : 팽이버섯두부된장국 step 3 : 팽이버섯무침			
	점심	쌀밥 유부콩나물국⑤⑥ 안매운닭갈비⑤⑥⑮ 열무된장무침⑤⑥ 영유아배추김치⑨									
	오후간식	미니핫도그①②⑥⑩									
	열량/단백질(kcal/g)	457/17									
	저녁간식	우유②	97/8								

원산지 표시	쌀(찹쌀, 현미, 흑미)		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기(훈제)	콩			배추김치	
	쌀/죽	누룽지	국내산				두부	연두부	순두부	배추	고춧가루
	국내산	국내산	■한우 □육우 □젖소	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
식육가공품	떡갈비구이 (돼지고기 : 국내산), 탕수육*소스 (돼지고기 : 국내산)										
수산물가공품	팽이버섯크래미전 (명태연육 : 미국산), 꽃게된장국 (꽃게: 국내산)										
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류 ⑲잣 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.										

SERVICE ACE | SK telecom
서비스에이스하람어린이집

11월 맛과 사랑이 가득한 유아식단

영등포구 어린이급식관리지원센터
Center for children's Foodservice Management

발행일	2026.10.30.
기관명	서비스에이스하람어린이집

	요일	월		화		수		목		금	
첫째주	일자	2일		3일		4일 [국없데이]		5일		6일	
	오전간식	김가루죽/단감		고구마죽		흑미찹쌀죽/사과		녹두죽		달걀양파죽①/방울토마토	
	점심	쌀밥 애호박맑은국⑤⑥ 쇠고기가지볶음⑤⑥⑯ 청경채나물⑤⑥ 영유아배추김치⑨		수수밥 열무된장국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 부추무침⑤⑥ 영유아깍두기⑨		두부소보로덮밥⑤⑥ 북어실채무침⑤⑥ ✪양배추유자청샐러드 영유아배추김치⑨ 짜먹는요구르트②		차조밥 꽃게된장국⑤⑥ 닭살간장구이⑤⑥⑮ ✪파프리카새콤무침⑤⑥ 영유아깍두기⑨		쌀밥 물만둣국⑤⑥⑩ 삼치살양념찜⑤⑥ 들깨무나물⑤⑥ 영유아배추김치⑨	
	오후간식	물만두⑤⑥⑩		◉팽이버섯크래미전⑮⑥⑧◉		찐감자		프렌치토스트①②⑤⑥		미니약과⑥/옥수수차	
	열량/단백질(kcal/g)	573/23		632/24		561/22		605/23		595/23	
	저녁간식	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8
둘째주	일자	9일		10일		11일 [국없데이]		12일 [서울미래밥상]		13일	
	오전간식	누룽지죽		청경채죽⑤⑥/배		모둠채소죽/오이스틱		애호박죽⑤⑥/사과		크림스프②⑥	
	점심	쌀밥 미역장국⑤⑥ 스크램블에그①⑤ ★브로콜리새우살볶음⑤⑥⑨★ 영유아배추김치⑨		기장밥 감자챗국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑯ 연근조림⑤⑥ 영유아깍두기⑨		콩나물밥*양념장⑤⑥ ✪참나물겉절이⑤⑥ 닭살주물럭⑤⑥⑮ 영유아배추김치⑨ 마시는요구르트②		흑미밥 ◉팽이버섯두부된장국⑤⑥◉ 가자미살구이⑤⑥ 얼갈이나물⑤⑥ 영유아깍두기⑨		쌀밥 시금치맑은국⑤⑥ 쇠고기당근조림⑤⑥⑯ ✪부추양파무침⑤⑥ 영유아배추김치⑨	
	오후간식	밤식빵①②⑤⑥		크림스파게티②⑥		찐고구마		채소주먹밥⑤		치즈스틱①②⑤⑥/보리차	
	열량/단백질(kcal/g)	559/23		667/23		626/18		582/22		568/28	
	저녁간식	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8
셋째주	일자	16일		17일		18일 [국없데이]		19일		20일	
	오전간식	가지죽/바나나		치즈죽②/파프리카스틱		열무죽⑤⑥		순두부죽⑤		흑임자죽/배	
	점심	쌀밥 무챗국⑤⑥ 안동찜닭⑤⑥⑮ 숙주당근무침⑤⑥ 영유아배추김치⑨		차조밥 배추된장국⑤⑥ 임연수살조림⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 영유아깍두기⑨		쇠고기자장밥②⑤⑥⑩⑮⑯ (볼)어묵구이⑤⑥ ✪양상추토마토샐러드⑤⑥⑫ 영유아배추김치⑨ 짜먹는요구르트②		수수밥 깻잎된장찌개⑤⑥ 돈육두루치기⑤⑥⑩ 김구이 영유아깍두기⑨		쌀밥 느타리버섯맑은국⑤⑥ (훈제)오리로스구이 쌈무무침 영유아배추김치⑨	
	오후간식	크림빵①②⑤⑥		볶음우동⑤⑥		삶은달걀①		핫케이크①②⑤⑥		오이감자샐러드①⑤/옥수수차	
	열량/단백질(kcal/g)	576/18		573/22		625/23		572/21		534/22	
	저녁간식	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8
넷째주	일자	23일		24일		25일 [국없데이]		26일 [서울미래밥상]		27일	
	오전간식	브로콜리죽⑤⑥/귤		양배추죽⑤⑥		타락죽②/당근스틱		파프리카죽/자른포도		쇠고기무죽⑯	
	점심	쌀밥 시래기된장국⑤⑥ 쇠고기폭찹⑤⑥⑫⑯ 시금치나물⑤⑥ 영유아배추김치⑨		흑미밥 들깨수제비탕⑤⑥ 돈육사태찜⑤⑥⑩ 자른미역줄기볶음⑤⑥ 영유아깍두기⑨		닭가슴살김치볶음밥⑤⑨⑮ ✪도토리묵무침⑤⑥ 연근조림⑤⑥ 영유아배추김치⑨ 마시는요구르트②		기장밥 오징어뭇국⑤⑥⑰ 두부조림⑤⑥ 근대나물⑤⑥ 영유아깍두기⑨		쌀밥 가지된장국⑤⑥ 탕수육*소스①⑤⑥⑩ ◉팽이버섯무침◉ 영유아배추김치⑨	
	오후간식	치즈롤빵①②⑤⑥		유부초밥⑤⑥		단호박찜		부추전⑤⑥		군고구마/보리차	
	열량/단백질(kcal/g)	564/23		703/25		535/18		534/21		670/22	
	저녁간식	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8	우유②	97/8
다섯째주	일자	30일		★신메뉴 안내★				◉11월 푸드브릿지◉			
	오전간식	감자죽⑤⑥		9일 브로콜리새우살볶음				step 1 : 팽이버섯크래미전 step 2 : 팽이버섯두부된장국 step 3 : 팽이버섯무침			
	점심	쌀밥 유부콩나물국⑤⑥ 안매운닭갈비⑤⑥⑮ 열무된장무침⑤⑥ 영유아배추김치⑨									
	오후간식	미니핫도그①②⑥⑩									
	열량/단백질(kcal/g)	703/26									
	저녁간식	우유②	97/8								

원산지 표시	쌀(찹쌀, 현미, 흑미)		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기(훈제)	콩			배추김치	
	쌀/죽	누룽지	국내산				두부	연두부	순두부	배추	고춧가루
	국내산	국내산	■한우 □육우 □젖소	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
식육가공품	떡갈비구이 (돼지고기 : 국내산), 탕수육*소스 (돼지고기 : 국내산)										
수산물가공품	팽이버섯크래미전 (명태연육 : 미국산), 꽃게된장국 (꽃게 : 국내산)										
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류 ⑲잣 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.										

SERVICE ACE | SK telecom
서비스에이스하람어린이집