SEOUL 서울형 어린이집 | 꿈동산 어린이집 Dream Garden Preschool

2026년 11월 영아식단

(0세~2세)

관악구어린이급식관리지원센터

관악구어린이급식관리지원센터 영양팀

일자/요일	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
오전간식	제철과일(바나나)	제철과일(감귤)	우유미숫가루②⑤	채소스틱(당근)&치즈②	저당액상요구르트②	(곡물)씨리얼&우유②⑤⑥
점심	쌀밥 소고기양팟국⑯ 연두부&양념장⑤⑥ 우엉채볶음⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	잡곡밥(찹쌀밥) 달걀팟국① ★치킨가스&소스 ①⑤⑥⑫⑮⑯) 양상추샐러드&키위드레싱 김치(배추김치)⑨	<저염데이> 돼지고기채소볶음밥⑤⑥⑩ ★건새우아욱된장국⑤⑥⑨ 브로콜리(크래미)두부무침 ①⑤⑥⑧ 오이탕탕이	<일당!오십!의 날> 잡곡밥(기장밥) (들깨)버섯탕⑤⑥ ★자른메추리알소고기장조림 ①⑤⑥⑯ ★도토리묵&양념장⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	쌀밥 애호박된장국⑤⑥ ★닭살데리야끼볶음⑤⑥⑮ 얼갈이무침⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	달걀주먹밥①⑤ ★소고기쌀국수⑯ 김치(배추김치)⑨
오후간식	빵(모닝빵)(&딸기잼)①②⑤⑥ 우유②	찐감자 우유②	김가루주먹밥⑤⑥ 차(옥수수차)	★잔치국수①⑤⑥ 차(보리차)	빵(크로와상1/2)①②⑤⑥ 차(옥수수차)	-
열량(kcal)/단백질(g)	452/15	425/16	448/20	390/19	377/16	406/15
일자/요일	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토)
오전간식	제철과일(단감)	제철과일(사과)	(곡물)씨리얼&우유②⑤⑥	채소스틱(파프리카)&치즈②	호상요구르트②	우유미숫가루②⑤
점심	쌀밥 ★채소당면국⑤⑥ 소고기장똑똑이⑤⑥⑯ 건파래자반⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(흑미밥) 두부맑은국⑤ ★생선(가자미살)구이⑤⑥ 오이무침 김치(배추김치)⑨	돼지고기짜장덮밥 ①⑤⑥⑩⑮⑯⑱ 안매운(해물⑦⑰)짬뽕국⑤⑥ 숙주나물⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	잡곡밥(차조밥) 소고기된장국⑤⑥⑯ 두부채소완자전①⑤⑥ 깻잎나물⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 감자양팟국⑤⑥ ★닭살양념구이⑤⑥⑮ 청경채무침⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	오므라이스①⑤⑫ 팽이버섯두부된장국⑤⑥ 김치(배추김치)⑨
오후간식	빵(치즈빵)①②⑤⑥ 우유②	찐단호박 우유②	★크림스파게티②⑥ 차(둥글레차)	치즈주먹밥②⑤ 차(옥수수차)	찐고구마 차(보리차)	-
열량(kcal)/단백질(g)	441/16	378/18	443/15	425/15	387/15	386/19
일자/요일	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
오전간식	제철과일(바나나)	제철과일(감귤)	우유미숫가루②⑤	채소스틱(오이)&치즈②	호상요구르트②	(곡물)씨리얼&우유②⑤⑥
점심	쌀밥 소고기뭇국⑯ 치즈달걀말이①②⑤ ★잔멸치볶음⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(기장밥) ★북어챗국⑤⑥ ★닭살채소볶음⑤⑥⑮ 연근조림⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	<지구를 지키는 날> ☺새우살브로콜리토마토소스덮밥 ②⑤⑥⑨⑫⑮⑯⑱ 콩나물국⑤ 사각어묵볶음⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(찹쌀밥) 맑은배춧국 ★순살안동찜닭⑤⑥⑮ 시금치나물⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 미역국⑤⑥ 돼지고기바베큐폭찹 ①②⑤⑥⑩⑫⑯⑱ 코울슬로①⑤ 김치(깍두기)⑨	소고기비빔밥&달걀후라이 ①⑤⑥⑯ 쑥갓두부된장국⑤⑥ 김치(깍두기)⑨
오후간식	빵(밤식빵)①②⑤⑥ 우유②	찐감자 우유②	(★옥수수)채소전①⑤⑥ 차(둥글레차)	소고기주먹밥⑤⑯ 차(옥수수차)	빵(잼)치즈샌드위치)①②⑤⑥ 차(보리차)	-
열량(kcal)/단백질(g)	451/20	400/17	438/20	404/17	381/17	394/19
일자/요일	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)	28(토)
오전간식	제철과일(사과)	제철과일(바나나)	(곡물)씨리얼&우유②⑤⑥	채소스틱(당근)&치즈②	호상요구르트②	제철과일(배)&우유②
점심	쌀밥 유부된장국⑤⑥ 소고기채소조림⑤⑥⑯ 애호박볶음⑤⑥ 김치(배추김치)	잡곡밥(차조밥) 달걀양팟국①⑤⑥ 두부스테이크①⑤⑥⑫⑯ 버섯나물⑤⑥ 김치(깍두기)	<저염데이> 게맛살볶음밥①⑤⑥⑧ 맑은우동국⑤⑥ 찐만두⑤⑥⑩ 오이생채⑤⑥	잡곡밥(수수밥) 다시마무챗국⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑩⑯ 치커리(양상추)사과무침 김치(배추김치)⑨	쌀밥 근대된장국⑤⑥ 돼지고기찜⑤⑥⑩ 감자채볶음⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	★닭살데리야끼덮밥⑤⑥⑮ 두부맑은국⑤ 김치(깍두기)⑨
오후간식	빵(카스텔라)①②⑥ 우유②	찐고구마 우유②	달걀주먹밥①⑤ 차(옥수수차)	★닭칼국수⑥⑮	단호박꿀찜 차(옥수수차)	-
열량(kcal)/단백질(g)	450/19	442/16	443/15	424/16	385/18	386/17
일자/요일	30(월)					
오전간식	제철과일(바나나)					
점심	쌀밥 안매운육개장⑤⑥⑯ 토마토달걀볶음①⑤⑫ 콩나물무침⑤⑥ 김치(배추김치)⑨					
오후간식	빵(핑거스틱빵)①②⑤⑥ 우유②					
열량(kcal)/단백질(g)	453/17					



<이달의 식재료>

농산물	배추, 무, 늙은호박, 브로콜리, 연근, 당근, 우엉, 대파, 송이버섯, 양배추, 시금치, 감자, 양상추, 고구마, 총각무, 느타리버섯
수산물	대하, 굴, 홍합, 꼬막, 파래, 꽃게
과일	사과, 유자, 배, 석류, 감, 오미자

원산지표시

쌀 (밥,죽,누룽지현미,찹쌀,흑미)	콩 (두부, 콩비지)	김치		소고기	돼지고기
		배추 (얼갈이,봄동)	고춧가루		
국내산	외국산	국내산	국내산	국내산	국내산

닭고기	국내산
오리고기	국내산
오징어	국내산
고등어	국내산

식육 및 수산 가공품		
	참치캔(다랑어)	원양산
	치킨가스(닭고기)	국내산
	너비아니(소고기,돼지고기)	국내산

알레르기표시안내

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬이황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣

- 알레르기 유발 식품 표시 : 알레르기 반응을 보이는 아동에게는 해당 식품이 들어간 식품 및 가공식품에 특별히 주의해 주시기 바랍니다.
- ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어있습니다.
- 일부 식단이나 완제품의 경우, 알레르기 식품을 배제하기 어려우므로 반드시 각 제품의 알레르기 표시를 확인해 주시기 바랍니다.
- 들깨 알레르기가 있는 영유아의 경우에도 들깨메뉴 제공 시 주의해 주시기 바랍니다. ★영,유아 주의 식품입니다.

SEOUL 서울형 어린이집 | 꿈동산 어린이집 Dream Garden Preschool

2026년 11월 유아식단

(3세~5세)

관악구어린이급식관리지원센터

관악구어린이급식관리지원센터 영양팀

일자/요일	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
오전간식	제철과일(바나나)	제철과일(감귤)	우유미숫가루②⑤	채소스틱(당근)&치즈②	저당액상요구르트②	(곡물)씨리얼&우유②⑤⑥
점심	쌀밥 소고기양팟국⑯ 연두부&양념장⑤⑥ 우엉채볶음⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	잡곡밥(찹쌀밥) 달걀팟국① ★치킨가스&소스 ①⑤⑥⑫⑮⑯) 양상추샐러드&키위드레싱 김치(배추김치)⑨	<저염데이> 돼지고기채소볶음밥⑤⑥⑩ ★건새우아욱된장국⑤⑥⑨ 브로콜리(크래미)두부무침 ①⑤⑥⑧ 오이탕탕이	<일당!오십!의 날> 잡곡밥(기장밥) (들깨)버섯탕⑤⑥ ★자른메추리알소고기장조림 ①⑤⑥⑯ ★도토리묵&양념장⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	쌀밥 애호박된장국⑤⑥ ★닭살데리야끼볶음⑤⑥⑮ 얼갈이무침⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	달걀주먹밥①⑤ ★소고기쌀국수⑯ 김치(배추김치)⑨
오후간식	빵(모닝빵)(&딸기잼)①②⑤⑥ 우유②	찐감자 우유②	김가루주먹밥⑤⑥ 차(옥수수차)	★잔치국수①⑤⑥ 차(보리차)	빵(크로와상1/2)①②⑤⑥ 차(옥수수차)	-
열량(kcal)/단백질(g)	452/15	425/16	448/20	390/19	377/16	406/15
일자/요일	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토)
오전간식	제철과일(단감)	제철과일(사과)	(곡물)씨리얼&우유②⑤⑥	채소스틱(파프리카)&치즈②	호상요구르트②	우유미숫가루②⑤
점심	쌀밥 ★채소당면국⑤⑥ 소고기장똑똑이⑤⑥⑯ 건파래자반⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(흑미밥) 두부맑은국⑤ ★생선(가자미살)구이⑤⑥ 오이무침 김치(배추김치)⑨	돼지고기짜장덮밥 ①⑤⑥⑩⑮⑯⑱ 안매운(해물⑦⑰짬뽕국⑤⑥ 숙주나물⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	잡곡밥(차조밥) 소고기된장국⑤⑥⑯ 두부채소완자전①⑤⑥ 깻잎나물⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 감자양팟국⑤⑥ ★닭살양념구이⑤⑥⑮ 청경채무침⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	오므라이스①⑤⑫ 팽이버섯두부된장국⑤⑥ 김치(배추김치)⑨
오후간식	빵(치즈빵)①②⑤⑥ 우유②	찐단호박 우유②	★크림스파게티②⑥ 차(둥글레차)	치즈주먹밥②⑤ 차(옥수수차)	찐고구마 차(보리차)	-
열량(kcal)/단백질(g)	441/16	378/18	443/15	425/15	387/15	386/19
일자/요일	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
오전간식	제철과일(바나나)	제철과일(감귤)	우유미숫가루②⑤	채소스틱(오이)&치즈②	호상요구르트②	(곡물)씨리얼&우유②⑤⑥
점심	쌀밥 소고기뭇국⑯ 치즈달걀말이①②⑤ ★잔멸치볶음⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(기장밥) ★북어챗국⑤⑥ ★닭살채소볶음⑤⑥⑮ 연근조림⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	<지구를 지키는 날> ☺새우살브로콜리토마토소스덮밥 ②⑤⑥⑨⑫⑮⑯⑱ 콩나물국⑤ 사각어묵볶음⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(찹쌀밥) 맑은배춧국 ★순살안동찜닭⑤⑥⑮ 시금치나물⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 미역국⑤⑥ 돼지고기바베큐폭찹 ①②⑤⑥⑩⑫⑯⑱ 코울슬로①⑤ 김치(깍두기)⑨	소고기비빔밥&달걀후라이 ①⑤⑥⑯ 쑥갓두부된장국⑤⑥ 김치(깍두기)⑨
오후간식	빵(밤식빵)①②⑤⑥ 우유②	찐감자 우유②	(★옥수수)채소전①⑤⑥ 차(둥글레차)	소고기주먹밥⑤⑯ 차(옥수수차)	빵(잼)치즈샌드위치)①②⑤⑥ 차(보리차)	-
열량(kcal)/단백질(g)	451/20	400/17	438/20	404/17	381/17	394/19
일자/요일	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)	28(토)
오전간식	제철과일(사과)	제철과일(바나나)	(곡물)씨리얼&우유②⑤⑥	채소스틱(당근)&치즈②	호상요구르트②	제철과일(배)&우유②
점심	쌀밥 유부된장국⑤⑥ 소고기채소조림⑤⑥⑯ 애호박볶음⑤⑥ 김치(배추김치)	잡곡밥(차조밥) 달걀양팟국①⑤⑥ 두부스테이크①⑤⑥⑫⑯ 버섯나물⑤⑥ 김치(깍두기)	<저염데이> 게맛살볶음밥①⑤⑥⑧ 맑은우동국⑤⑥ 찐만두⑤⑥⑩ 오이생채⑤⑥	잡곡밥(수수밥) 다시마무챗국⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑩⑯ 치커리(양상추)사과무침 김치(배추김치)⑨	쌀밥 근대된장국⑤⑥ 돼지고기찜⑤⑥⑩ 감자채볶음⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	★닭살데리야끼덮밥⑤⑥⑮ 두부맑은국⑤ 김치(깍두기)⑨
오후간식	빵(카스텔라)①②⑥ 우유②	찐고구마 우유②	달걀주먹밥①⑤ 차(옥수수차)	★닭칼국수⑥⑮	단호박꿀찜 차(옥수수차)	-
열량(kcal)/단백질(g)	450/19	442/16	443/15	424/16	385/18	386/17
일자/요일	30(월)					
오전간식	제철과일(바나나)					
점심	쌀밥 안매운육개장⑤⑥⑯ 토마토달걀볶음①⑤⑫ 콩나물무침⑤⑥ 김치(배추김치)⑨					
오후간식	빵(핑거스틱빵)①②⑤⑥ 우유②					
열량(kcal)/단백질(g)	453/17					



<이달의 식재료>

농산물	배추, 무, 늙은호박, 브로콜리, 연근, 당근, 우엉, 대파, 송이버섯, 양배추, 시금치, 감자, 양상추, 고구마, 총각무, 느타리버섯
수산물	대하, 굴, 홍합, 꼬막, 파래, 꽃게
과일	사과, 유자, 배, 석류, 감, 오미자

원산지표시

쌀 (밥,죽,누룽지현미,찹쌀,흑미)	콩 (두부, 콩비지)	김치		소고기	돼지고기
		배추 (얼갈이,봄동)	고춧가루		
국내산	외국산	국내산	국내산	국내산	국내산

닭고기	국내산
오리고기	국내산
오징어	국내산
고등어	국내산

식육 및 수산 가공품		
	참치캔(다랑어)	원양산
	치킨가스(닭고기)	국내산
	너비아니(소고기,돼지고기)	국내산

알레르기표시안내

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬이황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣

- 알레르기 유발 식품 표시 : 알레르기 반응을 보이는 아동에게는 해당 식품이 들어간 식품 및 가공식품에 특별히 주의해 주시기 바랍니다.
- ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어있습니다.
- 일부 식단이나 완제품의 경우, 알레르기 식품을 배제하기 어려우므로 반드시 각 제품의 알레르기 표시를 확인해 주시기 바랍니다.
- 들깨 알레르기가 있는 영유아의 경우에도 들깨메뉴 제공 시 주의해 주시기 바랍니다. ★영,유아 주의 식품입니다.

SEOUL 서울형 어린이집 | 꿈동산 어린이집 Dream Garden Preschool

2026년 11월 영아식단

(야간연장형 0세~2세)

관악구어린이급식관리지원센터

관악구어린이급식관리지원센터 영양팀

일자/요일	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
저녁	쌀밥 ★황태챗국⑤⑥ 소고기장조림⑤⑥⑯ 배추나물⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 두부된장국⑤⑥ 소고기배추찜⑤⑥⑯ 달걀샐러드①⑤ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 감자맑은국⑤⑥ 돼지고기간장구이⑤⑥⑩ 오이나물⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	쌀밥 소고기대팟국⑤⑥⑯ 두부채소볶음⑤⑥ (들깨)버섯볶음⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	★닭살채소비빔밥⑤⑥⑮ 얼갈이된장국⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 소고기뭇국⑯ ★간장닭갈비⑤⑥⑮ 애호박볶음⑤⑥ 김치(깍두기)⑨
저녁간식	호상요구르트②	채소스틱(파프리카)	제철과일(사과)	호상요구르트②	제철과일(귤)	치즈②
열량(kcal)/단백질(g)	292/17	247/12	248/10	300/12	254/11	277/14
일자/요일	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토)
저녁	★소고기잡채덮밥⑤⑥⑯ 미역국⑤⑥ 두부구이&양념장⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	쌀밥 유부맑은국⑤ 소고기채소조림⑤⑥⑯ 사과당근채샐러드 김치(배추김치)⑨	쌀밥 순두부백탕①⑤ ★달걀장조림①⑤⑥ 감자채볶음⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 채소샤브샤브국⑤⑥ 돼지고기간장볶음⑤⑥⑩ 고구마맛탕⑤ 김치(깍두기)⑨	★치킨마요덮밥 ①⑤⑥⑩⑫⑮⑯⑱ 두부미소장국⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	쌀밥 달걀양팟국①⑤⑥ 팽이버섯두부조림⑤⑥ 감자범벅①⑤ 김치(배추김치)⑨
저녁간식	호상요구르트②	채소스틱(당근)	제철과일(바나나)	호상요구르트②	제철과일(배)	치즈②
열량(kcal)/단백질(g)	294/11	275/15	285/13	298/11	250/10	279/10
일자/요일	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
저녁	쌀밥 달걀팟국① 두부부침&양념장⑤⑥ 무나물⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	쌀밥 안매운김칫국⑨ 소고기감자조림⑤⑥⑯ 스크램블에그①②⑤ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 두부양팟국⑤⑥ ★닭살브로콜리조림⑤⑥⑮ 연근샐러드①⑤ 김치(배추김치)⑨	쌀밥 어묵국⑤⑥ ★소고기잡채⑤⑥⑯ 오이무침 김치(깍두기)⑨	돼지고기간장볶음밥 ⑤⑥⑩⑯ 시금치된장국⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	쌀밥 달걀탕① 소고기당근조림⑤⑥⑯ 콩나물무침⑤⑥ 김치(깍두기)⑨
저녁간식	호상요구르트②	채소스틱(오이)	제철과일(감귤)	호상요구르트②	제철과일(사과)	치즈②
열량(kcal)/단백질(g)	285/12	277/15	267/11	302/11	248/9	290/16
일자/요일	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)	28(토)
저녁	쌀밥 감자맑은국⑤⑥ ★달걀장조림①⑤⑥ 유부무침⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 느타리버섯된장국⑤⑥ 소고기양파볶음⑤⑥⑯ 고구마샐러드①⑤ 김치(배추김치)⑨	쌀밥 게살스프①⑤⑥⑧ 참치채소전①⑤⑥ 상추참깨무침⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 애호박된장국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑯ 숙주나물⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	돼지고기장조림버터비빔밥 ①②⑤⑥⑩ 두부맑은국⑤ 김치(배추김치))⑨	쌀밥 (물)만둣국①⑤⑥⑩ ★닭살양념구이⑤⑥⑮ 근대나물⑤⑥ 김치(깍두기)⑨
저녁간식	호상요구르트②	채소스틱(당근)	제철과일(바나나)	호상요구르트②	제철과일(사과)	치즈②
열량(kcal)/단백질(g)	297/14	297/11	298/13	287/15	251/11	296/14
일자/요일	30(월)					
저녁	쌀밥 콩나물국⑤ 소고기장조림⑤⑥⑯ 팽이버섯달걀전①⑥ 김치(배추김치)⑨					
저녁간식	호상요구르트②					
열량(kcal)/단백질(g)	298/15					



<이달의 식재료>

농산물	배추, 무, 늙은호박, 브로콜리, 연근, 당근, 우엉, 대파, 송이버섯, 양배추, 시금치, 감자, 양상추, 고구마, 총각무, 느타리버섯
수산물	대하, 굴, 홍합, 꼬막, 파래, 꽃게
과일	사과, 유자, 배, 석류, 감, 오미자

원산지표시	쌀(밥,죽,누룽지현미,찹쌀,흑미)	콩(두부,콩비지)	김치		소고기	돼지고기	닭고기	국내산	식육및수산가공품	참치캔(다랑어)	원양산
			배추(얼갈이,봄동)	고춧가루			오리고기	국내산		치킨(닭고기)	국내산
	국내산	외국산	국내산	국내산	국내산	국내산	오징어	국내산		떡갈비(돼지고기,소고기)	국내산
							고등어	국내산			

알레르기표시안내

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣

- 알레르기 유발 식품 표시 : 알레르기 반응을 보이는 아동에게는 해당 식품이 들어간 식품 및 가공식품에 특별히 주의해 주시기 바랍니다.
- ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어있습니다.
- 일부 식단이나 완제품의 경우, 알레르기 식품을 배제하기 어려우므로 반드시 각 제품의 알레르기 표시를 확인해 주시기 바랍니다.
- 들깨 알레르기가 있는 영유아의 경우에도 들깨메뉴 제공 시 주의해 주시기 바랍니다. ★영,유아 주의 식품입니다.

SEOUL 서울형 어린이집 | 꿈동산 어린이집 Dream Garden Preschool

2026년 11월 유아식단

(야간연장형 3세~5세)

관악구어린이급식관리지원센터

관악구어린이급식관리지원센터 영양팀

일자/요일	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
저녁	쌀밥 ★황태챗국⑤⑥ 소고기장조림⑤⑥⑯ 배추나물⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 두부된장국⑤⑥ 소고기배추찜⑤⑥⑯ 달걀샐러드①⑤ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 감자맑은국⑤⑥ 돼지고기간장구이⑤⑥⑩ 오이나물⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	쌀밥 소고기대팟국⑤⑥⑯ 두부채소볶음⑤⑥ (들깨)버섯볶음⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	★닭살채소비빔밥⑤⑥⑮ 얼갈이된장국⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 소고기뭇국⑯ ★간장닭갈비⑤⑥⑮ 애호박볶음⑤⑥ 김치(깍두기)⑨
저녁간식	호상요구르트②	채소스틱(파프리카)	제철과일(사과)	호상요구르트②	제철과일(귤)	치즈②
열량(kcal)/단백질(g)	292/17	247/12	248/10	300/12	254/11	277/14
일자/요일	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토)
저녁	★소고기잡채덮밥⑤⑥⑯ 미역국⑤⑥ 두부구이&양념장⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	쌀밥 유부맑은국⑤ 소고기채소조림⑤⑥⑯ 사과당근채샐러드 김치(배추김치)⑨	쌀밥 순두부백탕①⑤ ★달걀장조림①⑤⑥ 감자채볶음⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 채소샤브샤브국⑤⑥ 돼지고기간장볶음⑤⑥⑩ 고구마맛탕⑤ 김치(깍두기)⑨	★치킨마요덮밥 ①⑤⑥⑩⑫⑮⑯⑱ 두부미소장국⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	쌀밥 달걀양팟국①⑤⑥ 팽이버섯두부조림⑤⑥ 감자범벅①⑤ 김치(배추김치)⑨
저녁간식	호상요구르트②	채소스틱(당근)	제철과일(바나나)	호상요구르트②	제철과일(배)	치즈②
열량(kcal)/단백질(g)	294/11	275/15	285/13	298/11	250/10	279/10
일자/요일	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
저녁	쌀밥 달걀팟국① 두부부침&양념장⑤⑥ 무나물⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	쌀밥 안매운김칫국⑨ 소고기감자조림⑤⑥⑯ 스크램블에그①②⑤ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 두부양팟국⑤⑥ ★닭살브로콜리조림⑤⑥⑮ 연근샐러드①⑤ 김치(배추김치)⑨	쌀밥 어묵국⑤⑥ ★소고기잡채⑤⑥⑯ 오이무침 김치(깍두기)⑨	돼지고기간장볶음밥 ⑤⑥⑩⑯ 시금치된장국⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	쌀밥 달걀탕① 소고기당근조림⑤⑥⑯ 콩나물무침⑤⑥ 김치(깍두기)⑨
저녁간식	호상요구르트②	채소스틱(오이)	제철과일(감귤)	호상요구르트②	제철과일(사과)	치즈②
열량(kcal)/단백질(g)	285/12	277/15	267/11	302/11	248/9	290/16
일자/요일	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)	28(토)
저녁	쌀밥 감자맑은국⑤⑥ ★달걀장조림①⑤⑥ 유부무침⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 느타리버섯된장국⑤⑥ 소고기양파볶음⑤⑥⑯ 고구마샐러드①⑤ 김치(배추김치)⑨	쌀밥 게살스프①⑤⑥⑧ 참치채소전①⑤⑥ 상추참깨무침⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 애호박된장국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑯ 숙주나물⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	돼지고기장조림버터비빔밥 ①②⑤⑥⑩ 두부맑은국⑤ 김치(배추김치))⑨	쌀밥 (물)만둣국①⑤⑥⑩ ★닭살양념구이⑤⑥⑮ 근대나물⑤⑥ 김치(깍두기)⑨
저녁간식	호상요구르트②	채소스틱(당근)	제철과일(바나나)	호상요구르트②	제철과일(사과)	치즈②
열량(kcal)/단백질(g)	297/14	297/11	298/13	287/15	251/11	296/14
일자/요일	30(월)					
저녁	쌀밥 콩나물국⑤ 소고기장조림⑤⑥⑯ 팽이버섯달걀전①⑥ 김치(배추김치)⑨					
저녁간식	호상요구르트②					
열량(kcal)/단백질(g)	298/15					



<이달의 식재료>

농산물	배추, 무, 늙은호박, 브로콜리, 연근, 당근, 우엉, 대파, 송이버섯, 양배추, 시금치, 감자, 양상추, 고구마, 총각무, 느타리버섯
수산물	대하, 굴, 홍합, 꼬막, 파래, 꽃게
과일	사과, 유자, 배, 석류, 감, 오미자

원산지표시	쌀(밥,죽,누룽지현미,찹쌀,흑미)	콩(두부,콩비지)	김치		소고기	돼지고기	닭고기	국내산	식육및수산가공품	참치캔(다랑어)	원양산
			배추(얼갈이,봄동)	고춧가루			오리고기	국내산		치킨(닭고기)	국내산
	국내산	외국산	국내산	국내산	국내산	국내산	오징어	국내산		떡갈비(돼지고기,소고기)	국내산
							고등어	국내산			

알레르기표시안내

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣

- 알레르기 유발 식품 표시 : 알레르기 반응을 보이는 아동에게는 해당 식품이 들어간 식품 및 가공식품에 특별히 주의해 주시기 바랍니다.
- ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어있습니다.
- 일부 식단이나 완제품의 경우, 알레르기 식품을 배제하기 어려우므로 반드시 각 제품의 알레르기 표시를 확인해 주시기 바랍니다.
- 들깨 알레르기가 있는 영유아의 경우에도 들깨메뉴 제공 시 주의해 주시기 바랍니다. ★영,유아 주의 식품입니다.