

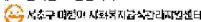
반죽·노출지		옥류						
발(백마·현마·흑마·잡말)		쇠고기		닭고기				
	국내산	국내산(한우)						
* 초기 이유식(4개월~5개월) · 유독성 - 생후 5개월 전후의 아기에 걸릴 위험률 미음료로 구성 - 하루에 한 번 일정한 시간에 한 스푼씩 천천히 이유식을 제공 * 알레르기 기가 되는 이유를 계속 제어 사용 * 한 개 이유식 양은 50g 정도가 적당		* 중기 이유식(6개월~8개월) · 반고형식 - 쌀밥 국수요 1월 2일 가늠하여, 식감 섭취를 시작 - 돼지고기 토마토 닭가슴살 고기의 대략 3mm크기 정도로 해서 국물, 찌꺼기 제거 - 4개월된 거먹았나 식감 가능한 식품도 갈아서 으깨줘서 사용도 가능 - 돼지고기 토마토는 식욕을 자극 예민 아이의 상태에 주의 깊게 관찰 * 한 개 이유식양은 80-120g 정도가 적당						
알레르기 유발식품표시	(※년유)	(※매밀)	(※땅콩)	(※돼지고기)	(※생선)	(※조식)	(※계)	(※채소)
	(※복합)	(※토마토)	(※해산물)	(※호두)	(※닭고기)	(※고구리)	(※조개류(굴, 전치, 참조기 포함))	(※맛)

이들 식품의 성분과 함량, 그리고 식품 첨가물을 함유한 식품의 품질등급을 보는 영유아 7개 표지 표시는 식품안전관리법 제9조에 규정되어 있습니다. 알레르기 증상을 보이는 영유아들은 급식 시 해당표지 살펴볼 것임.

(※해산물에는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물은 식품첨가물 관리법에 따르면 식품에 사용될 수 없습니다.)

● **매일 매일 제공(급식환경개선전 기준)**

- 식단의 예시 과일등의 위생식 단계별 사용 기능성식품을 참조하여 기원에 맞게 변경 가능합니다. (단, 연속적으로 동일 과일 제공 불가)
- 제공은 중(6~8개월) 20g, 후(9~15개월) 25g 제공하며, 완제품인 류레 제공시 양이 넘더라도 재사용 불가합니다.
- 과일별 상성에 따라 과일이나 류레 발주가 어려울 경우 자작으로 상호변경 가능합니다.
- 기온별 제공 방법과준장, 갈기, 슬라이스 등은 원물 상성에 맞게 선택 가능합니다.
- 이유식의 종류는 기존 양식 동등하게 제공, 과일은 후식이나 간식 형태로 제공됩니다. (보존감을 느낄 경우 다음 급식량만 조절)
- 모든 급식은 기온 당 위생, 종류와 동등하게 제공함을 보장합니다.

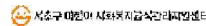




2026년 10월 식단표

(12개월~2세, 4찬 일반형)

발행일 : 2026. 9. 21.
작성자 : 황해리, 강진경, 임소진 영양사



일자 월/일/요일	오전간식	점심	오후간식	일자 월/일/요일	오전간식	점심	오후간식
		1일(목) 480kcal/18g ▽새송이버섯국 〈저염실천의 날〉 기장밥 저염유부묵자국⑤⑥ 근대나물⑤⑥ 고사리나물⑤⑥ 백김치⑤ 사과 한강재⑥우유②	2일(금) 473kcal/19g ▽ 〈일일1오실1의 날〉 차조밥 매호박된장국⑤⑥ 두부말근부름⑤⑥ 아욱나물⑤⑥ 각두기⑤ 요구르트②	3일(토) 개천절 473kcal/19g ▽ 〈일일1오실1의 날〉 차조밥 매호박된장국⑤⑥ 두부말근부름⑤⑥ 아욱나물⑤⑥ 각두기⑤ 요구르트②			
점심		6일(화) 411kcal/18g 오렌지&치즈② 흑미밥 얼갈이국⑤⑥ 순살달걀비⑤⑥ 참나물무침⑤⑥ 각두기⑤ 마카로니샐러드⑤⑥⑦	7일(수) 441kcal/19g 오이&플레인요구르트② ▽최고기새송이버섯알밥⑤⑥⑦ 콩나물국⑤ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑤ 순김파래저장 사과	8일(목) 464kcal/17g 단근국 〈저염실천의 날〉 흑미밥 순부 달걀가지구이⑤⑥ 시래기나물⑤⑥ 배추김치⑤ 배	9일(금) 한글날 464kcal/17g 단근국 〈저염실천의 날〉 흑미밥 순부 달걀가지구이⑤⑥ 시래기나물⑤⑥ 배추김치⑤ 배		
오후간식		10일(토) 318kcal/11g 우유②				11일(토) 318kcal/11g 우유②	
점심		12일(일) 498kcal/16g 타락죽②	13일(월) 406kcal/18g 사과&우유② 보리밥 만두국⑤⑥⑦ 스크림볼에그①⑤ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑤ 바나나	14일(수) 448kcal/16g 단근국&플레인요구르트② 수제비⑤⑥	15일(목) 445kcal/15g 브로콜리국 〈저염실천의 날〉 기장밥 현미밥 순부 쇠불고기⑤⑥⑦ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑤ 각두기⑤ 오렌지	16일(금) 474kcal/18g 사과 기장밥 ▽새송이버섯된장국⑤⑥ 돈육데리야카부름⑤⑥ 히나물무침⑤⑥ 배추김치⑤ 요구르트②	17일(토) 306kcal/12g 우유②
점심		18일(토) 498kcal/16g 타락죽②	19일(일) 489kcal/15g 오이&플레인요구르트②	20일(월) 409kcal/15g 오이&플레인요구르트②	21일(수) 462kcal/17g 사과&치즈② 두부우유매콤비빔국수⑤⑥⑦ 오징어국⑤⑥⑦ 매호박나물⑤⑥ 백김치⑤ 순김구이 미숫가루⑤⑥	22일(목) 478kcal/18g 흑임자국 〈저염실천의 날〉 기장밥 현미밥 순부 쇠불고기⑤⑥⑦ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑤ 각두기⑤ 오렌지	23일(금) 487kcal/17g 바나나 보리밥 근대말은국 달걀계소구이⑤⑥ 치커리요리부름⑤⑥ 배추김치⑤ 각두기⑤ 요구르트②
점심		24일(토) 325kcal/15g 우유②				25일(토) 325kcal/15g 우유②	
점심		26일(일) 472kcal/16g 청경채국 기장밥 황태미역국⑤⑥ 두부부침⑤⑥ 갯말나물⑤⑥ 각두기⑤ 사과	27일(월) 412kcal/17g 바나나 수수밥 청국장⑤⑥ 최고기파프리카부름⑤⑥⑦ ▽새송이버섯나물⑤⑥ 각두기⑤ 토마토⑤	28일(수) 435kcal/19g 파프리카&플레인요구르트② 새우살보름리볶음밥⑤⑥⑦ 팽이버섯된장국⑤⑥ 얼갈이나물⑤⑥ 각두기⑤ 순오이조림 바나나	29일(목) 480kcal/18g 토마토국 기장밥 현미밥 순부 쇠고기미역국⑤⑥⑦ 돈가스&소스⑤⑥⑦⑧ 양상추샐러드 배추김치⑤ 배	30일(금) 480kcal/18g 토마토국 보리밥 근대말은국 달걀계소구이⑤⑥ 치커리요리부름⑤⑥ 배추김치⑤ 각두기⑤ 요구르트②	31일(토) 326kcal/12g 우유②
점심		32일(토) 326kcal/12g 우유②				33일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		34일(토) 326kcal/12g 우유②				35일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		36일(토) 326kcal/12g 우유②				37일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		38일(토) 326kcal/12g 우유②				39일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		40일(토) 326kcal/12g 우유②				41일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		42일(토) 326kcal/12g 우유②				43일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		44일(토) 326kcal/12g 우유②				45일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		46일(토) 326kcal/12g 우유②				47일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		48일(토) 326kcal/12g 우유②				49일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		50일(토) 326kcal/12g 우유②				51일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		52일(토) 326kcal/12g 우유②				53일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		54일(토) 326kcal/12g 우유②				55일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		56일(토) 326kcal/12g 우유②				57일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		58일(토) 326kcal/12g 우유②				59일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		60일(토) 326kcal/12g 우유②				61일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		62일(토) 326kcal/12g 우유②				63일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		64일(토) 326kcal/12g 우유②				65일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		66일(토) 326kcal/12g 우유②				67일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		68일(토) 326kcal/12g 우유②				69일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		70일(토) 326kcal/12g 우유②				71일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		72일(토) 326kcal/12g 우유②				73일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		74일(토) 326kcal/12g 우유②				75일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		76일(토) 326kcal/12g 우유②				77일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		78일(토) 326kcal/12g 우유②				79일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		80일(토) 326kcal/12g 우유②				81일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		82일(토) 326kcal/12g 우유②				83일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		84일(토) 326kcal/12g 우유②				85일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		86일(토) 326kcal/12g 우유②				87일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		88일(토) 326kcal/12g 우유②				89일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		90일(토) 326kcal/12g 우유②				91일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		92일(토) 326kcal/12g 우유②				93일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		94일(토) 326kcal/12g 우유②				95일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		96일(토) 326kcal/12g 우유②				97일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		98일(토) 326kcal/12g 우유②				99일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		100일(토) 326kcal/12g 우유②				101일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		102일(토) 326kcal/12g 우유②				103일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		104일(토) 326kcal/12g 우유②				105일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		106일(토) 326kcal/12g 우유②				107일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		108일(토) 326kcal/12g 우유②				109일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		110일(토) 326kcal/12g 우유②				111일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		112일(토) 326kcal/12g 우유②				113일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		114일(토) 326kcal/12g 우유②				115일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		116일(토) 326kcal/12g 우유②				117일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		118일(토) 326kcal/12g 우유②				119일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		120일(토) 326kcal/12g 우유②				121일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		122일(토) 326kcal/12g 우유②				123일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		124일(토) 326kcal/12g 우유②				125일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		126일(토) 326kcal/12g 우유②				127일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		128일(토) 326kcal/12g 우유②				129일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		130일(토) 326kcal/12g 우유②				131일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		132일(토) 326kcal/12g 우유②				133일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		134일(토) 326kcal/12g 우유②				135일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		136일(토) 326kcal/12g 우유②				137일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		138일(토) 326kcal/12g 우유②				139일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		140일(토) 326kcal/12g 우유②				141일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		142일(토) 326kcal/12g 우유②				143일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		144일(토) 326kcal/12g 우유②				145일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		146일(토) 326kcal/12g 우유②				147일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		148일(토) 326kcal/12g 우유②				149일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		150일(토) 326kcal/12g 우유②				151일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		152일(토) 326kcal/12g 우유②				153일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		154일(토) 326kcal/12g 우유②				155일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		156일(토) 326kcal/12g 우유②				157일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		158일(토) 326kcal/12g 우유②				159일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		160일(토) 326kcal/12g 우유②				161일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		162일(토) 326kcal/12g 우유②				163일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		164일(토) 326kcal/12g 우유②				165일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		166일(토) 326kcal/12g 우유②				167일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		168일(토) 326kcal/12g 우유②				169일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		170일(토) 326kcal/12g 우유②				171일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		172일(토) 326kcal/12g 우유②				173일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		174일(토) 326kcal/12g 우유②				175일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		176일(토) 326kcal/12g 우유②				177일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		178일(토) 326kcal/12g 우유②				179일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		180일(토) 326kcal/12g 우유②				181일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		182일(토) 326kcal/12g 우유②				183일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		184일(토) 326kcal/12g 우유②				185일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		186일(토) 326kcal/12g 우유②				187일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		188일(토) 326kcal/12g 우유②				189일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		190일(토) 326kcal/12g 우유②				191일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		192일(토) 326kcal/12g 우유②				193일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		194일(토) 326kcal/12g 우유②				195일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		196일(토) 326kcal/12g 우유②				197일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		198일(토) 326kcal/12g 우유②				199일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		200일(토) 326kcal/12g 우유②				201일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		202일(토) 326kcal/12g 우유②				203일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		204일(토) 326kcal/12g 우유②				205일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		206일(토) 326kcal/12g 우유②				207일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		208일(토) 326kcal/12g 우유②				209일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		210일(토) 326kcal/12g 우유②				211일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		212일(토) 326kcal/12g 우유②				213일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		214일(토) 326kcal/12g 우유②				215일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		216일(토) 326kcal/12g 우유②				217일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		218일(토) 326kcal/12g 우유②				219일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		220일(토) 326kcal/12g 우유②				221일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		222일(토) 326kcal/12g 우유②				223일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		224일(토) 326kcal/12g 우유②				225일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		226일(토) 326kcal/12g 우유②				227일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		228일(토) 326kcal/12g 우유②				229일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		230일(토) 326kcal/12g 우유②				231일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		232일(토) 326kcal/12g 우유②				233일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		234일(토) 326kcal/12g 우유②				235일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		236일(토) 326kcal/12g 우유②				237일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		238일(토) 326kcal/12g 우유②				239일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		240일(토) 326kcal/12g 우유②				241일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		242일(토) 326kcal/12g 우유②				243일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		244일(토) 326kcal/12g 우유②				245일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		246일(토) 326kcal/12g 우유②				247일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		248일(토) 326kcal/12g 우유②				249일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		250일(토) 326kcal/12g 우유②				251일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		252일(토) 326kcal/12g 우유②				253일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		254일(토) 326kcal/12g 우유②				255일(토) 326kcal/12g 우유②	
점심		256일(토) 326kcal/12g 우유②				257일(토)	

식단 안내

1. 서초구 어린이급식관리지원센터에서 제공하는 점심 및 2회의 간식 식단은 하루 영양섭취량을 기준으로 하여 3~5세 **600kcal***, 1~2세 **390kcal*** 내외로 구성됩니다.

(한국인영양섭취기준, 2025년 한국영양학회)

	기준체중(kg)	기준키(cm)	열량(kcal)	단백질(g)
3~5세	17.6	105.4	1,400	25
1~2세	11.7	85.8	900	20

- * 점심 열량은 1일 영양섭취기준에서 간식으로부터 얻는 양을 제외한 양의 1/3을 제공합니다.
- * 600kcal과 390kcal은 점심과 2회의 간식을 포함한 열량입니다.

2. <생일식단>, <견학식단>은 어린이집 유치원에서 행사를 진행하시는 날에 변경하여 사용 가능합니다.

3. <녹색친화 건강식단>으로 주 3회 이상 자연식품(비타민과 무기질이 풍부한 과일, 채소 등)을 제공합니다.

매일 제공 가능한 채소스틱을 안내드리니 급식소에 맞게 채소스틱을 선택하시고 식단표와 급식운영일지에 구체적인 식품명을 표시합니다.

4. 포화지방, 나트륨, 식품첨가물 등이 많은 초가공식품(소시지, 어묵, 햄 등)의 사용을 제한합니다.

5. <수요일은 다 먹는 날> 안내

- 매일 수요일 중 하루, 잔반 없는 '수다날'을 시행합니다. 아이들이 먹을 만큼만 배식하고 끝까지 먹을 수 있도록 지도합니다.

6. <저녁실천의 날>은 매주 목요일 저녁메뉴를 구성하여 나트륨 저감화를 실천할 수 있도록 구성되었으며, 주 1회 '국 없는 날'로 지정하여 국을 제공하지 않거나 송농을 제공합니다.

7. <서울미래밥상>은 지구의 미래를 위해 서울시가 제안하는 식사로 육류를 제외한 수산물 및 식물성 단백질, 채소류, 과일류, 유제품 위주로 구성되었으며, 포화지방과 당류 함량을 낮춰 건강과 환경을 살리는 지속가능한 식단입니다. '서울미래밥상'은 월 2회 이상 제공하며 이 중 1회는 '밀당!오심!'의 날로 당류 저감 메뉴를 포함합니다.

- * 단백질 섭취를 위해 수산물 1회, 식물성 단백질을 1회로 구성하여 제공합니다.
- * 밀당!오심!의 날은 일일 당류 섭취량 50g이 넘지 않도록 구성합니다.

8. <대체 식품 안내> 식재료의 수급상황에 따라 식재료는 변동될 수 있으며, 같은 식품군, 동일 조리법으로 대체 가능합니다.

구 분	대체가능 식품
계절과일	수박, 참외, 사과, 바나나, 토마토, 키위, 배, 복숭아 등
떡	무지개떡, 살기떡, 시루떡, 증편 등 (묵에 걸리지 않는 떡으로 선택)
빵	소보로, 카스테라, 치즈빵, 머핀, 롤빵, 식빵 등
밥	혼합잡곡밥, 수수밥, 흑미밥, 차조밥 등 잡곡종류
국	채소국 호박국, 근대국, 감자국, 열무된장국, 미역국, 콩나물국 등 고깃국 쇠고기뭇국, 닭곰탕, 육개장, 북엇국, 황태채뭇국, 오징어뭇국 등
단백질 반찬	육류 소, 돼지, 닭, 오리 등 어류 고등어, 삼치, 임연수, 가자미, 오징어, 주꾸미, 새우 등
	난류, 콩류 달걀, 두부 등
나물 (생채)	오이, 무, 부추, 상추, 배추, 치커리, 청경채, 도라지 등
나물 (숙채)	가지, 애호박, 콩나물, 참나물, 미나리, 숙주, 무, 근대, 시금치, 고사리, 브로콜리 등
우유	치즈, 요구르트, 플레인요구르트, 알레르기가 있는 영유아는 두유로 대체

9. <알레르기>를 유발하는 식품은 유아의 개별 특성을 고려하여 대체식/제거식/부모도시락으로 제공 가능합니다.

①난류 ②우유 ③매일 사용하는 식품 ④대두 ⑤밀 ⑥고등어 ⑦계 ⑧새우 ⑨돼지고기 ⑩복숭아 ⑪토마토 ⑫아황산류 ⑬호두 ⑭닭고기 ⑮쇠고기 ⑯조각떡 ⑰조각떡(떡, 견과, 혼합 포함) ⑱과자 ⑲이들 식품의 성분을 함유한 식품 또는 식품첨가물을 함유한 식품에 특정증상을 보이는 영유아나 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 영유아들은 급식시 확인하여 제공합니다.

- * ⑫아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

10. <원산지 표시> 안내

『쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 연소(유산양 포함), 고기(식육, 포장육, 식육가공품 포함), 쌀/잡곡/현미/쌀가공품(밥, 죽, 누룽지 포함), 배추김치(배추, 얼얼이배추, 볼통배추, 고춧가루 포함), 콩(두부류, 콩국수, 콩비지 포함), 납치, 조피물락, 참돔, 미꾸라지, '뽕장어, 낙지, 황태(건제품 제외), 고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조개, 주꾸미, 아귀, 다랑어, 가리비, 우렁창이(양게), 방어, 전복, 무세'가 해당됩니다.

11. <질식 위험 음식에 대한 주의>

- 영유아 발달 정도를 고려하여 질식을 유발할 수 있는 식재료를 제한하고 연령별 식단을 구분 사용합니다.
- 모든 음식 섭취 시 꼭꼭 씹어 먹을 수 있도록 지도하고, 잘 삼켰는지 확인합니다.

3~5세	떡 메뉴 제공 -> 떡발 떡류로 제공하고, 잘게 갈라 배식 제철채소를 '채소스틱' 형태로 플레인요구르트와 함께 제공
1~2세	떡 메뉴 제외 -> 화요일 오후간식으로 찐서른, 빵류 등을 번갈아 제공 제철채소를 0.4*0.4cm 크기로 잘라 '다진채소' 형태로 플레인요구르트와 함께 제공 *2025 식단 의견 조사에 따라 1~2세의 경우 '채소스틱' 또는 '다진채소' 중 선택 제공 가능

12. <생선류 배식 시 가시 등 이물질 주의>

- 생선류의 경우 가시 등 이물질을 제거한 후 조리합니다.
- 선생님은 배식 전 생선살의 가시 유무를 확인 후 제공하고 아이들에게 주의하여 섭취하도록 지도합니다.

13. <서초형 급식환경개선 식단> 1식 4찬 메뉴 안내

- 매일 제철과일과 유제품이 1회 이상 제공되도록 식단을 구성합니다.
- 점심 식단으로 4찬식을 구성하여 제공합니다. (기본식단 3찬 + 1찬)

간식으로 제철과일이 제공될 경우	점심 메뉴로 간편식, 후식의 형태로 17지 메뉴를 추가로 제공(연속적으로 동일 과일 제공 불가)
간식에 제철과일이 없을 경우	점심 메뉴로 제철 과일을 후식으로 제공(간식 1회 분량의 50~70%)