

원산지 표시	밥·죽·누룽지		소고기		육류		콩류		
	쌀(백미·현미·흑미·잡쌀 포함)		국내산	한우/육우/젓소	달고기		두부류		
	국산	외국산	국가명:	산	국산	국산			
※ 식품의 수급 상황에 따라 매뉴얼경로로 위의 원산지 표시가 변경되는 경우 수정하여 게시 및 공지하시기 바랍니다.									
알레르기유발식품표시	①난류 ⑪복숭아	②우유 ⑫토마토	③메밀 ⑬야생산란	④땅콩 ⑭호두	⑤대두 ⑮달고기	⑥밀 ⑯소고기	⑦고등어 ⑰오징어	⑧게 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함)	⑨새우 ⑲돼지고기 ⑳참

강남구 어린이·사회복지급식관리지원센터			2026년 10월 식단표 (일반형 1-2세)			어린이집/유치원	
작성자: 영양팀						발행일: 2026. 9. 15.	
요일	월		화	수	목	금	
	★기호표시안내★				1	2	
오전 간식	●	자연간식 (과일채소쥬스류)			●데친당근 치즈②	●자른씨없는포도	
점심	♣	영아 섭취시 주의			수수밥 감자맑은국⑤⑥	백미밥 근대된장국⑤⑥	
	◆	가공식품 사용 시 원산지 표시			●삼치구이⑤⑥ 청포묵무침⑤⑥	닭볶음탕⑤⑥⑮ 새송이버섯무침⑤⑥	
	▶	대체메뉴			깍두기⑨	배추김치⑨	
오후 간식	음영	계란알레르기 대체식 제공 메뉴			간장비빔국수⑤⑥	쌀과자①②⑤⑥ 우유②	
열량/ 단백질	서울미래밥상	서울시 공공급식 사업 (월 2회)			427/20 kcal/g	427/17 kcal/g	
5			6	7(국없는날)	8	9	
오전 간식			●블루베리 우유②	단호박죽②	●데친브로콜리 치즈②		
점심			차조밥 채개장⑤⑥ 두부구이*양념장⑤⑥ ●잔멸치볶음⑤⑥	돈육자장밥②⑤⑥⑩⑮⑯ 송농 토마토달걀볶음①⑤⑫ 배추김치⑨	참쌀현미밥 배추맑은국⑤⑥ 소고기장조림⑤⑥⑯ 연근참깨소스무침①⑤⑥		
			깍두기⑨	사과1/4	깍두기⑨		
			썩갠우동⑤⑥	스윗치즈빵①②⑤⑥ 우유②	수제비⑤⑥		
오후 간식							
열량/ 단백질			447/19 kcal/g	479/20 kcal/g	456/21 kcal/g		
12			13♥생일식단♥	14	15	16	
오전 간식	시리얼⑤ * 우유②		●굴	들깨무죽⑤⑥	●파프리카 치즈②	●배	
점심	백미밥 콩나물국⑤⑥ 돈육두루치기⑤⑥⑩ 도토리묵오이무침⑤⑥		백미밥 소고기미역국⑤⑥⑯ 돈사태찜⑤⑥⑩	해물굴소스볶음밥⑤⑥⑨⑰⑱ 실파국 찜만두①⑤⑥⑩⑮⑯⑱	흑미밥 곰탕⑯ 달걀말이①⑤ 애호박나물⑤⑥	백미밥 시래기된장국⑤⑥ 소고기당면볶음⑤⑥⑯	
	배추김치⑨		무생채 깍두기⑨	배추김치⑨ 오렌지1/4	깍두기⑨	도라지나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	
	●찜감자 결명자차		롤케이크①②⑤⑥*우유②	파배기①②⑤⑥) 우유②	토마토스파게티 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱	두부텐더①⑤⑥	
오후 간식							
열량/ 단백질	440/18 kcal/g		444/18 kcal/g	453/17 kcal/g	447/20 kcal/g	414/17 kcal/g	
19			20	21(국없는날)	22	23	
오전 간식	●견과류(슬라이스아몬드) 호상요구르트②		●바나나 우유②	당근스프②	●오이 치즈②	●굴	
점심	백미밥 콩비지찌개⑤⑥⑨ ●자른메추리알계첩조림 ①⑤⑥⑫ 브로콜리맛살무침①⑤⑥⑧⑫		기장밥 얼갈이된장국⑤⑥ 새우살숙주볶음⑤⑥⑨⑱ 우영흑임자소스무침①⑤⑥	닭살양파덮밥⑤⑥⑮⑱ 송농 김자반⑤ 파프리카유자청무침⑤⑥	차조밥 무채국⑤⑥ 소고기팽이버섯찜⑤⑥⑯ 시금치나물⑤⑥	백미밥 맑은미역국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩	
	배추김치⑨		깍두기⑨	배추김치⑨	깍두기⑨	감자채볶음⑤⑥ 배추김치⑨	
	●찜고구마 옥수수차		모듬어묵탕⑤⑥	후레쉬번①②⑤⑥ 우유②	비건볶음쌀국수⑤⑥	모듬빵①②⑤⑥우유②	
오후 간식							
열량/ 단백질	442/17 kcal/g		430/23 kcal/g	426/16 kcal/g	458/18 kcal/g	421/17kcal/g	
26			27	28	29	30	
오전 간식	시리얼⑤ * 우유②		●자른씨없는포도 우유②	옥수수죽	●자른토마토⑫ 치즈②	●단감	
점심	백미밥 소고기양배추국⑤⑥⑯ 달걀찜① 청경채나물⑤⑥		참쌀현미밥 새송이버섯맑은국⑤⑥ 돈육양념구이⑤⑥⑩	소고기소보로비빔밥⑤⑥⑯ 쪽파장국⑤⑥ ●해물완자전⑤⑥⑨⑰⑱	수수밥 안매운김치국⑤⑥⑨ 훈제오리⑤⑥ 부추사과무침⑤⑥	백미밥 순살감자탕⑤⑥⑨⑱	
	배추김치⑨		콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	배추김치⑨	깍두기⑨	두부조림⑤⑥ 미역출기볶음⑤⑥ 배추김치⑨	
	●찜단호박 보리차		칼국수⑤⑥	마들렌①②⑤⑥ 우유②	물만두①⑤⑥⑩⑯⑱	고구마맛탕⑤ 우유②	
오후 간식							
열량/ 단백질	426/16 kcal/g		463/18 kcal/g	466/19 kcal/g	413/16 kcal/g	463/19 kcal/g	

원산지	밥·죽·누룽지			소고기			돼지고기	닭고기	오리고기				
	쌀·백미·현미·후미·잡쌀 포함			구이/볶음/찜	국내산	한우/육우/젓소	외국산	국가명 : ○○산	국산	국산	국산		
	국산			국산	국내산	한우/육우/젓소	외국산	국가명 : ○○산					
표시	김치		콩		수산물	◆	해물완자전	미트볼					
	배추(얼얼이 봉동 포함)		고춧가루	두부류	콩비지	오징어	가공	오징어	돼지고기	닭고기	소고기		
	국산		국산	국산	국산	국산	식품	페루산	국산	국산	호주산	산	산
알레르기 유발식품표시		① 난류	② 우유	③ 메밀	④ 땅콩	⑤ 대두	⑥ 밀	⑦ 고등어	⑧ 게	⑨ 새우	⑩ 돼지고기		
		⑪ 복숭아	⑫ 토마토	⑬ 아황산류	⑭ 호두	⑮ 닭고기	⑯ 소고기	⑰ 오징어	⑱ 조개류(굴, 전복, 홍합 포함)			⑲ 장	

※ 식품의 수급 상황에 따라 메뉴변경으로 위의 원산지 표시가 변경되는 경우 수정하여 게시 및 공지하시기 바랍니다.

강남구 어린이·사회복지급식관리지원센터			2026년 10월 식단표 (일반형 3-5세)			어린이집/유치원	
작성자: 영양팀						발행일: 2026. 9. 15.	
요일	월		화	수	목 1	금 2	
	★기호표시안내★						
오전 간식	●	자연간식 (과일,채소,찐서류)			●데친당근 치즈②	●자른씨없는포도	
점심	♣	영아 섭취시 주의			수수밥 감자맑은국⑤⑥	백미밥 근대된장국⑤⑥	
	◆	가공식품 사용 시 원산지 표시			♣삼치구이⑤⑥ 청포묵무침⑤⑥	달북음탕⑤⑥⑮ 새송이버섯무침⑤⑥	
	▶	대체메뉴			깍두기⑨	배추김치⑨	
오후 간식	음영	계란알레르기 대체식 제공 메뉴			간장비빔국수⑤⑥	쌀과자①②⑤⑥ 우유②	
열량/ 단백질	서울미래밥상 서울시 공공급식 사업 (월 2회)				624/29kcal/g	656/26 kcal/g	
5			6	7(국없는날)	8	9	
오전 간식			●블루베리 우유②	단호박죽②	●데친브로콜리 치즈②		
점심			차조밥 채개장⑤⑥ 두부구이*양념장⑤⑥ ♣잔멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨	돈육자장밥②⑤⑥⑩⑮⑯ 송농 토마토달걀볶음①⑤⑫ 배추김치⑨ 사과1/4	참쌀현미밥 배추맑은국⑤⑥ 소고기장조림⑤⑥⑯ 연근참깨소스무침①⑤⑥ 깍두기⑨		
오후 간식			숙갓우동⑤⑥	스윗치즈빵①②⑤⑥ 우유②	수제비⑤⑥		
열량/ 단백질			651/27 kcal/g	701/29 kcal/g	670/31 kcal/g		
12			13♥생일식단♥	14	15	16	
오전 간식	시리얼⑤ * 우유②		●굴	들깨무죽⑤⑥	●파프리카 치즈②	●배	
점심	백미밥 콩나물국⑤⑥ 돈육두루치기⑤⑥⑩ 도토리묵오이무침⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 소고기미역국⑤⑥⑯ 돈사태찜⑤⑥⑩ 무생채 깍두기⑨	해물굴소스볶음밥⑤⑥⑨⑰⑱ 실파국 찐만두①⑤⑥⑩⑮⑯⑱ 배추김치⑨ 오렌지1/4	흑미밥 곰탕⑯ 달걀말이①⑤ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 시래기된장국⑤⑥ 소고기당면볶음⑤⑥⑯ 도라지나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	
오후 간식	●찐감자 결명자차		물게이브①②⑤⑥*우유②	파배기①②⑤⑥ 우유②	토마토스파게티 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱	두부텐더①⑤⑥	
열량/ 단백질	640/26 kcal/g		667/29 kcal/g	679/28 kcal/g	657/29 kcal/g	636/26kcal/g	
19			20	21(국없는날)	22	23	
오전 간식	♣견과류(슬라이스아몬드) 호상요구르트②		●바나나 우유②	당근스프②	●오이 치즈②	●굴	
점심	백미밥 콩비지찌개⑤⑥⑨ ♣자른메추리알케첩조림 ①⑤⑥⑫ 브로콜리맛살무침①⑤⑥⑧⑫ 배추김치⑨		기장밥 얼갈이된장국⑤⑥ 새우살숙주볶음⑤⑥⑨⑱ 우영흑임자소스무침①⑤⑥ 깍두기⑨	닭살양파덮밥⑤⑥⑮⑱ 송농 김자반⑤ 파프리카유자청무침⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 무채국⑤⑥ 소고기팽이버섯찜⑤⑥⑱ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 맑은미역국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 감자채볶음⑤⑥ 배추김치⑨	
오후 간식	●찐고구마 옥수수차		모듬어묵탕⑤⑥	후레쉬번①②⑤⑥ 우유②	비건볶음쌀국수⑤⑥	모듬생선①②⑤⑥우유②	
열량/ 단백질	680/26 kcal/g		625/34 kcal/g	620/23 kcal/g	672/25 kcal/g	▶702/25 kcal/g	
26			27	28	29	30	
오전 간식	시리얼⑤ * 우유②		●자른씨없는포도 우유②	옥수수죽	●자른토마토⑫ 치즈②	●단감	
점심	백미밥 소고기양배추국⑤⑥⑯ 달걀찜① 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨		참쌀현미밥 새송이버섯맑은국⑤⑥ 돈육양념구이⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	소고기소보로비빔밥⑤⑥⑯ 쪽파장국⑤⑥ ♣해물완자전⑤⑥⑨⑰⑱ 배추김치⑨	수수밥 안매운김치국⑤⑥⑨ 훈제오리⑤⑥ 부추사과무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 순살감자탕⑤⑥⑨⑩ 두부조림⑤⑥ 미역줄기볶음⑤⑥ 배추김치⑨	
오후 간식	●찐단호박 보리차		칼국수⑤⑥	마들렌①②⑤⑥ 우유②	물만두①⑤⑥⑩⑮⑱	고구마맛탕⑤ 우유②	
열량/ 단백질	620/23 kcal/g		677/26 kcal/g	680/28 kcal/g	604/22 kcal/g	676/28 kcal/g	

원산지	밥·죽·누룽지			소고기				돼지고기		닭고기	오리고기	
	쌀·백미·현미·흑미·잡쌀 포함		구이/볶음/찜	국내산	한우/육우/젓소		외국산	국가명 : ○○산	국산	국산	국산	
	국산		국산	국내산	한우/육우/젓소		외국산	국가명 : ○○산				
표시	김치		콩		수산물	◆ 가공 식품	해물완자전		미트볼			
	배추(얼갈이) 불독 포함		고춧가루	두부류	콩비지		오징어	오징어		돼지고기	닭고기	소고기
	국산	국산	국산	국산	국산		페루산		국산	국산	호주산	산
알레르기 유발식품표시		①난류 ⑪복숭아	②우유 ⑫토마토	③메밀 ⑬아황산류	④땅콩 ⑭호두	⑤대두 ⑮닭고기	⑥밀 ⑯소고기	⑦고등어 ⑰오징어	⑧게 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함)	⑨새우	⑩돼지고기 ⑲참	

※ 식품의 수급 상황에 따라 메뉴변경으로 위의 원산지 표시가 변경되는 경우 수정하여 게시 및 공지하시기 바랍니다.