

## 어린이집

| 쌀 (백미·현미·흑미·잡곡)                                                                              |                                                                                                             | 콩     |     | 배추김치 |      | 쇠고기                                                                                           | 돼지고기                                                              | 닭고기 | 오리고기 | 수산물 |     |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----|------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-----|------|-----|-----|-----|
| 밥·죽·누룽지                                                                                      | 두부                                                                                                          | 연/순두부 | 콩비지 | 배추   | 고춧가루 |                                                                                               |                                                                   |     |      | 오징어 | 고등어 | 꽃게  |
| 국내산                                                                                          | 국내산                                                                                                         | 국내산   | -   | 국내산  | 국내산  | 국내산·한우                                                                                        | 국내산                                                               | 국내산 | -    | 국내산 | 국내산 | 국내산 |
| 식육가공품                                                                                        |                                                                                                             |       |     |      |      |                                                                                               | 수산물가공품                                                            |     |      |     |     |     |
| 혼제 오리단호박찜[혼제오리(오리: 국내산)]<br>쇠고기함박스테이크[함박스테이크(쇠고기: 국내산, 돼지고기: 국내산)]<br>돈까스&소스[돈까스(돼지고기: 국내산)] |                                                                                                             |       |     |      |      |                                                                                               | 해물동그랑땡구이[해물동그랑땡(오징어: 외국산, 닭고기: 국내산)]<br>두부장국[미소된장(가쓰오부시: 인도네시아산)] |     |      |     |     |     |
| 1·2세<br>배식 시<br>유의사항                                                                         | ★ 고기류, 나물류 : 배식 시, 한 입 크기로 잘게 잘라서 제공<br>★ 과채류 : 배식 시, 한 입 크기로 잘게 잘라서 제공<br>★ 면류 : 잘게 잘라서 숟가락으로 떠먹을 수 있도록 제공 |       |     |      |      | ★ 서류 : 배식 시, 충분히 으개서 제공, 목이 메지 않도록 물·음료와 함께 제공<br>★ 매추리알, 방울토마토 : 세로방향으로 작게 썰고 가급적 껍질 제거 후 제공 |                                                                   |     |      |     |     |     |

발행일: 2026. 9. 15.

작성자 : 영양팀

송파키즈 지구 건강 일반식(3-5세)

어린이집

| 날짜                                                                                          | 식단 만족도 조사                                                                                                                                                                                                                                                                  |                   | <10월 푸드브릿지 주인공은 '단호박'>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                     | 1(목)                                                          | 2(금)                                                                                | 3(토) 개천절                                                                            |     |      |     |     |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|-----|-----|-----|
| 오전간식                                                                                        |                                                                                                                                                                                           |                   | <p>① 단호박의 효능 : 각종 비타민과 무기질이 풍부하게 함유되어 있으며, 베타카로틴의 함량이 높습니다. 또한 단호박의 비타민과 무기질은 체내 콜레스테롤 수치를 낮춰주며 항산화 기능을 하여 피부노화를 방지합니다. 비타민C와 수분 함량이 높고 섬유질도 풍부하여 피로 회복과 변비 예방에도 도움을 줍니다.</p> <p>② 푸드브릿지 : 같은 재료를 이용하여 단계별로 다양한 음식 제공</p> <ul style="list-style-type: none"><li>STEP1. 단호박의 형태를 알아볼 수 있도록 제공</li><li>STEP2. 단호박을 작게 다져 다른 재료와 함께 제공</li><li>STEP3. 단호박을 작게 잘라 제공</li><li>STEP4. 단호박을 모양 그대로 제공</li></ul> |                                                     | ★두부양파죽5                                                       | 골드키위, 영유아용치즈2                                                                       |  |     |      |     |     |     |
| 점심                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                     | 차조밥<br>얼갈이된장국5,6<br>치즈달걀말이1,2,5<br>맛살숙주나물1,5,6,8<br>배추김치9     | 기장밥<br>닭가장5,6,15<br>해물동그랑땡구이<br>5,6,9,17,18<br>근대나물5,6<br>각두기9<br><b>현장학습-꼬마김밥</b>  |                                                                                     |     |      |     |     |     |
| 오후간식                                                                                        | ★                                                                                                                                                                                                                                                                          | 저탄소 식물성 단백질 메뉴 표시 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                     | 찐감자, 우유2                                                      | 김가루주먹밥13, 옥수수차                                                                      |                                                                                     |     |      |     |     |     |
| 열량/단백질                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                     | 610/24                                                        | 630/31                                                                              |                                                                                     |     |      |     |     |     |
| 날짜                                                                                          | 5(월) 대체공휴일                                                                                                                                                                                                                                                                 |                   | 6(화)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 7(수) 그린Day                                          | 8(목)                                                          | 9(금) 한글날                                                                            | 10(토)                                                                               |     |      |     |     |     |
| 오전간식                                                                                        |                                                                                                                                                                                           |                   | ❀단호박죽                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 바나나                                                 | 양송이스프2,6                                                      |  | 우유2                                                                                 |     |      |     |     |     |
| 점심                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                   | 수수밥<br>배추된장국5,6<br>쇠고기방울토마토볶음<br>5,12,16<br>애호박나물5,6<br>각두기9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 닭살짜장덮밥2,5,6,15<br>콩나물국5<br>마카로니샐러드1,5,6<br>배추김치9    | 쌀밥<br>미역국5,6<br>돈육가시찜5,6,10<br>팽이버섯전1,5<br>각두기9               |                                                                                     | 간장오징어비빔밥5,6,17<br>다시마채국<br>배추김치9                                                    |     |      |     |     |     |
| 오후간식                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                   | 롤케이크1,2,6, 우유2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 달걀볶이1,5,6, 우유2                                      | 찐고구마, 우유2                                                     |                                                                                     | 찐감자, 보리차                                                                            |     |      |     |     |     |
| 열량/단백질                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                   | 658/23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 628/29                                              | 650/19                                                        |                                                                                     | 598/25                                                                              |     |      |     |     |     |
| 날짜                                                                                          | 12(월) 서울미래밥상DAY                                                                                                                                                                                                                                                            |                   | 13(화)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 14(수) 그린Day                                         | 15(목)                                                         | 16(금)                                                                               | 17(토)                                                                               |     |      |     |     |     |
| 오전간식                                                                                        | ●잘게 썬 샤인머스켓, 영유아용치즈2                                                                                                                                                                                                                                                       |                   | ★연두부&참깨소스1,5,6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 오이스틱, 떡먹는(플레인)요구르트2                                 | 돈육아육죽10                                                       | 사과                                                                                  | 우유2                                                                                 |     |      |     |     |     |
| 점심                                                                                          | 차조밥<br>시래기국5,6<br>고등어구이5,6,7<br>도토리묵무침5,6<br>각두기9                                                                                                                                                                                                                          |                   | 기장밥<br>쇠고기뭇국5,6,16<br>달걀스크램블1,5<br>부추나물5,6<br>배추김치9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 돈육양배추볶음밥5,6,10<br>아육된장국5,6<br>잔멸치조림5,6<br>각두기9      | 참살밥<br>청경채샤브국5,6<br>쇠고기당면조림5,6,16<br>연근유자청무침<br>배추김치9         | 수수밥<br>새우살완탕국1,5,6,9<br>❀훈제오리 단호박찜5,6<br>얼갈이나물5,6<br>배추김치9                          | ★두부가라아게덮밥<br>1,5,6<br>가쓰오장국5,6<br>배추김치9                                             |     |      |     |     |     |
| 오후간식                                                                                        | 잔치국수5,6,13                                                                                                                                                                                                                                                                 |                   | 우유식빵1,2,6, 우유2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 치킨너겟1,2,5,6,15, 동굴레차                                | 감자범벅1,5, 우유2                                                  | 잼샌드위치1,2,6, 우유2                                                                     | 꿀호떡1,2,5,6, 두유5                                                                     |     |      |     |     |     |
| 열량/단백질                                                                                      | 622/28                                                                                                                                                                                                                                                                     |                   | 646/22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 659/33                                              | 671/22                                                        | 651/22                                                                              | 633/19                                                                              |     |      |     |     |     |
| 날짜                                                                                          | 19(월)                                                                                                                                                                                                                                                                      |                   | 20(화)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 21(수) 그린Day                                         | 22(목)                                                         | 23(금)                                                                               | 24(토)                                                                               |     |      |     |     |     |
| 오전간식                                                                                        | 떡먹는(플레인)요구르트2                                                                                                                                                                                                                                                              |                   | 근대죽                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | ●잘게 썬 방울토마토12                                       | 채소스프2,6                                                       | 배, 영유아용치즈2                                                                          | 우유2                                                                                 |     |      |     |     |     |
| 점심                                                                                          | 쌀밥<br>근대된장국5,6<br>제육볶음5,6,10<br>오이무침<br>배추김치9                                                                                                                                                                                                                              |                   | 차조밥<br>맑은숙주국5,6<br>★식물성함박스테이크5,6<br>참나물무침5,6<br>각두기9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | ★두부소보로비빔밥5,6<br>수제비국5,6<br>고사리나물5,6<br>배추김치9        | 기장밥<br>애호박된장국5,6<br>닭갈비5,6,15<br>명엽채조림5,6<br>배추김치9            | 참살밥<br>북엇국5,6<br>삼색달걀찜1<br>배추나물<br>각두기9                                             | 돈육굴소스필라프<br>5,6,10,18<br>게살국1,5,6,8<br>각두기9                                         |     |      |     |     |     |
| 오후간식                                                                                        | ❀단호박채전1,5,6, 옥수수차                                                                                                                                                                                                                                                          |                   | 치즈빵1,2,6, 우유2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 핫도그1,2,6,10,15, 우유2                                 | 찐고구마, 우유2                                                     | 쇠고기볶음우동5,6,16,18, 동굴레차                                                              | 찐감자, 옥수수차                                                                           |     |      |     |     |     |
| 열량/단백질                                                                                      | 648/26                                                                                                                                                                                                                                                                     |                   | 666/17                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 622/22                                              | 674/23                                                        | 626/32                                                                              | 596/24                                                                              |     |      |     |     |     |
| 날짜                                                                                          | 26(월)                                                                                                                                                                                                                                                                      |                   | 27(화)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 28(수) 그린Day                                         | 29(목)                                                         | 30(금) 서울미래밥상DAY                                                                     | 31(토)                                                                               |     |      |     |     |     |
| 오전간식                                                                                        | 오곡시리얼&우유2,5                                                                                                                                                                                                                                                                |                   | 사과                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 파프리카스틱, 떡먹는(플레인)요구르트2                               | 흑임자죽                                                          | 단감                                                                                  | 우유2                                                                                 |     |      |     |     |     |
| 점심                                                                                          | 수수밥<br>들깨버섯국5,6<br>안동찜닭5,6,15<br>무나물<br>배추김치9                                                                                                                                                                                                                              |                   | 참살밥<br>★두부장국5,6<br>새우살채소볶음5,6,9<br>미역줄기나물5,6<br>배추김치9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 쇠고기콩나물밥&양념장<br>5,6,16<br>어묵국5,6<br>감자조림5,6<br>배추김치9 | 쌀밥<br>달걀팻국1,5,6<br>돈까스&소스5,6,10,12,16<br>양배추샐러드1,5,12<br>각두기9 | 기장밥<br>꽃게된장국5,6,8<br>★두부참살구이5<br>시금치나물5,6<br>각두기9                                   | 닭곰탕15<br>미니밥<br>상추무침<br>각두기9                                                        |     |      |     |     |     |
| 오후간식                                                                                        | 유부볶음밥5,6,18, 보리차                                                                                                                                                                                                                                                           |                   | 찐빵1,2,6, 우유2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 물만두5,6,10, 옥수수차                                     | ❀찐단호박, 우유2                                                    | 치즈우유파스타2,6                                                                          | 모닝빵1,2,6, 두유5                                                                       |     |      |     |     |     |
| 열량/단백질                                                                                      | 665/25                                                                                                                                                                                                                                                                     |                   | 629/30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 622/28                                              | 683/24                                                        | 653/26                                                                              | 595/34                                                                              |     |      |     |     |     |
| 식단안내                                                                                        | ★ 알레르기 유발 식품 표시 : 품목을 확인하고 알레르기 반응을 보이는 유아에게는 급식 시 각별한 주의 부탁드립니다.<br>1.난류 2.우유2 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.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함)<br>19.잰<br>※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                     |                                                               |                                                                                     |                                                                                     |     |      |     |     |     |
| 밥(백미,현미,흑미,잡쌀)                                                                              | 콩                                                                                                                                                                                                                                                                          |                   | 배추김치9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                     | 수산물                                                           |                                                                                     |                                                                                     |     |      |     |     |     |
| 밥·죽·누룽지                                                                                     | 두부                                                                                                                                                                                                                                                                         | 연/순두부             | 콩비지                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 배추                                                  | 고춧가루                                                          | 쇠고기                                                                                 | 돼지고기                                                                                | 닭고기 | 오리고기 | 오징어 | 고등어 | 꽃게  |
| 국내산                                                                                         | 국내산                                                                                                                                                                                                                                                                        | 국내산               | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 국내산                                                 | 국내산                                                           | 국내산-한우                                                                              | 국내산                                                                                 | 국내산 | -    | 국내산 | 국내산 | 국내산 |
| 식육가공품                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                     |                                                               | 수산물가공품                                                                              |                                                                                     |     |      |     |     |     |
| 훈제오리단호박찜(훈제오리(오리: 국내산))<br>쇠고기함박스테이크(함박스테이크(쇠고기: 국내산, 돼지고기: 국내산))<br>돈까스&소스(돈까스(돼지고기: 국내산)) |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                     |                                                               | 해물동그랑땡구이(해물동그랑땡(오징어: 외국산, 닭고기: 국내산))<br>두부장국(미소된장(가쓰오부시: 인도네시아산))                   |                                                                                     |     |      |     |     |     |

발행일: 2026. 9. 15.

작성자 : 영양팀

송파키즈 지구 건강 시간연장식(1-2세)

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                        |                                                         |                                                                                               |     |     |     |     |       |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|-----|-----|-------|
| 날짜                    | 식단 만족도 조사                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                        | <b>&lt;10월 푸드브릿지 주인공은 '단호박'&gt;</b><br>① 단호박의 효능 : 각종 비타민과 무기질이 풍부하게 함유되어 있으며, 베타카로틴의 함량이 높습니다. 또한 단호박의 비타민과 무기질은 체내 콜레스테롤 수치를 낮춰주며 항산화 기능을 하여 피부노화를 방지합니다. 비타민C와 수분 함량이 높고 섬유질도 풍부하여 피로 회복과 변비 예방에도 도움을 줍니다.<br>② 푸드브릿지 : 같은 재료를 이용하여 단계별로 다양한 음식 제공<br>●STEP1. 단호박의 형태를 알아볼 수 있도록 제공<br>●STEP2. 단호박을 작게 다져 다른 재료와 함께 제공<br>●STEP3. 단호박을 작게 잘라 제공<br>●STEP4. 단호박을 모양 그대로 제공 |                                                        | 1(목)                                                    | 2(금)                                                                                          |     |     |     |     |       |
| 저녁                    | <br>QR코드를 촬영하여 참여해주세요!                                                                                                                                                                    |                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                        | 수수밥<br>쇠고기탕국5,6,16<br>굴소스마파두부5,6,18<br>고구마전5,6<br>배추김치9 | 게맛살볶음밥1,5,6,8<br>숙주된장국5,6<br>얼갈이나물5,6<br>깍두기9                                                 |     |     |     |     |       |
| 열량/단백질                |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                        | 272/7                                                   | 244/10                                                                                        |     |     |     |     |       |
| 날짜                    | 5(월) 대체공휴일                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                        | 6(화)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 7(수)                                                   | 8(목)                                                    | 9(금) 한글날                                                                                      |     |     |     |     |       |
| 저녁                    |                                                                                                                                                                                           |                                                        | 참쌀밥<br>달걀국1,5,6<br>해물동그랑땡조림<br>5,6,9,17,18<br>김무침5,6,13<br>배추김치9                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 기장밥<br>애호박된장국5,6<br>쇠고기양념찜5,6,16<br>배추나물<br>깍두기9       | 차조밥<br>닭곰탕15<br>달걀채소볶음1,5<br>콩나물무침5,6<br>배추김치9          |            |     |     |     |     |       |
| 열량/단백질                |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                        | 244/13                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 236/11                                                 | 251/13                                                  |                                                                                               |     |     |     |     |       |
| 날짜                    | 12(월)                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                        | 13(화)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 14(수)                                                  | 15(목)                                                   | 16(금)                                                                                         |     |     |     |     |       |
| 저녁                    | 수수밥<br>팽이장국5,6<br>돈육주물럭5,6,10<br>가지나물5,6<br>배추김치9                                                                                                                                                                                                                          | 쌀밥<br>온도토리묵국5,6,9,13<br>고등어조림5,6,7<br>시래기나물5,6<br>깍두기9 | 차조밥<br>연두부찌개5,9<br>달걀부추전1,5<br>무생채<br>배추김치9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 기장밥<br>양배추된장국5,6<br>돈육오이볶음5,6,10<br>아욱나물5,6<br>깍두기9    | 참쌀밥<br>당면사골국16<br>쇠고기연근조림5,6,16<br>청경채나물5,6<br>배추김치9    |                                                                                               |     |     |     |     |       |
| 열량/단백질                | 243/11                                                                                                                                                                                                                                                                     | 238/10                                                 | 247/10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 252/11                                                 | 254/11                                                  |                                                                                               |     |     |     |     |       |
| 날짜                    | 19(월)                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                        | 20(화)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 21(수)                                                  | 22(목)                                                   | 23(금)                                                                                         |     |     |     |     |       |
| 저녁                    | 새우살볶음밥1,5,6,9<br>하이라이스소스2,5,6,12<br>콘샐러드1,5<br>깍두기9                                                                                                                                                                                                                        | 참쌀밥<br>미역국5,6<br>돈육강정1,5,6,10<br>근대나물5,6<br>배추김치9      | 수수밥<br>참나물된장국5,6<br>쇠고기양파조림5,6,16<br>숙주나물5,6<br>배추김치9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 차조밥<br>고사리들깨국5,6<br>두부부침5,6<br>방울토마토샐러드5,6,12<br>배추김치9 | 쌀밥<br>감자된장국5,6<br>닭살소금구이5,15<br>애호박나물5,6<br>깍두기9        |                                                                                               |     |     |     |     |       |
| 열량/단백질                | 271/10                                                                                                                                                                                                                                                                     | 278/8                                                  | 246/11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 244/9                                                  | 249/12                                                  |                                                                                               |     |     |     |     |       |
| 날짜                    | 26(월)                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                        | 27(화)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 28(수)                                                  | 29(목)                                                   | 30(금)                                                                                         |     |     |     |     |       |
| 저녁                    | 쌀밥<br>쇠고기배춧국5,6,16<br>달걀말이1,5<br>피망잡채5,6<br>배추김치9                                                                                                                                                                                                                          | 차조밥<br>가쓰오유부국5,6<br>닭살당근찜5,6,15<br>버섯나물5,6<br>깍두기9     | 기장밥<br>맑은새우살국9<br>두부구이&양념장5,6<br>사과채무침<br>깍두기9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 참쌀밥<br>콩나물국5<br>쇠고기완자전1,5,6,16<br>어묵볶음5,6<br>배추김치9     | 돈까스덮밥1,5,6,10<br>우동장국5,6<br>으깬달걀버무리1,5<br>배추김치9         |                                                                                               |     |     |     |     |       |
| 열량/단백질                | 271/8                                                                                                                                                                                                                                                                      | 250/13                                                 | 246/12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 272/11                                                 | 279/11                                                  |                                                                                               |     |     |     |     |       |
| 식단 안내                 | ★ 알레르기 유발 식품 표시 : 품목을 확인하고 알레르기 반응을 보이는 유아에게는 급식 시 각별한 주의 부탁드립니다.<br>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.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 19.자른 야채<br>※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. |                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                        |                                                         |                                                                                               |     |     |     |     |       |
| 쌀 (백미·현미·흑미·잡곡)       | 콩                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                        | 배추김치                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                        | 쇠고기                                                     | 돼지고기                                                                                          | 닭고기 | 오리  | 수산물 |     |       |
| 밥·죽·누룽지               | 두부                                                                                                                                                                                                                                                                         | 연/순두부                                                  | 콩비지                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 배추                                                     | 고춧가루                                                    |                                                                                               |     |     | 오징어 | 고등어 | 명태/동태 |
| 국내산                   | 국내산                                                                                                                                                                                                                                                                        | 국내산                                                    | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 국내산                                                    | 국내산                                                     | 국내산-한우                                                                                        | 국내산 | 국내산 | -   | -   | 국내산   |
| 식육가공품                 |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                        |                                                         | 수산물가공품                                                                                        |     |     |     |     |       |
| 돈까스덮밥[돈까스(돼지고기: 국내산)] |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                        |                                                         | 해물동그랑땡조림[해물동그랑땡(오징어: 외국산, 닭고기: 국내산)]                                                          |     |     |     |     |       |
| 1-2세 배식 시 유의사항        | ★ 고기류, 나물류 : 배식 시, 한 입 크기로 잘게 잘라서 제공<br>★ 과채류 : 배식 시, 한 입 크기로 잘게 잘라서 제공<br>★ 면류 : 잘게 잘라서 숟가락으로 떠먹을 수 있도록 제공                                                                                                                                                                |                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                        |                                                         | ★ 서류 : 배식 시, 충분히 으개서 제공, 목이 메지 않도록 물·음료와 함께 제공<br>★ 메추리알, 방울토마토 : 세로방향으로 작게 썰고 가급적 껍질 제거 후 제공 |     |     |     |     |       |

작성자 : 영양팀

| 쌀<br>(백미·현미·흑미·잡곡)    | 콩       |     |       | 배추김치 |     | 쇠고기                                  | 돼지고기 | 닭고기 | 오리<br>고기 | 수산물  |     |     |
|-----------------------|---------|-----|-------|------|-----|--------------------------------------|------|-----|----------|------|-----|-----|
|                       | 밥·죽·누룽지 | 두부  | 연/순두부 | 콩비지  | 배추  |                                      |      |     |          | 고춧가루 | 오징어 | 고등어 |
| 국내산                   | 국내산     | 국내산 | -     | 국내산  | 국내산 | 국내산·한우                               | 국내산  | 국내산 | -        | -    | 국내산 | -   |
| 식육가공품                 |         |     |       |      |     | 수산물가공품                               |      |     |          |      |     |     |
| 돈까스덮밥[돈까스(돼지고기: 국내산)] |         |     |       |      |     | 해물동그랑땡조림[해물동그랑땡(오징어: 외국산, 닭고기: 국내산)] |      |     |          |      |     |     |