2026년 11월 식단(영아반)

새별어린이집

날 짜	11/2 (월)	11/3 (화)	11/4 (수)	11/5 (목)	11/6 (금)	11/7 (토)
오전간식	연두부*양념장5.6	치즈2, 과일(파인애플)	우유2, 우리쌀시리얼5.6	관자죽5.6.18	떠먹는요트2, 오이스틱	우유2
점 심	차조밥 경상도식무국5.16 해물동그랑땡1.5.6.9.17 (두부구이) 얼갈이무침5.6 배추김치9	기장밥 아욱된장국5.6 돈육버섯볶음5.6.10.18 감자조림5.6 깍두기9	현미밥 오징어순두부국5.17 닭살연근조림5.6.15 참나물무침5.6 배추김치9	비빔밥*양념장5.6.16 다시마채국5 보리새우볶음5.6.9 (멸치볶음,만0세반 다진보리새우볶음) 깍두기9	검정쌀밥 애호박고추장국5.6.9 오리두루치기5.6 들깨무나물5 배추김치9	오리김치볶음밥 5.6.9 애호박된장국5.6 두부조림5.6 깍두기9
오후간식	우유2, 감자마요빵 1.2.5.6(호떡)	잔치국수1.5.6(달걀제외)	매실차, 찐고구마	우유2, 단팥빵1.2.5.6 (식빵)	보리차, 참치주먹밥 1.5.6.9(마요네즈제외)	
날 짜	11/9 (월)	11/10 (화)생일잔치	11/11 (수)	11/12 (목)	11/13 (금)	11/14 (토)
오전간식	두유2.5, 선식5.6	과일(사과)	크림스프2.5.6	치즈2, 과일(귤)	떠먹는요구르트2, 당근스틱	우유2
점 심	보리밥 배추된장국5.6 임연수조림5.6 두부쑥갓무침5.6 깍두기9	수수밥 건홍합미역국5.18 한우당면불고기5.6.16 양배추찜*쌈장5.6 배추김치9	차조밥 콩나물국5 돈육메추리알장조림 1.5.6.10(메추리알제외) 어묵채볶음5.6.18 배추김치9	기장밥 유부장국5.6.18 깐풍돈까스5.6.10.12.18 양상추유자샐러드5.6 깍두기9	현미밥 청국장5.6.9 찜닭5.6.15 시금치나 물5.6 깍두기9	마파두부덮밥5.6.18 닭살시금치볶음 5.6.15 배추김치9
오후간식	수제비5.6	마시는요구르트2, 롤케익1.2.5.6(식빵)	우유2, 버터알감자구이2.5	우유2, 카야잼토스트 1.2.5.6(식빵*잼)	만둣국1.5.6.10 (달걀제외)	
날 짜	11/16 (월)	11/17 (화)	11/18 (수)	11/19 (목)	11/20 (금)	11/21 (토)
오전간식	과일(바나나)	우유2, 두부과자1.2.5.6 (쌀과자)	우유2, 과일(자른씨없는포도)	달걀김치죽1.5.6.9 (달걀제외)	우유2, 과일(배)	우유2
점 심	검정쌀밥 근대된장국5.6 돈육김치찜5.6.9.10 미역줄기볶음5 깍두기9	보리밥 감자양파국5 칠리소스닭볶음 5.6.12.15 우엉채조림5.6 배추김치9	유니짜장밥5.6.10 두부탕수5.6.12 깍두기9 짜먹는요구르트2	차조밥 해물샤브국5.6.9.17.18 (버섯샤브국) 떡갈비5.6.10.12.16.18 오이부추무침5.6.9 깍두기9	기장밥 육개장5.6.16.18 볼어묵피망볶음5.6.18 구이김5 배추김치9 (가족운동회:주먹밥)	쇠고기카레라이스 5.6.16 얼갈이무침5.6 깍두기9
오후간식	우유2, 밀크롤인1.2.5.6 (흑미찐빵)	유자차, 구운달걀1 (연두부*양념장)	쑥갓우동5.6.18	우유2, 쌀찐빵5.6	옥수수차, 늙은호박채전5.6	
날 짜	11/23 (월)	11/24 (화)	11/25 (수)	11/26 (목)	11/27 (금)	11/28 (토)
오전간식	떠먹는요구르트2, 찐밤	누룽지죽	우유2, 과일(단감)	스트링치즈2, 쌀과자5.6	우유2, 과일(토마토)12	우유2
점 심	현미밥 콩비지국5.6.9 돈육미나리불고기5.6.10 열무나물무침5.6 깍두기9	수수밥 쇠고기미역국5.16 달걀채소말이1.5 (두부구이) 청경채나물5.6 배추김치9	김밥볶음밥1.5.6.10 (달걀제외만0세반햄제외) 게살스프1.5.6.8.9 (팽이버섯장국) 코다리강정5.6.12 깍두기9	검정쌀밥 시금치된장국5.6 두부양념조림5.6.18 버섯잡채5.6 배추김치9	보리밥 닭곰탕5.15 모듬해물찜5.6.9.17 (새우제외) 올방개묵무침5.6 배추김치9	해물볶음밥5.6.9.17.18 (김치볶음밥) 맑은무국5 토마토샐러드5.6.12 배추김치9
오후간식	장칼국수1.5.6 (달걀제외)	우유2, 찰보리빵1.2.5.6 (미니샌드)	로제스파게티2.5.6.12	사골황태죽5.6.16	보리차, 경장육사*꽃빵5.6.10	
날 짜	11/30 (월)					
오전간식	과일(사과)					
점 심	차조밥 돈육김치국5.6.9.10 브로콜리달걀찜1.5 (브로콜리스크램블) 깻잎순나물5 깍두기9					
오후간식	우유2, 핫케이크1.2.5.6 (달걀제외)					

* 어린이집 사정에 의해 식단 및 간식이 변경 될 수도 있습니다.
* 빨간색칸은 저염식으로 "국없는날"입니다.(점심제공)
* 초록색칸은 "채식의 날"입니다.(점심제공)
* 국은 저염으로 제공하기 위해0.4%이하로 염도를 맞추고 있습니다.
* 알레르기원아의 대체식은 "파란색"으로 표기하고 급식으로 제공하고 있습니다.
* 만1-2세는 열량(kcal)450-550 단백질(g)15-25으로 제공하고 있습니다.
* 식단 작성자 : 이경희 영양사

원산지 표시	농산물, 콩(두부류)	축산물(가공품)	수산물(가공품)	김치류(깍두기포함)
	쌀(밥,죽,누룽지), 잡곡류- 국내산 두부, 순두부, 연두부, 콩비지 - 국내산 두부탕수-외국산	쇠고기(사골)- 국내산한우 돼지고기, 닭고기, 오리고기- 국내산 돈까스 떡갈비(돼지고기)- 국내산 햄 · 비엔나소세지 · 베이컨- 국내산	오징어- 국내산 임연수- 미국산 아귀살- 국내산 쭈꾸미- 베트남 동태살- 러이사산 해물동그랑땡-(오징어)페루(닭살)국내산 코다리강정-러시아산	배추(얼갈이, 봄동), 고춧가루 - 국내산
알레르기 정보	①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류, ⑭호두,잣 ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함)는 메뉴 옆에 번호로 표시합니다. 기타 표기되지 않은 식품의 알레르기 증상을 보이는 원아는 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.			

2026년 11월 식단(유아반)

새별어린이집

날 짜	11/2 (월)	11/3 (화)	11/4 (수)	11/5 (목)	11/6 (금)	11/7 (토)
오전간식	연두부*양념장5.6	치즈2, 과일(파인애플)	우유2, 우리쌀시리얼5.6	관자죽5.6.18	떠먹는요트2, 오이스틱	우유2
점 심	차조밥 경상도식무국5.16 해물동그랑땡1.5.6.9.17 (두부구이) 얼갈이무침5.6 배추김치9	기장밥 아욱된장국5.6 돈육버섯볶음5.6.10.18 감자조림5.6 깍두기9	현미밥 오징어순두부국5.17 닭살연근조림5.6.15 참나물무침5.6 배추김치9	비빔밥*양념장5.6.16 다시마채국5 보리새우볶음5.6.9 (멸치볶음) 깍두기9	검정쌀밥 애호박고추장국5.6.9 오리두루치기5.6 들깨무나물5 배추김치9	오리김치볶음밥 5.6.9 애호박된장국5.6 두부조림5.6 깍두기9
오후간식	우유2, 감자마요빵 1.2.5.6(호떡)	잔치국수1.5.6(달걀제외)	매실차, 찐고구마	우유2, 단팥빵1.2.5.6 (식빵)	보리차, 참치주먹밥 1.5.6.9(마요네즈제외)	
날 짜	11/9 (월)	11/10 (화)생일잔치	11/11 (수)	11/12 (목)	11/13 (금)	11/14 (토)
오전간식	두유2.5, 선식5.6	과일(사과)	크림스프2.5.6	치즈2, 과일(귤)	떠먹는요구르트2, 당근스틱	우유2
점 심	보리밥 배추된장국5.6 임연수조림5.6 두부쑥갓무침5.6 깍두기9	수수밥 건홍합미역국5.18 한우당면불고기5.6.16 양배추찜*쌈장5.6 배추김치9	차조밥 콩나물국5 돈육메추리알장조림 1.5.6.10(메추리알제외) 어묵채볶음5.6.18 배추김치9	기장밥 유부장국5.6.18 깐풍돈까스5.6.10.12.18 양상추유자샐러드5.6 깍두기9	현미밥 청국장5.6.9 찜닭5.6.15 시금치나물5.6 깍두기9	마파두부덮밥5.6.18 닭살시금치볶음 5.6.15 배추김치9
오후간식	수제비5.6	마시는요구르트2, 케익1.2.5.6(식빵)	우유2, 버터알감자구이2.5	우유2, 카야잼토스트 1.2.5.6(식빵*잼)	만둣국1.5.6.10 (달걀제외)	
날 짜	11/16 (월)	11/17 (화)	11/18 (수)	11/19 (목)	11/20 (금)	11/21 (토)
오전간식	과일(바나나)	우유2, 두부과자1.2.5.6 (쌀과자)	우유2, 과일(자른씨없는포도)	달걀김치죽1.5.6.9 (달걀제외)	우유2, 과일(배)	우유2
점 심	검정쌀밥 근대된장국5.6 돈육김치찜5.6.9.10 미역줄기볶음5 깍두기9	보리밥 감자양파국5 칠리소스닭볶음 5.6.12.15 우엉채조림5.6 배추김치9	유니짜장밥5.6.10 두부탕수5.6.12 깍두기9 짜먹는요구르트2	차조밥 해물샤브국5.6.9.17.18 (버섯샤브국) 떡갈비5.6.10.12.16.18 오이부추무침5.6.9 깍두기9	기장밥 육개장5.6.16.18 볼어묵피망볶음5.6.18 구이김5 배추김치9 (가족운동회:주먹밥)	쇠고기카레라이스 5.6.16 얼갈이무침5.6 깍두기9
오후간식	우유2, 밀크롤인1.2.5.6 (흑미찐빵)	유자차, 구운달걀1 (연두부*양념장)	쑥갓우동5.6.18	우유2, 쌀찐빵5.6	옥수수차, 늙은호박채전5.6	
날 짜	11/23 (월)	11/24 (화)	11/25 (수)	11/26 (목)	11/27 (금)	11/28 (토)
오전간식	떠먹는요구르트2, 찐밤	누룽지죽	우유2, 과일(단감)	스트링치즈2, 견과류14	우유2, 과일(토마토)12	우유2
점 심	현미밥 콩비지국5.6.9 돈육미나리불고기5.6.10 열무나물무침5.6 깍두기9	수수밥 쇠고기미역국5.16 달걀채소말이1.5 (두부구이) 청경채나물5.6 배추김치9	김밥볶음밥1.5.6.10 (달걀제외) 게살스프1.5.6.8.9 (팽이버섯장국) 코다리강정5.6.12 깍두기9	검정쌀밥 시금치된장국5.6 두부양념조림5.6.18 버섯잡채5.6 배추김치9	보리밥 닭곰탕5.15 모듬해물찜5.6.9.17 (새우제외) 올방개묵무침5.6 배추김치9	해물볶음밥5.6.9.17.18 (김치볶음밥) 맑은무국5 토마토샐러드5.6.12 배추김치9
오후간식	장칼국수1.5.6 (달걀제외)	우유2, 찰보리빵1.2.5.6 (미니샌드)	로제스파게티2.5.6.12	사골황태죽5.6.16	보리차, 경장육사*꽃빵5.6.10	
날 짜	11/30 (월)					
오전간식	과일(사과)	* 어린이집 사정에 의해 식단 및 간식이 변경 될 수도 있습니다. * 빨간색칸은 저염식으로 "국없는날"입니다.(점심제공) * 초록색칸은 "채식의 날"입니다.(점심제공) * 국은 저염으로 제공하기 위해0.4%이하로 염도를 맞추고 있습니다. * 알레르기원아의 대체식은 "파란색"으로 표기하고 급식으로 제공하고 있습니다. * 만3-5세는 열량(kcal)650-750 단백질(g)25-35으로 제공하고 있습니다. * 식단 작성자 : 이경희 영양사				
점 심	차조밥 돈육김치국5.6.9.10 브로콜리달걀찜1.5 (브로콜리스크램블) 깻잎순나물5 깍두기9					
오후간식	우유2, 핫케이크1.2.5.6 (달걀제외)					

원산지 표시	농산물, 콩(두부류)	축산물(가공품)	수산물(가공품)	김치류(깍두기포함)
	쌀(밥,죽,누룽지), 잡곡류- 국내산 두부, 순두부, 연두부, 콩비지 - 국내산 두부탕수-외국산	쇠고기(사골)- 국내산한우 돼지고기, 닭고기, 오리고기- 국내산 돈까스 떡갈비(돼지고기)- 국내산 햄 · 비엔나소세지 · 베이컨- 국내산	오징어- 국내산 임연수- 미국산 아귀살- 국내산 쭈꾸미- 베트남 동태살- 러이사산 해물동그랑땡-(오징어)페루(닭살)국내산 코다리강정-러시아산	배추(얼갈이, 봄동), 고춧가루 - 국내산
알레르기 정보	①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류, ⑭호두,잣 ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함)는 메뉴 옆에 번호로 표시합니다. 기타 표기되지 않은 식품의 알레르기 증상을 보이는 원아는 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.			

2026년 11월 이유식

새별어린이집

날 짜	11/2 (월)	11/3 (화)	11/4 (수)	11/5 (목)	11/6 (금)
오전간식	연두부죽5	감자죽	순두부죽5	관자죽18	두부죽5
점심	쇠고기죽16	달걀노른자죽1	닭살죽15	시금치죽	애호박죽
오후간식	얼갈이죽	버섯죽	고구마죽	쇠고기죽16	참치죽
날 짜	11/9 (월)	11/10 (화)	11/11 (수)	11/12 (목)	11/13 (금)
오전간식	배추죽	양배추죽	콩나물죽	유부죽5	두부죽5
점심	무우죽	미역죽	새송이죽	오이죽	닭살죽15
오후간식	두부죽5	쇠고기죽16	감자죽	과일죽(사과)	달걀노른자죽1
날 짜	11/16 (월)	11/17 (화)	11/18 (수)	11/19 (목)	11/20 (금)
오전간식	다시마죽	감자죽	과일죽(배)	달걀노른자죽1	얼갈이죽
점심	과일죽(바나나)	두부죽5	양배추죽	양송이죽	쇠고기죽16
오후간식	근대죽	닭살죽15	감자죽	청경채죽	늙은호박죽
날 짜	11/23 (월)	11/24 (화)	11/25 (수)	11/26 (목)	11/27 (금)
오전간식	밤죽	누룽지죽	오이죽	시금치죽	닭살죽16
점심	콩비지죽5	쇠고기죽16	달걀노른자죽1	두부죽5	새우살죽9
오후간식	열무죽	미역죽	팽이버섯죽	사골황태죽16	새송이버섯죽
날 짜	11/30 (월)				
오전간식	과일죽(사과)				
점심	달걀노른자죽1				
오후간식	브로콜리죽				

원산지 표시	쌀(죽,누룽지)	쇠고기	닭고기	오징어·참치	대구살	콩류 (두부류)	배추 (얼갈이)
	국내산	국내산 한우	국내산	원양산	수입산, 미국산	두부, 순두부, 연두부 - 국내산	국내산

알레르기 정보	①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류, ⑭호두,잣 ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함)는 **메뉴 옆에 번호로 표시**합니다. 기타 표기되지 않은 식품의 알레르기 증상을 보이는 원아는 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다. * 어린이집 사정에 의해 식단 및 간식이 변경 될 수도 있습니다.

2026년 11월 야간연장식단

새별어린이집

날 짜	11/2 (월)	11/3 (화)	11/4 (수)	11/5 (목)	11/6 (금)
석 식	잡곡밥 얼갈이된장국5.6 쇠고기감자조림5.6.16 콩나물무침5 깍두기9	잡곡밥 돈육김치국5.9.10 달걀치즈말이1.2.5 애호박채볶음5.9 깍두기9	잡곡밥 닭살무국5.15 오징어고구마조림 5.6.17 감자채볶음5 배추김치9	잡곡밥 시금치국5.6 쇠고기고사리볶음 5.6.16 참나물무침5.6 깍두기9	오리콩나물볶음밥5.6 두부참치국5.18 양배추샐러드1.5 깍두기9
날 짜	11/9 (월)	11/10 (화)	11/11 (수)	11/12 (목)	11/13 (금)
석 식	잡곡밥 호박고추장국5.6 두부양념조림5.6 구이김5 배추김치9	잡곡밥 쇠고기무국5.16 감자버섯조림5.6 청경채무침5.6 배추김치9	잡곡밥 어묵국5.6.18 제육볶음5.6.16 숙주나물5 깍두기9	유부김가루주먹밥5.6 메추리알장조림1.5.6 사과간장무침5.6 배추김치9	잡곡밥 달걀파국1.5 돈까스*소스5.6.10.12 시금치무침5.6 깍두기9
날 짜	11/16 (월)	11/17 (화)	11/18 (수)	11/19 (목)	11/20 (금)
석 식	돈육김치볶음밥 5.6.9.10 우동장국5.6.18 달걀스크램블1.5 깍두기9	잡곡밥 닭살양배추국5.15 두부구이*양념장5.6 감자조림5.6 깍두기9	잡곡밥 된장국5.6 돈육장조림5.6.10 어묵볶음5.6.18 배추김치9	잡곡밥 오징어국5.17 부추달걀찜1.5 버섯조림5.6 배추김치9	잡곡밥 배추된장국5.6 떡갈비구이 5.6.10.16.18 배무침5.6 깍두기9
날 짜	11/23 (월)	11/24 (화)	11/25 (수)	11/26 (목)	11/27 (금)
석 식	잡곡밥 콩나물국5 돈육비지전5.6.9.10 미나리무침5.6 깍두기9	잡곡밥 버섯들깨국5.6 한우청경채볶음5.6.16 열무무침5.6 배추김치9	잡곡밥 맑은미역국5.6 햄달걀전1.5.6.10 오이무침5.6 배추김치9	잡곡밥 한우사골국16 코다리강정5.6.12 느타리무침5.6 깍두기9	해물볶음밥5.6.9.17.18 황태무국5 돈육새송이장조림 5.6.15 배추김치9
날 짜	11/30 (월)				
석 식	돈육마파두부덮밥 5.6.10.18 달걀장조림1.5.6 브로콜리간장무침5.6 배추김치9				

원산지 표시	농산물, 콩(두부류)	축산물(가공품)	수산물(가공품)	김치류(깍두기포함)
	쌀(밥,죽,누룽지), 잡곡류- 국내산 두부, 순두부, 연두부, 콩비지 - 국내산 두부탕수-외국산	쇠고기(사골)- 국내산한우 돼지고기, 닭고기, 오리고기- 국내산 돈까스 떡갈비(돼지고기)- 국내산 햄 · 비엔나소세지 · 베이컨- 국내산	오징어- 국내산 임연수- 미국산 아귀살- 국내산 쭈꾸미- 베트남 동태살- 러이사산 해물동그랑땡-(오징어)페루(닭살)국내산 코다리강정-러시아산	배추(얼갈이, 봄동), 고춧가루 - 국내산

알레르기 정보

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

기타 표기되지 않은 식품의 알레르기 증상을 보이는 원아는 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.

*** 어린이집 사정에 의해 식단이 변경 될 수도 있습니다.**