부산중구 어린이·사회복지급식관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

하임어린이집

2026년 11월 식단표

(만1~2세 일반형 식단)

▶발행처 : 부산중구어린이사회복지급식관리지원센터
▶발행일 : 2026. 10. 15.
▶작성자 : 영양운영팀_영양사

요일	월	화	수	목	금	
날짜	2	3	4:[일품식단]	5	6	
오전간식	바나나/요구르트:②	감자우유죽:②	사과/요구르트:②	브로콜리치즈죽:②	키위/요구르트:②	
점심	흑미밥 곤약탕국:⑤ 간장오리불고기:⑤⑥ 무나물:⑤⑥ 배추김치:⑨	보리밥 온도토리묵국:⑤⑥⑨ 소고기버섯장조림: ⑤⑥⑯ 시금치나물:⑤⑥ 깍두기:⑨	소고기볶음밥:⑤⑯ 두부장국:⑤⑥ 치킨너겟+ 머스타드소스: ①②⑤⑥⑮ 배추김치:⑨	기장밥 닭곰탕:⑮ 채소달걀말이:①⑤ 어묵조림:⑤⑥ 깍두기:⑨	백미밥 안매운김칫국:⑨ 제육볶음:⑤⑥⑩ 양배추나물:⑤⑥ 깍두기:⑨	
오후간식	잔멸치주먹밥,보리차	모닝빵+딸기잼/우유: ①②⑤⑥/②	간장비빔국수,보리차: ⑤⑥	찐고구마/드링킹요거트:②	소보로빵/우유: ①②④⑤⑥/②	
열량(Kcal)/단백질(g)	442.1/15.6	444.9/17	438.3/16.2	447.4/16.8	446.3/12.4	
날짜	9	10	11:[일품식단]	12	13	
오전간식	샤인머스캣/요구르트:②	누룽지죽	단감/요구르트:②	황태죽	감귤/요구르트:②	
점심	흑미밥 소고기국:⑯ 메추리알소세지 케첩볶음:①⑤⑫ 청경채나물:⑤⑥ 배추김치:⑨	보리밥 얼갈이된장국:⑤⑥ 닭살굴소스볶음:⑮⑱ 파프리카무침:⑤⑥ 깍두기:⑨	마파두부덮밥:⑤⑥⑩ 감자국:⑤⑥ 과일요거트범벅:②⑫ 깍두기:⑨	기장밥 배추맑은국 돈육버섯볶음:⑤⑥⑩ 김구이 깍두기:⑨	백미밥 순두부백탕:①⑤ 삼치무조림:⑤⑥ 콩나물무침:⑤⑥ 배추김치:⑨	
오후간식	물만두+양념장,보리차: ⑤⑥⑩	해물부추전,보리차: ①⑤⑥⑨⑰	어묵핫바&케첩/ 매실차:⑤⑥⑫	찐감자/ 드링킹요거트:②	단팥빵/우유:②	
열량(Kcal)/단백질(g)	429.1/15.9	402.5/18.9	409.4/15.3	411/17.4	430.7/20.4	
날짜	16	17	18:[일품식단]	19	20	
오전간식	바나나/요구르트:②	멸치김가루죽	배/요구르트:②	달걀채소죽:①	샤인머스캣/요구르트:②	
점심	흑미밥 소고기미역국:⑤⑥⑯ 두부조림:⑤⑥ 애호박나물:⑤⑥ 배추김치:⑨	보리밥 감자양파국:⑤⑥ 닭갈비:⑤⑥⑮ 오이부추무침 배추김치:⑨	참치채소비빔밥 건새우맑은국:⑤⑨ 달걀후라이:①⑤ 배추김치:⑨	기장밥 어묵국:⑤⑥ 순살돼지갈비찜: ⑤⑥⑩ 미역줄기볶음:⑤⑥ 배추김치:⑨	백미밥 팽이버섯맑은국:⑤⑥ 소고기숙주볶음: ⑤⑥⑯ 명엽채조림:⑤⑥ 깍두기:⑨	
오후간식	토마토소스스파게티,보리차: ②⑤⑥⑩⑫⑮⑯⑱	프렌치토스트/우유: ①②⑤⑥/②	볶음우동,보리차:⑤⑥⑱	감자버터구이/드링킹요거트: ②/②	치즈빵/우유: ①②⑥/②	
열량(Kcal)/단백질(g)	454.9/16.3	410.8/18.1	384.8/18.5	409.5/16.5	433.4/18.1	
날짜	23	24	25:[일품식단]	26	27:[생일식단]	
오전간식	키위/요구르트:②	새우살양배추죽:⑨	감귤/요구르트:②	연두부죽:⑤	단호박죽	
점심	흑미밥 두부탕국:⑤⑥ 순살안동찜닭:⑤⑥⑮ 브로콜리볶음:⑤⑥ 배추김치:⑨	보리밥 사골팟국:⑯ 잘게자른 오징어볶음:⑤⑥⑰ 김자반 배추김치:⑨	돼지고기카레라이스: ②⑤⑥⑩⑫⑯⑱ 미소장국:⑤⑥ 맛살양상추샐러드: ①⑤⑥⑧⑫⑯⑱ 배추김치:⑨	기장밥 파달걀국:① 카레고등어구이: ⑤⑥⑦ 감자당근채볶음:⑤⑥ 깍두기:⑨	백미밥 소고기미역국:⑤⑥⑯ 어묵잡채:⑤⑥ 가지나물:⑤⑥ 배추김치:⑨	
오후간식	잔치국수:⑤⑥	유부초밥,보리차:⑤⑥	미니핫도그+케첩/ 우유:⑫/②	삶은달걀/드링킹요거트:①/②	생크림카스테라/과채주스: ①②⑤⑥	
열량(Kcal)/단백질(g)	421.9/19.5	444.6/19.8	413/16.5	413.6/18.6	426.8/8.3	
날짜	30					
오전간식	바나나/요구르트:②					
점심	흑미밥 유부장국:⑤⑥ 닭살야채볶음:⑤⑥⑮ 연근조림:⑤⑥ 깍두기:⑨					
오후간식	김가루참치주먹밥,보리차:⑤					
열량(Kcal)/단백질(g)	444.9/21					

※알레르기 유발식품(총 19종): ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토
⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ⑲잣

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

원산지 표시	쌀				쌀가공품		배추김치		쇠고기(국내산)		쇠고기 (수입)	돼지고기	닭고기	오리고기	
	쌀	찹쌀	현미	흑미	누룽지		배추	고춧가루	한우	육우					
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		국내산	국내산	0			국내산	국내산	국내산	
	두부류				수산물 (낙지, 고등어, 갈치, 명태(건조제외), 오징어, 꽃게, 참조기, 주꾸미, 아귀, 전복, 방어 등)				어육가공품(표시사항에 원산지가 표기된 제품)						
	두부	순두부							치킨너겟	소시지	해물믹스	참치	명엽채		
	콩	콩			오징어	고등어			닭고기	돼지고기	오징어	다랑어	명태		
	국내산	국내산			국내산	국내산			국내산	국내산	국내산	원양산	베트남		

★ 식단 및 원산지는 식품 수급 상황에 따라 달라질 수 있으며, 변경되는 즉시 재안내 하겠습니다.

부산중구 어린이·사회복지급식관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

하임어린이집

2026년 11월 식단표

(만3~5세 일반형 식단)

▶발행처 : 부산중구어린이사회복지급식관리지원센터
▶발행일 : 2026. 10. 15.
▶작성자 : 영양운영팀_영양사

요일	월	화	수	목	금	
날짜	2	3	4:[일품식단]	5	6	
오전간식	바나나/요구르트:②	감자우유죽:②	사과/요구르트:②	브로콜리치즈죽:②	키위/요구르트:②	
점심	흑미밥 곤약탕국:⑤ 간장오리불고기:⑤⑥ 무나물:⑤⑥ 배추김치:⑨	보리밥 온도토리묵국:⑤⑥⑨ 소고기버섯장조림:⑤⑥⑯ 시금치나물:⑤⑥ 깍두기:⑨	소고기볶음밥:⑤⑯ 두부장국:⑤⑥ 치킨너겟+머스타드소스:①②⑤⑥⑮ 배추김치:⑨	기장밥 닭곰탕:⑮ 채소달걀말이:①⑤ 어묵조림:⑤⑥ 깍두기:⑨	백미밥 김칫국:⑨ 제육볶음:⑤⑥⑩ 양배추나물:⑤⑥ 깍두기:⑨	
오후간식	잔멸치주먹밥,보리차	모닝빵+딸기잼/우유:①②⑤⑥/②	간장비빔국수,보리차:⑤⑥	찐고구마/드링킹요거트:②	소보로빵/우유:①②④⑤⑥/②	
열량(Kcal)/단백질(g)	680.2/24	684.5/26.1	674.3/24.9	688.3/25.9	686.6/19.1	
날짜	9	10	11:[일품식단]	12	13	
오전간식	샤인머스캣/요구르트:②	누룽지죽	단감/요구르트:②	황태죽	감귤/요구르트:②	
점심	흑미밥 소고기국:⑯ 메추리알소세지케첩볶음:①⑤⑫ 청경채나물:⑤⑥ 배추김치:⑨	보리밥 얼갈이된장국:⑤⑥ 닭살굴소스볶음:⑮⑱ 파프리카무침:⑤⑥ 깍두기:⑨	마파두부덮밥:⑤⑥⑩ 감자국:⑤⑥ 과일요거트범벅:②⑫ 깍두기:⑨	기장밥 배추맑은국 돈육버섯볶음:⑤⑥⑩ 김구이 깍두기:⑨	백미밥 순두부백탕:①⑤ 삼치무조림:⑤⑥ 콩나물무침:⑤⑥ 배추김치:⑨	
오후간식	물만두+양념장,보리차:⑤⑥⑩	해물부추전,보리차:①⑤⑥⑨⑰	어묵핫바&케첩/매실차:⑤⑥⑫	찐감자/드링킹요거트:②	단팥빵/우유:②	
열량(Kcal)/단백질(g)	660.2/24.5	621.5/28.9	629.9/23.6	631.4/26.7	662.7/31.5	
날짜	16	17	18:[일품식단]	19	20	
오전간식	바나나/요구르트:②	멸치김가루죽	배/요구르트:②	달걀채소죽:①	샤인머스캣/요구르트:②	
점심	흑미밥 소고기미역국:⑤⑥⑯ 두부조림:⑤⑥ 애호박나물:⑤⑥ 배추김치:⑨	보리밥 감자양파국:⑤⑥ 닭갈비:⑤⑥⑮ 오이부추무침 배추김치:⑨	참치채소비빔밥 건새우맑은국:⑤⑨ 달걀후라이:①⑤ 배추김치:⑨	기장밥 어묵국:⑤⑥ 돼지갈비찜:⑤⑥⑩ 미역줄기볶음:⑤⑥ 배추김치:⑨	백미밥 팽이버섯맑은국:⑤⑥ 소고기숙주볶음:⑤⑥⑯ 명엽채조림:⑤⑥ 깍두기:⑨	
오후간식	토마토소스스파게티,보리차:②⑤⑥⑩⑫⑮⑯⑱	프렌치토스트/우유:①②⑤⑥/②	볶음우동,보리차:⑤⑥⑱	감자버터구이/드링킹요거트:②/②	치즈빵/우유:①②⑥/②	
열량(Kcal)/단백질(g)	699.9/25	632/27.9	601.9/28.6	630.1/25.3	656.8/27.8	
날짜	23	24	25:[일품식단]	26	27:[생일식단]	
오전간식	키위/요구르트:②	새우살양배추죽:⑨	감귤/요구르트:②	연두부죽:⑤	단호박죽	
점심	흑미밥 두부탕국:⑤⑥ 순살안동찜닭:⑤⑥⑮ 브로콜리볶음:⑤⑥ 배추김치:⑨	보리밥 사골팟국:⑯ 오징어볶음:⑤⑥⑰ 김자반 배추김치:⑨	돼지고기카레라이스:②⑤⑥⑩⑫⑯⑱ 미소장국:⑤⑥ 맛살양상추샐러드:①⑤⑥⑧⑫⑯⑱ 배추김치:⑨	기장밥 파달걀국:① 카레고등어구이:⑤⑥⑦ 감자당근채볶음:⑤⑥ 깍두기:⑨	백미밥 소고기미역국:⑤⑥⑯ 어묵잡채:⑤⑥ 가지나물:⑤⑥ 배추김치:⑨	
오후간식	잔치국수:⑤⑥	유부초밥,보리차:⑤⑥	미니핫도그+케첩/우유:⑫/②	삶은달걀/드링킹요거트:①/②	생크림카스테라/과채주스:①②⑤⑥	
열량(Kcal)/단백질(g)	649.1/30	683.9/30.5	635.4/25.3	636.3/28.7	656.6/12.8	
날짜	30					
오전간식	바나나/요구르트:②					
점심	흑미밥 유부장국:⑤⑥ 닭살야채볶음:⑤⑥⑮ 연근조림:⑤⑥ 깍두기:⑨					
오후간식	김가루참치주먹밥,보리차:⑤					
열량(Kcal)/단백질(g)	684.5/32.3					

※알레르기 유발식품(총 19종): ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토
⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합포함) ⑲잣

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

원산지 표시	쌀				쌀가공품	배추김치		쇠고기(국내산)		쇠고기(수입)	돼지고기	닭고기	오리고기	
	쌀	찹쌀	현미	흑미	누룽지	배추	고춧가루	한우	육우		국내산	국내산	국내산	
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	0						
	두부류				수산물 (낙지, 고등어, 갈치, 명태(건조제외), 오징어, 꽃게, 참조기, 주꾸미, 아귀, 전복, 방어 등)					어육가공품(표시사항에 원산지가 표기된 제품)					
	두부	순두부								치킨너겟	소시지	해물믹스	참치	명엽채
	콩	콩			오징어	고등어				닭고기	돼지고기	오징어	다랑어	명태
	국내산	국내산			국내산	국내산				국내산	국내산	국내산	원양산	베트남

★ 식단 및 원산지는 식품 수급 상황에 따라 달라질 수 있으며, 변경되는 즉시 재안내 하겠습니다.