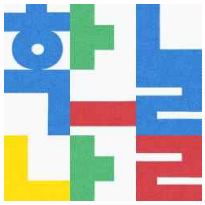
발행처 : 이솝어린이집
발행일 : 2026.10.01
원 장 : 이현정

10월 Jin-Pro 영양식단

(어린이집 만1~2세)

부산진구 어린이·사회복지급식관리지원센터

구분	※ 알림	견학	1(목)	2(금)
오전간식	▸ **화요일, 목요일**은 염도 기록 날! ▸ **V표시**는 **TCS Food 식단**입니다. ▸ **식품알레르기 유발식품** ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣		채소죽	사과
점심식사		견학식단은 이곳에 작성하여 감수받으세요 * 감수요청서, 간식 기입 필수	기장밥 순두부국( ) 쇠고기굴소스볶음 **V오이무침** 백김치	현미밥 **V도토리묵국** 잘게썬오리주물럭 **V브로콜리무침** 백김치
오후간식			블루베리요거트범벅	롤빵 우유
열량/단백질			405/16	413/13

구분	5(월/대체휴일)	6(화)생일잔치	7(수)	8(목)	9(금/한글날)
오전간식		닭죽	**V토마토**	흑임자죽	
점심식사		찹쌀팥밥 조갯살미역국 쇠불고기 들깨무나물 백김치/배추김치	**V돈육잡채덮밥** 무맑은국 **V숙주나물** 백김치 과채주스	기장밥 감잣국( ) 삼치구이 견과류조림 백김치	
오후간식		치즈케이크 우유	시리얼 우유	**V꼬마채소김밥**	
열량/단백질		441/18	403/14	447/16	

구분	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금)
오전간식	샤인머스켓	전복죽	키위	누룽지죽	배
점심식사	검정쌀밥 버섯미역국 쇠고기장조림 잔멸치볶음 백김치	수수밥 유부맑은국( ) 안동찜닭 **V상추사과무침** 깍두기	채소카레라이스 미소장국 해물완자전 깍두기 떠먹는요구르트	기장밥 무챗국( ) 돈육피망조림 **V콩나물무침** 백김치	현미밥 들깨수제비국 잘게썬오징어볶음 **V시금치나물** 백김치
오후간식	찐감자 우유	볶음우동	**V고구마범벅** 우유	바나나쉐이크	카스테라 우유
열량/단백질	390/17	397/16	400/13	408/14	443/16

구분	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)
오전간식	씨없는포도	장국죽	귤	깨죽	사과
점심식사	검정쌀밥 시락국 닭살채소볶음 **V가지나물** 깍두기	수수밥 두부탕국( ) 고등어조림 **V숙주나물** 백김치	흰쌀밥 옥수수스프 돈까스&소스 **V양상추샐러드** **V단무지무침**	기장밥 어묵국( ) 잘게썬훈제오리찜 **V오이무침** 깍두기	현미밥 쇠고기국 새우살애호박볶음 알감자조림 백김치
오후간식	찐단호박 우유	**V채소샌드위치**	삶은달걀 우유	잔멸치김가루주먹밥	후레쉬번 우유
열량/단백질	397/15	432/18	430/14	413/15	421/12

구분	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)
오전간식	배	채소죽	단감	흑미죽	바나나
점심식사	검정쌀밥 콩나물국 돈육불고기 **V브로콜리무침** 백김치	수수밥 들깨단배추국( ) 잘게썬쇠고기연근찜 잔멸치볶음 깍두기	**V두부소보로덮밥** 맑은미역국 견과류조림 백김치 마시는요구르트	기장밥 돈육된장국( ) 코다리양념찜 **V시금치나물** 깍두기	현미밥 모둠버섯국 닭살데리야끼조림 **V청경채나물** 백김치
오후간식	찐고구마 우유	**V달걀지단잔치국수**	알감자구이 우유	늙은호박전	모닝빵 우유
열량/단백질	397/13	390/17	388/11	394/22	412/18

일괄 원산지 표시	쌀(백미, 현미, 흑미, 찹쌀)			콩(두부류/콩국수/콩비지)			쇠고기 (한우/육우/젖소)	돼지고기	닭고기	오리고기	김치	
	밥	죽	누룽지	두부	연두부	순두부					배추	고춧가루
	국내산	국내산	국내산	국내산		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	수산물											
	넙치(광어)	조피볼락	참돔	미꾸라지	낙지	뱀장어(민물장어)	명태(코다리)	고등어	갈치	오징어	꽃게	참조기	다랑어	아귀
							러시아	국내산		국내산				
	수산물						식육·어육가공품							
	주꾸미	가리비	우렁쉥이(멍게)	전복	방어	부세	도토리묵	유부	돈까스	어묵	맛살	굴소스	해물완자전	
				국내산			국내산	외국산	돼지고기 국내산	연육 중국산	연육 외국산	굴 국내산	연육 외국산	

□ 식단 알레르기 메뉴

☞ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있으며 본 센터 「식단 알레르기 메뉴」에서는 식용유(콩기름), 양념(간장, 고추장, 된장), 아황산류의 표시는 제외하였으니 식품 알레르기 아동 관리 시 유념해 주시기 바랍니다.

구분	날짜	메뉴명	날짜	메뉴명	날짜	메뉴명	날짜	메뉴명	날짜	메뉴명
1. 난류	2	롤빵	6	당근달걀찜	6	버섯채소전	8	꼬마채소김밥	10	만둣국
	10	연근참깨무침	14	해물완자전	14	고구마범벅	16	카스테라	17	메추리알마요무침
	20	채소샌드위치	21	돈까스&소스	21	삶은달걀	23	후레쉬번	24	유부초밥
	27	달걀지단잔치국수	28	두부소보로덮밥	30	모닝빵	31	달걀국	생일1,4	생크림케이크
	생일2	치즈케이크	생일3	크림스파게티	생일3	초코케이크	생일4	달걀김국		
2. 우유		우유	1	블루베리요거트범벅	2	롤빵	6	타락죽	10	슬라이스치즈
	14	채소카레라이스	14	해물완자전	14	떠먹는요구르트	14	고구마범벅	15	바나나쉐이크
	16	카스테라	17	치즈김치볶음밥	20	채소샌드위치	21	옥수수스프	23	후레쉬번
	24	유부초밥	28	마시는요구르트	28	알감자구이	30	모닝빵	31	슬라이스치즈
	생일1,4	생크림케이크	생일2	치즈케이크	생일3	크림스파게티	생일3	초코케이크	생일4	마시는요구르트
3. 메밀										
4. 땅콩	8	견과류조림	28	견과류조림						
5. 대두	1	순두부국	1	쇠고기굴소스볶음	6	쇠고기된장찌개	6	버섯채소전	7	시리얼
	8	꼬마채소김밥	10	나물비빔밥	10	만둣국	10	연근참깨무침	10	두유
	13	유부맑은국	14	채소카레라이스	14	미소장국	15	돈육피망조림	15	콩나물무침
	17	미숫가루	17	메추리알마요무침	19	시락국	20	두부탕국	21	옥수수스프
	21	돈까스&소스	22	어묵국	24	두유	24	유부초밥	26	콩나물국
	28	두부소보로덮밥	29	돈육된장국	31	미숫가루	생일1	두부미역국	생일1,4	생크림케이크
	생일2	치즈케이크	생일3	크림스파게티	생일3	미소장국	생일3	돈육찹스테이크	생일3	초코케이크
	생일4	마파두부덮밥	생일4	춘권튀김						
6. 밀	1	쇠고기굴소스볶음	2	롤빵	6	쇠고기된장찌개	6	버섯채소전	8	삼치구이
	8	꼬마채소김밥	10	만둣국	10	연근참깨무침	13	볶음우동	14	채소카레라이스
	14	미소장국	14	해물완자전	15	돈육피망조림	16	들깨수제비국	16	카스테라
	17	미숫가루	19	시락국	20	채소샌드위치	21	옥수수스프	21	돈까스&소스
	22	어묵국	23	후레쉬번	24	유부초밥	27	달걀지단잔치국수	29	돈육된장국
	29	늙은호박전	30	모닝빵	31	미숫가루	생일1,4	생크림케이크	생일2	치즈케이크
	생일3	크림스파게티	생일3	미소장국	생일3	돈육찹스테이크	생일3	초코케이크	생일4	마파두부덮밥
	생일4	춘권튀김								
7. 고등어	20	고등어조림								
8. 게	8	꼬마채소김밥								
9. 새우	백김치, 배추김치, 깍두기		2	도토리묵국	14	해물완자전	15	무챗국	17	치즈김치볶음밥
	23	새우살애호박볶음	24	안매운김칫국						
10. 돼지고기	7	돈육잡채덮밥	10	만둣국	15	돈육피망조림	21	돈까스&소스	26	돈육불고기
	29	돈육된장국	생일3	돈육찹스테이크	생일4	마파두부덮밥	생일4	춘권튀김		
11. 복숭아										
12. 토마토	7	토마토	14	채소카레라이스	21	돈까스&소스	생일3	돈육찹스테이크		
13. 아황산류	8	꼬마채소김밥	21	단무지무침	27	달걀지단잔치국수	생일4	단무지무침		
14. 호두	8	견과류조림	28	견과류조림						
15. 닭고기	13	안동찜닭	19	닭살채소볶음	21	옥수수스프	30	닭살데리야끼조림	생일2	닭죽
	생일3	크림스파게티								
16. 쇠고기	1	쇠고기굴소스볶음	6	쇠고기된장찌개	12	쇠고기장조림	14	채소카레라이스	20	장국죽
	21	옥수수스프	21	돈까스&소스	23	쇠고기국	27	쇠고기연근찜	생일2	쇠불고기
	생일3	크림스파게티	생일3	돈육찹스테이크						
17. 오징어	14	해물완자전	16	오징어볶음						
18. 조개류	1	쇠고기굴소스볶음	13	전복죽	14	채소카레라이스	14	해물완자전	15	돈육피망조림
	21	돈까스&소스	생일1	전복죽	생일2	조갯살미역국	생일3	돈육찹스테이크		
19. 잣										

<내용 출처: 식품의약품안전처>

발행처: 이솝어린이집
발행일: 2026.10.01
원　장: 이현정

원산지 및 생일식단 안내

작성법 및 예시

부산진구 어린이·사회복지급식관리지원센터

※ 본 양식은 조리실 부착 및 비치용이 아닌 가정으로 식단 안내 시 함께 제공해야 하는 안내 양식입니다.

▶ 원산지 표시 대상 품목

구분	품목
농축산물 9종 **(농축산물 9종이 함유된 가공품)**	쌀[1](밥, 죽, 누룽지), 콩(두부류, 콩국수, 콩비지), 배추김치(배추와 고춧가루), 쇠고기[2], 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소고기(유산양 포함)
	식육가공품(햄류・소시지류・베이컨류・건조저장육류・양념육류・분쇄가공육제품・식육추출가공품・식용우지・식용돈지), 배추김치 가공품, 쌀 가공품, 콩 가공품
수산물 20종 **(수산물 20종이 함유된 가공품)**	넙치(광어), 조피볼락(우럭), 참돔, 미꾸라지, 뱀장어(민물장어), 낙지, 명태(동태, 코다리), 고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미, 가리비, 우렁쉥이(멍게), 전복, 방어, 부세
	어육가공품(어묵・어육소시지・어육반제품・어육살・연육・기타 어육가공품), 묵류, 젓갈류, 수산물조림, 조미건어포류, 훈제품, 어간장 등

1) 쌀에 해당하는 품목은 백미, 현미, 흑미, 찹쌀
2) 쇠고기가 국내산인 경우"국내산"으로 표시하고, 식육의 종류(한우, 젖소, 육우) 중 해당사항 표시

▶ 원산지 일괄표시

☞ 제공되는 메뉴의 품목별 원산지가 모두 동일한 경우에 한해 식단표 하단 '일괄 원산지 표시'에 일괄표시가 가능합니다.

예) 식단에 쇠고기를 포함하는 메뉴가 제공될 경우 원산지가 모두 같으면 일괄표시 가능

☞ 조리법에 나눠 표시 가능합니다.

예) 국거리용 쇠고기: 국내산 / 반찬용 쇠고기: 호주산

※ 일괄표시 시 가공품이 포함되는 경우 원산지를 확인하신 후 표시하시기 바랍니다.

☞농축수산물 기본 원산지 표시기준

국산일 경우	외국산일 경우
국산 또는 국내산으로 표시하거나 생산·채취·사육한 지역의 시·도명이나 시·군·구명으로 표시	수입신고필증 상의 원산지 **'국가명' 표시** ***가공식품의 경우 '외국산(국가명, 국가명, 국가명 등)으로 표시된 경우 '외국산'으로 표시 가능**

▶ 음식명별 원산지 안내

☞ **일괄 표시 외 품목**을 작성하시면 됩니다.

날짜	음식명	품목	원산지	날짜	음식명	품목	원산지

*** 원산지 안내 후 식재료 수급 상황에 따른 원산지 변동이 있을 경우, 빠른 시일 내로 가정통신문이나 홈페이지(또는 SNS) 등으로 변경사항을 다시 안내하셔야 합니다.**

▶ 선택형 생일식단(4분기)

구분		생일식단 1	생일식단 2	생일식단 3	생일식단 4
오전간식		전복죽	닭죽	단감	사과
점심식사		찹쌀팥밥 두부미역국 갈치구이 **V느타리버섯무침** 백김치/배추김치	찹쌀팥밥 조갯살미역국 쇠불고기 들깨무나물 백김치/배추김치	크림스파게티 미소장국 돈육찹스테이크 **V양상추샐러드** 채소피클	마파두부덮밥 달걀김국 춘권튀김 **V단무지무침** 마시는요구르트
오후간식		생크림케이크 우유	치즈케이크 우유	초코케이크 우유	생크림케이크 우유
열량/단백질	만1~2세	422/16	441/18	439/14	433/13
	만3~5세	650/25	679/27	676/22	666/20

※ 안내사항

- ✓ 분기별로 제공되는 4종의 생일 식단을 급식소 상황에 맞게 선택하여 활용해 주세요.
- ✓ 생일식단은 열량 및 단백질 기준에 맞춰 구성되어 있으므로 **메뉴 변경은 불가**합니다. 변경이 필요한 경우 식단감수를 신청해 주세요.
- ✓ 생일식단 1·2의 경우, 백김치와 배추김치 중 대상 연령에 적합한 김치를 선택해 제공해 주세요.