

# 2026년 11월 식단표

부산경찰청어린이집
busan police agency daycare center

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

| 일자 | 2(월) | 3(화) | 4(수)슬기로운저염day | 5(목) | 6(금) |
|---|---|---|---|---|---|
| 오전간식 | 옥수수죽 | 대구살죽 | 누룽지죽 | ①배추죽 | 밤죽 |
| 점심 | 쌀밥<br>팽이버섯감자국<br>생선까스*타르소스①⑥<br>연근채조림⑤⑥<br>애호박나물<br>배추김치⑨ | 잡곡밥<br>봄동된장국⑤⑥<br>순살간장닭볶음탕⑤⑥⑮<br>연두부*양념장⑤⑥<br>청경채나물<br>배추김치⑨ | 유부김밥①⑤⑥⑧<br>저염콩나물국⑤⑥<br>단감샐러드①⑤⑥⑯<br>배추김치⑨ | 기장밥<br>오징어무국⑰<br>달걀장조림①⑤⑥<br>브로콜리새우볶음⑤⑥⑨<br>숙주나물<br>깍두기⑤⑥⑨ | 강황쌀밥<br>두부탕국⑤⑥⑯<br>돼지불고기⑤⑥⑩<br>으깬감자샐러드①⑤⑥⑯<br>시금치나물<br>깍두기⑤⑥⑨ |
| 오후간식 | 우유②<br>구운달걀① | 두부담은찰도그롤<br>①②⑤⑥⑨⑩⑮⑱<br>런요구르트② | 배<br>딸기잼모닝빵⑥ | 샤인머스캣<br>어묵탕⑤⑥ | 사과<br>참치주먹밥⑤⑥ |
| 일자 | 9(월) | 10(화) | 11(수) | 12(목) | 13(금) |
| 오전간식 | 연두부죽⑤ | 닭가슴살죽⑮ | 흑임자죽 | 새우살채소죽⑨ | 브로콜리죽 |
| 점심 | 쌀밥<br>황태미역국⑤⑥<br>동그랑땡전①⑤⑥⑩<br>병아리콩조림⑤⑥<br>쑥갓나물<br>배추김치⑨ | 잡곡밥<br>새우살청경채국⑨<br>고등어구이⑤⑦<br>돌자반볶음<br>열무된장무침⑤⑥<br>배추김치⑨ | 우삼겹깍둑볶음밥⑤⑥⑯<br>우동⑤⑥<br>옛날사라다①⑤⑥⑯<br>깍두기⑤⑥⑨ | 기장밥<br>들깨무채국<br>②닭살배추볶음⑤⑥⑮<br>어묵볶음⑤⑥<br>봄동나물⑤⑥<br>깍두기⑤⑥⑨ | 홍국쌀밥<br>된장찌개⑤⑥<br>돼지갈비찜⑤⑥⑩<br>상추사과무침<br>배추김치⑨ |
| 오후간식 | 영아 단감/감자전⑤⑥<br>유아 피자설기 | 찐고구마<br>런요구르트② | 메론<br>쫀득이복만두⑤⑥⑩⑯ | 쌀국수⑤⑥⑯ | 씨리얼⑥<br>우유② |
| 일자 | 16(월) | 17(화) | 18(수)슬기로운저염day | 19(목) | 20(금) |
| 오전간식 | 달걀죽① | 게살죽⑧ | 누룽지죽 | 전복죽⑱ | 콩나물국밥⑤ |
| 점심 | 쌀밥<br>맑은김칫국<br>닭고기깻잎볶음⑤⑥⑮<br>도토리묵무침⑤⑥<br>콩나물무침⑤<br>배추김치⑨ | 잡곡밥<br>순두부찌개⑤⑥<br>가자미구이⑤<br>구운김<br>취나물무침<br>깍두기⑤⑥⑨ | 곤드레나물밥*양념장<br>⑤⑥<br>숭늉<br>고기완자<br>①③④⑧⑨⑩⑫⑭<br>배추김치⑨ | 기장밥<br>③콩가루배춧국⑤⑥<br>간장오리불고기⑤⑥<br>실곤약샐러드①⑤⑥⑧⑯<br>참나물무침<br>깍두기⑤⑥⑨ | 클로렐라밥<br>안매운육개장⑤⑥⑯<br>파프리카달걀말이①⑤<br>당근감자조림⑤⑥<br>시금치나물<br>깍두기⑤⑥⑨ |
| 오후간식 | 영아 팬케이크①②⑤⑥<br>유아 귤/손송편 | 우유②<br>버터감자구이② | 짜장면⑤⑥⑩ | 사과<br>녹두빈대떡⑥⑩ | 파인애플<br>롤유부초밥①②⑤⑥ |
| 일자 | 23(월) | 24(화) | 25(수)잔반없는day | 26(목) | 27(금)♥생일상♥ |
| 오전간식 | 당근양파죽 | 쇠고기죽⑯ | 단호박죽 | 참깨죽 | 타락죽② |
| 점심 | 쌀밥<br>콩나물국⑤<br>돼지보쌈⑤⑥⑩<br>콘샐러드①⑤⑥⑯<br>상추쌈&쌈장⑤⑥<br>배추김치⑨ | 잡곡밥<br>물만두국⑤⑥⑩⑯<br>콘달걀찜①<br>진미채무침⑰<br>가지나물<br>배추김치⑨ | 카레라이스⑤⑥⑩<br>유부장국⑤⑥<br>수제후라이드치킨⑤⑥⑮<br>배추김치⑨ | 기장밥<br>돈김치찌개⑤⑥<br>두부구이⑤<br>우엉채간장조림⑤⑥<br>④배추나물⑤⑥<br>깍두기⑤⑥⑨ | 팥밥<br>쇠고기미역국⑤⑥⑯<br>쇠고기버섯불고기⑤⑥⑯<br>한식잡채⑤⑥<br>도라지나물<br>깍두기⑤⑥⑨ |
| 오후간식 | 영아 후리가케주먹밥<br>유아 배/앙꼬말이떡 | 적포도<br>고구마맛탕⑤ | 크림스파게티②⑤⑥⑩ | 우유②<br>콘식빵토스트①②⑤⑥⑯ | 바나나<br>플레인요거트② |
| 일자 | 30(월) | 「식단 이용시 참고사항」 | | | |
| 오전간식 | 감자치즈죽② | 1. 11월의 푸드브릿지 : 배추 | | | |
| 점심 | 쌀밥<br>시락국⑤⑥<br>닭볶음탕⑤⑥⑮<br>소시지케찹볶음⑤⑥⑩⑫<br>오이나물<br>배추김치⑨ | ① 1단계(친해지기) : 배추<br>② 2단계(간접노출) : 닭살배추볶음<br>③ 3단계(소극적노출) : 콩가루배춧국<br>④ 4단계(적극적노출) : 배추나물<br>2.알레르기 유발식품<br>①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토<br>⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(홍합, 굴, 전복포함) ⑲잣<br>*아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. | | | |
| 오후간식 | 꼬마김밥⑤⑥ | | | | |

| 일괄 원산지 표시 | 쌀(밥/죽/누룽지) | | | | 콩(두부류/콩국수/콩비지) | | | 쇠고기 | 육류 | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 백미 | 찹쌀 | 흑미 | 누룽지 | 두부 | 순두부 | 연두부 | 국산 | 돼지고기 | 닭고기 | 오리고기 |
| | 국산 | 국산 | 국산 | 국산 | 국산 | 국산 | 국산 | 한우 | 국산 | 국산 | 국산 |

| 김치(배추/얼갈이/봄동) | | 수산물 | | | 식육·어육가공품 | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 배추 | 고춧가루 | 전복 | 오징어 | 고등어 | 동그랑땡<br>돼지고기 | 참치<br>가다랑어 | 소시지<br>돼지고기 | 고기완자<br>돼지고기 | |
| 국산 | 국산 | 국산 | 국산 | 국산 | 국산 | 원양산 | 국산 | 국산 | |

☞위 식단은 식자재의 수급사정에 따라 변경 될 수 있습니다.
☞연장반(오후6시 이후)은 매일 <우유/빵>이 배식됩니다.