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

2026년 11월 표준식단표 (영아)

발행처 : 동래구어린이급식관리지원센터
발행일 : 2026.10.15
작성자 : 영양·기획팀

요일	월	화	수	목	금	토
날짜	2	3	4슬기로운저염day	5골고루day	6	7
오전새참	바나나	전복죽⑱	귤	①배추죽	사과	파인애플
점 심	쌀밥 다시마양파국 버섯쇠불고기⑤⑥⑯ 애호박나물⑤ 배추김치⑨	잡곡밥 봄동맑은국 순살간장닭볶음탕⑤⑥⑮ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨	돈육짜장밥⑤⑥⑩ 저염콩나물국⑤ 후르츠탕수육①⑤⑥⑩⑫ 깍두기⑨	기장밥 근대된장국⑤⑥ 달걀장조림①⑤⑥ 브로콜리새우볶음⑤⑥⑨ 배추김치⑨	수수밥 새우두부탕국⑤⑥⑨⑱ 유자청돼지불고기⑤⑥⑩ 으깬감자샐러드①⑤ 깍두기⑨	소보로덮밥①⑤⑥⑩ 유부우동국물⑤⑥ 닭봉구이⑤⑮ 깍두기⑨
오후새참	데리야끼볶음우동 ⑤⑥⑩⑮⑱	찐단호박/우유②	들깨수제비⑥	고구마맛탕⑤/ 우유②	찰보리빵①②⑥/ 우유②	흑임자죽
열량/단백질	404/13	416/17	406/17	524/19	513/16	416/17
날짜	9(월)	10	11	12	13	14
오전새참	배	연두부죽⑤	단감	현미파프리카죽	샤인머스켓	바지락살죽⑱
점 심	쌀밥 황태미역국⑤⑥ 쇠고기시금치볶음⑤⑭⑱ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨	잡곡밥 맑은애호박국⑤⑥ 고등어구이⑤⑦ 열무된장무침⑤⑥ 배추김치⑨	새우달걀덮밥①⑤⑥⑨ 물만둣국⑤⑥⑩⑯⑱ 볼어묵조림⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 무채국⑤⑥ ②닭살배추볶음⑤⑮ 세발나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 된장찌개⑤⑥ 돈육목살구이⑩ 상추사과무침⑤⑥ 배추김치⑨	참치마요덮밥 ①⑤⑥⑩⑫⑯⑱ 맑은숙주국 만두강정⑤⑥⑩⑫ 깍두기⑨
오후새참	김가루채소주먹밥⑤	찐감자/우유②	토마토파스타 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱	고로케①⑤⑥/ 우유②	카스테라①②⑥/ 우유②	포도
열량/단백질	414/16	422/16	427/16	487/16	488/17	398/14
날짜	16	17	18	19	20	21
오전새참	귤	감자죽	바나나	김가루죽	배	사과
점 심	쌀밥 안매운콩비지찌개⑤⑨⑩ 돈육느타리잡채⑤⑥⑩ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 북엇국⑤⑥ 간장오리불고기⑤⑥ 부추나물⑤⑥ 깍두기⑨	오징어굴소스볶음 밥⑤⑥⑰⑱ 숭늉 두부샐러드⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 ③콩가루배춧국⑤⑥ 차돌숙주볶음⑤⑥⑯ 연근참깨무침①⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 닭곰탕⑮ 파프리카달걀말이①⑤ 당근감자채볶음⑤⑥ 깍두기⑨	장조림버터비빔밥 ①②⑤⑥⑯ 미소된장국⑤⑥ 미트볼조림⑤⑥⑩ 깍두기⑨
오후새참	잔치국수⑤⑥	찐고구마/우유②	핫도그①②⑥⑩/ 우유②	늙은호박전⑤⑥	구운도넛①②⑤⑥/ 우유②	타락죽②
열량/단백질	392/16	509/18	437/17	459/14	472/17	415/16
날짜	23	24	25	26	27	28
오전새참	단감	쇠고기죽⑯	귤	참깨죽	사과	검은콩죽⑤
점 심	쌀밥 부추재첩국⑱ 닭고기깻잎볶음⑤⑥⑮ 도토리묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 안매운순두부찌개①⑤ 콘달걀찜① 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	카레라이스②⑤⑥⑩ 유부장국⑤⑥ 동그랑땡⑤⑥⑩⑮⑯ 배추김치⑨	기장밥 청경채맑은국 간장제육볶음⑤⑥⑩ ④배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 버섯쇠고기국⑤⑥⑯ 대구살조림⑤⑥ 얼갈이나물⑤⑥ 배추김치⑨	후리가케주먹밥⑤⑥ 백짬뽕국⑤⑰⑱ 푸실리샐러드 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ 깍두기⑨
오후새참	새우채소주먹밥⑤⑨	찐감자/우유②	어묵탕⑤⑥	물만두⑤⑥⑩/우유②	마들렌①②⑥/우유②	샤인머스켓
열량/단백질	460/17	470/21	411/16	512/16	415/15	429/16
날짜	30	「식단 이용시 참고사항」				
오전새참	배	1. 11월의 푸드브릿지 : 배추				
점 심	쌀밥 시락국⑤⑥ 쇠고기감자조림⑤⑥⑯ 가지들깨나물⑤⑥ 배추김치⑨	① 1단계(친해지기) : 배추죽 ② 2단계(간접노출) : 닭살배추볶음 ③ 3단계(소극적노출) : 콩가루배춧국 ④ 4단계(적극적노출) : 배추나물 2.알레르기 유발식품 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(홍합, 굴, 전복포함) ⑲잣 *아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.				
오후새참	꼬마김밥⑤⑥⑩					
열량/단백질	445/16					



일괄 원산지 표시	쌀(밥/죽/누룽지)					콩(두부류/콩국수/콩비지)			쇠고기	육류		
	백미	현미	찹쌀	흑미	누룽지	두부	순두부	콩국수	국내산	돼지고기	닭고기	오리고기
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	한우	국내산	국내산	국내산
	수산물					김치류(배추/얼간이/봄동)		식육·어육가공품				
	고등어		오징어			배추	고춧가루	탕수육	참치	미트볼	동그랑땡	가다랑어
	국내산		국내산			국내산	국내산	국내산	원양산	국내산	국내산	국내산

※ 위 식단은 식자재의 수급사정에 따라 변경 될 수 있습니다.
※ 만 1~2세 영아 : 에너지 섭취기준 900(kcal/일), 단백질 권장섭취량 20(g/일)
※ 만 3~5세 유아 : 에너지 섭취기준 1,400(kcal/일), 단백질 권장섭취량 25(g/일)

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

2026년 11월 표준식단표 (유아)

발행처 : 동래구어린이급식관리지원센터
발행일 : 2026.10.15
작성자 : 영양·기획팀

요일	월	화	수	목	금	토
날짜	2	3	4슬기로운저염day	5골고루day	6	7
오전새참	바나나	전복죽⑱	귤	①배추죽	사과	파인애플
점 심	쌀밥 다시마양파국 버섯쇠불고기⑤⑥⑯ 애호박나물⑤ 배추김치⑨	잡곡밥 봄동맑은국 순살간장닭볶음탕⑤⑥⑮ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨	돈육짜장밥⑤⑥⑩ 저염콩나물국⑤ 후르츠탕수육①⑤⑥⑩⑫ 깍두기⑨	기장밥 근대된장국⑤⑥ 달걀장조림①⑤⑥ 브로콜리새우볶음⑤⑥⑨ 배추김치⑨	수수밥 새우두부탕국⑤⑥⑨⑱ 유자청돼지불고기⑤⑥⑩ 으깬감자샐러드①⑤ 깍두기⑨	소보로덮밥①⑤⑥⑩ 유부우동국물⑤⑥ 닭봉구이⑤⑮ 깍두기⑨
오후새참	데리야끼볶음우동 ⑤⑥⑩⑮⑱	찐단호박/우유②	들깨수제비⑥	고구마맛탕⑤/ 우유②	찰보리빵①②⑥/ 우유②	흑임자죽
열량/단백질	621/21	605/25	625/27	771/28	755/23	640/27
날짜	9	10	11	12	13	14
오전새참	배	연두부죽⑤	단감	현미파프리카죽	샤인머스켓	바지락살죽⑱
점 심	쌀밥 황태미역국⑤⑥ 쇠고기시금치볶음⑤⑯⑱ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨	잡곡밥 맑은애호박국⑤⑥ 고등어구이⑤⑦ 열무된장무침⑤⑥ 배추김치⑨	새우달걀덮밥①⑤⑥⑨ 물만둣국⑤⑥⑩⑯⑱ 볼어묵조림⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 무채국⑤⑥ ②닭살배추볶음⑤⑮ 세발나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 된장찌개⑤⑥ 돈육목살구이⑩ 상추사과무침⑤⑥ 배추김치⑨	참치마요덮밥 ①⑤⑥⑩⑫⑯⑱ 맑은숙주국 만두강정⑤⑥⑩⑫ 깍두기⑨
오후새참	김가루채소주먹밥⑤	찐감자/우유②	토마토파스타 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱	고로케①⑤⑥/ 우유②	카스테라①②⑥/ 우유②	포도
열량/단백질	638/26	614/23	658/25	714/23	717/25	613/21
날짜	16	17	18	19	20	21
오전새참	귤	감자죽	바나나	김가루죽	배	사과
점 심	쌀밥 안매운콩비지찌개⑤⑨⑩ 돈육느타리잡채⑤⑥⑩ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 북엇국⑤⑥ 간장오리불고기⑤⑥ 부추나물⑤⑥ 깍두기⑨	오징어굴소스볶음 밥⑤⑥⑰⑱ 숭늉 두부샐러드⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 ③콩가루배춧국⑤⑥ 차돌숙주볶음⑤⑥⑯ 연근참깨무침①⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 닭곰탕⑮ 파프리카달걀말이①⑤ 당근감자채볶음⑤⑥ 깍두기⑨	장조림버터비빔밥 ①②⑤⑥⑯ 미소된장국⑤⑥ 미트볼조림⑤⑥⑩ 깍두기⑨
오후새참	잔치국수⑤⑥	찐고구마/우유②	핫도그①②⑥⑩/ 우유②	늙은호박전⑤⑥	구운도넛①②⑤⑥/ 우유②	타락죽②
열량/단백질	604/25	748/26	637/25	706/21	692/25	639/26
날짜	23	24	25	26	27	28
오전새참	단감	쇠고기죽⑯	귤	참깨죽	사과	검은콩죽⑤
점 심	쌀밥 부추재첩국⑱ 닭고기깻잎볶음⑤⑥⑮ 도토리묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 안매운순두부찌개①⑤ 콘달걀찜① 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	카레라이스②⑤⑥⑩ 유부장국⑤⑥ 동그랑땡⑤⑥⑩⑮⑯ 배추김치⑨	기장밥 청경채맑은국 간장제육볶음⑤⑥⑩ ④배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 버섯쇠고기국⑤⑥⑯ 대구살조림⑤⑥ 얼갈이나물⑤⑥ 배추김치⑨	후리가케주먹밥⑤⑥ 백짬뽕국⑤⑰⑱ 푸실리샐러드 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ 깍두기⑨
오후새참	새우채소주먹밥⑤⑨	찐감자/우유②	어묵탕⑤⑥	물만두⑤⑥⑩/우유②	마들렌①②⑥/우유②	샤인머스켓
열량/단백질	708/26	689/31	633/25	753/23	604/21	660/25
날짜	30	「식단 이용시 참고사항」				
오전새참	배	1. 11월의 푸드브릿지 : 배추				
점 심	쌀밥 시락국⑤⑥ 쇠고기감자조림⑤⑥⑯ 가지들깨나물⑤⑥ 배추김치⑨	① 1단계(친해지기) : 배추죽 ② 2단계(간접노출) : 닭살배추볶음 ③ 3단계(소극적노출) : 콩가루배춧국 ④ 4단계(적극적노출) : 배추나물 2.알레르기 유발식품 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(홍합, 굴, 전복포함) ⑲잣 *아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.				
오후새참	꼬마김밥⑤⑥⑩					
열량/단백질	684/25					



일괄 원산지 표시	쌀(밥/죽/누룽지)					콩(두부류/콩국수/콩비지)			쇠고기	육류		
	백미	현미	찹쌀	흑미	누룽지	두부	순두부	콩국수	국내산	돼지고기	닭고기	오리고기
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	한우	국내산	국내산	국내산
	수산물					김치류(배추/얼간이/봄동)		식육·어육가공품				
	고등어		오징어			배추	고춧가루	탕수육	참치	미트볼	동그랑땡	가다랑어
	국내산		국내산			국내산	국내산	국내산	원양산	국내산	국내산	국내산

※ 위 식단은 식자재의 수급사정에 따라 변경 될 수 있습니다.
※ 만 1~2세 영아 : 에너지 섭취기준 900(kcal/일), 단백질 권장섭취량 20(g/일)
※ 만 3~5세 유아 : 에너지 섭취기준 1,400(kcal/일), 단백질 권장섭취량 25(g/일)