

2026년 9월 식단표(1-2세)

다대푸르지오자연속어린이집

	월	화	수	목	금	토
		1일 382/15	2일 423/16	3일 432/14	4일 478/15	5일 330/12
오전 간식		멜론 /유아치즈②	오이스틱 /요거트②	대추죽	당근스프 ②⑤⑥⑬⑭	장국죽⑤⑥
점심 식단		차조밥 달걀국①⑤⑥ 돈육채소볶음 ⑤⑥⑩⑪ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기⑨	카레라이스⑤⑥⑩ 시래기국⑤⑥ 어묵조림⑤⑥ 깍두기⑨	현미밥 버섯당면국⑤⑥⑨ 탕수육①⑤⑥⑩⑪⑫⑬ 청경채볶음⑤ 배추김치⑨	기장밥 된장국⑤⑥ 소고기간장볶음 ⑤⑥⑬ 건파래무침⑤⑥ 배추김치⑨	순한깍두기볶음밥 ⑤⑨ 건새우국⑤⑥⑨ 자른메추리알장조림 ①⑤⑥ 배추김치⑨
오후 간식		으깬감자버블①⑤	♥블루베리잼샌드위치 ①②⑤⑥	찐고구마 /우유②	쌀강정 /보리차	마시는요거트②
	7일 417/14	8일 370/13	9일 472/14	10일 470/18	11일 326/13	12일 491/16
오전 간식	오렌지	우영죽	배 /유아치즈②	갈은옥수수스프 ②⑤⑥⑬⑭	미역죽	소고기죽⑤⑥⑬
점심 식단	보리밥 아욱국⑤⑥ 오리채소볶음⑤ 연근조림⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 맑은소고기국⑤⑥⑬ 두부구이&양념장⑤⑥ 브로콜리무침 깍두기⑨	파인애플볶음밥 ⑤⑥⑬ ♥호박익힌장국⑤⑥ 미트볼조림 ⑤⑥⑩⑪⑫⑬⑭ 배추김치⑨	백미밥 탕국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 오이나물⑤ 배추김치⑨	차조밥 콩나물국⑤ 갈치조림⑤⑥ 상추겉절이⑤⑥ 깍두기⑨	참깨주먹밥 미니우동⑤⑥ 고로케①②⑤⑥ 단무지무침⑬
오후 간식	슈크림빵①②⑤⑥	모듬채소전①⑤⑥	꼬마유부초밥⑤⑥	시리얼⑤⑥ /우유②	찐단호박 /우유②	두유⑤
	14일 437/15	15일 360/20	16일 459/13	17일 379/16	18일 316/19	19일 424/13
오전 간식	사과 /요거트②	타락죽②	크림스프 ②⑤⑥⑬⑭	자른포도	파프리카스틱 /요거트②	시래기죽
점심 식단	기장밥 순한김치국⑤⑨ 바삭소불고기 ⑤⑥⑬⑭ 감자조림⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 근대국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑬ 구이김 깍두기⑨	백미밥1/2 해물갈국수 ⑤⑥⑨⑪⑫ ♥가지튀김⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 복어국⑤⑥ 돈육간장조림 ⑤⑥⑩⑪ 양배추나물 깍두기⑨	기장밥 순두부국⑤⑥ 참치채소볶음⑤ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	채소볶음밥⑤⑥⑬ 대파장국⑤⑥ 미니돈까스&소스 ①②⑤⑥⑩⑪⑫⑬⑭ 배추김치⑨
오후 간식	밤식빵①②⑤⑥	어묵탕⑤⑥	찐고구마 /통굴레차	치즈스틱①②⑤⑥	삶은달걀①	우유②
	21일 414/19	22일 355/18	23일 376/12	24일 추석연휴	25일 추석	26일 추석연휴
오전 간식	당근스틱 /요거트②	바나나	전복죽⑩			
점심 식단	보리밥 만두국①⑤⑥⑩ 고등어구이⑤⑥⑦ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	참살밥 들깨탕⑤⑥ 채소달걀찜① 멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨	소고기콩나물밥 ⑤⑥⑬ 무채국⑤⑥ ♥애호박채전①⑤⑥ 배추김치⑨			
오후 간식	스파게티 ⑤⑥⑫	수제새우튀김 ①⑤⑥⑨	약과⑤⑥ /우유②			
	28일 343/13	29일 410/13	30일 432/20			
오전 간식	양파죽	자른방울토마토⑫	부추죽	* 한국인 알레르기 유발식품 ①가금류의 난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야행산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲자 * 당일 메뉴의 상단은 날짜(일), 열량(kcal), 단백질(g) 순으로 표기되었습니다. * 9월 식단테마로 PURPLE&BLACK 컬러푸드(♥) & 계절잡상(♥), 신선 채소/과일, 건강차가 제공됩니다.		
점심 식단	백미밥 호박국⑤⑥ 순한돈육김치볶음 ⑤⑨⑩ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 미역국⑤⑥ 소고기참스테이크 ⑤⑥⑬ 푸실리샐러드①⑤⑥ 배추김치⑨	닭살데리야끼덮밥 ⑤⑥⑬⑭ 배추국⑤⑥ 명엽채조림⑤⑥ 깍두기⑨			
오후 간식	찐감자 /우유②	롤케이크①②⑤⑥ /우유②	♥꼬마흑미치즈주먹밥 ②⑤			

원산지표기	쌀				쌀가공품	소고기(국내산)	소고기(수입산)	돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치		콩		
	쌀	잡쌀	현미	흑미	누룽지 쌀	볶음용(조림용) (한우, 육우)	볶음용(조림) (미국, 호주산)				배추	고춧가루	두부	순두부	
	국내산	국내산	국내산	국내산	수입산	국용/죽용 (한우, 육우)	국용/죽용 (미국, 호주산)	국내산	국내산	국내 수입산	국내산	국내 수입산	수입산	수입산	
	수산물					어·육 가공품									
	갈치	오징어	고등어	전복	사각어묵		탕수육		미트볼		참치		미니돈까스		
					어육		돈육		우육	돈육	다랑어		돈육		
	국내산, 원양산	국내산, 원양산	국내산, 원양산	국내산	수입산		수입산, 국내산		수입산	수입산, 국내산	원양산			수입산, 국내산	

2026년 9월 식단표(1-2세)

00어린이집(월-금)

	월	화	수	목	금									
		1일 382/15	2일 423/16	3일 432/14	4일 478/15									
오전 간식		멜론 /유아치즈②	오이스틱 /요거트②	대추죽	당근스프 ②⑤⑥⑮⑯									
점심 식단		차조밥 달걀국①⑤⑥ 돈육채소볶음 ⑤⑥⑩⑮ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기⑨	카레라이스⑤⑥⑩ 시래기국⑤⑥ 어묵조림⑤⑥ 깍두기⑨	현미밥 버섯당면국⑤⑥⑨ 탕수육①⑤⑥⑩⑫⑮ 청경채볶음⑤ 배추김치⑨	기장밥 된장국⑤⑥ 소고기간장볶음 ⑤⑥⑮ 건파래무침⑤⑥ 배추김치⑨									
오후 간식		으깬감자범벅①⑤	♥블루베리잼샌드위치 ①②⑤⑥	찐고구마 /우유②	쌀강정 /보리차									
		7일 417/14	8일 370/13	9일 472/14	10일 470/18	11일 326/13								
오전 간식	오렌지	우영죽	배 /유아치즈②	같은옥수수스프 ②⑤⑥⑮⑯	미역죽									
점심 식단	보리밥 아욱국⑤⑥ 오리채소볶음⑤ 연근조림⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 맑은소고기국⑤⑥⑮ 두부구이&양념장⑤⑥ 브로콜리무침 깍두기⑨	파인애플볶음밥 ⑤⑥⑮ ♥호박잎된장국⑤⑥ 미트볼조림 ⑤⑥⑩⑫⑮⑮ 배추김치⑨	백미밥 탕국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 오이나물⑤ 배추김치⑨	차조밥 콩나물국⑤ 갈치조림⑤⑥ 상추겉절이⑤⑥ 깍두기⑨									
오후 간식	슈크림빵①②⑤⑥	모듬채소전①⑤⑥	꼬마유부초밥⑤⑥	시리얼⑤⑥ /우유②	찐단호박 /우유②									
	14일 437/15	15일 360/20	16일 459/13	17일 379/16	18일 316/19									
오전 간식	사과 /요거트②	타락죽②	크림스프 ②⑤⑥⑮⑯	자른포도	파프리카스틱 /요거트②									
점심 식단	기장밥 순한김치국⑤⑨ 바삭소불고기 ⑤⑥⑮⑮ 감자조림⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 근대국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑮ 구이김 깍두기⑨	백미밥1/2 해물칼국수 ⑤⑥⑨⑮⑮ ♥가지튀김⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 복어국⑤⑥ 돈육간장조림 ⑤⑥⑩⑮ 양배추나물 깍두기⑨	기장밥 순두부국⑤⑥ 참치채소볶음⑤ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨									
오후 간식	밤식빵①②⑤⑥	어묵탕⑤⑥	찐고구마 /동굴레차	치즈스틱①②⑤⑥	삶은달걀①									
	21일 414/19	22일 355/18	23일 376/12	24일 추석연휴	25일 추석									
오전 간식	당근스틱 /요거트②	바나나	전복죽⑮											
점심 식단	보리밥 만두국①⑤⑥⑩ 고등어구이⑤⑥⑦ 열갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	참쌀밥 들깨탕⑤⑥ 채소달걀찜① 멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨	소고기콩나물밥 ⑤⑥⑮ 무채국⑤⑥ ♥애호박채전①⑤⑥ 배추김치⑨											
오후 간식	스파게티 ⑤⑥⑫	수제새우튀김 ①⑤⑥⑨	약과⑤⑥ /우유②											
	28일 343/13	29일 410/13	30일 432/20											
오전 간식	양파죽	자른방울토마토⑫	부추죽	* 한국인 알레르기 유발식품 ①가금류의 난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 * 당일 메뉴의 상단은 날짜(일), 열량(kcal), 단백질(g) 순으로 표기되었습니다. * 9월 식단테마로 PURPLE&BLACK 컬러푸드(♥) & 계절밥상(♥), 신선 채소/과일, 건강차가 제공됩니다.										
점심 식단	백미밥 호박국⑤⑥ 순한돈육김치볶음 ⑤⑨⑩ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 미역국⑤⑥ 소고기참스테이크 ⑤⑥⑮ 푸실리샐러드①⑤⑥ 배추김치⑨	닭살데리야끼덮밥 ⑤⑥⑮⑮ 배추국⑤⑥ 명엽채조림⑤⑥ 깍두기⑨											
오후 간식	찐감자 /우유②	롤케이크①②⑤⑥ /우유②	♥꼬마흑미치즈주먹밥 ②⑤											
원산지 표기	쌀		쌀가공품	소고기(국내산)	소고기(수입산)			배추김치	콩					
	쌀	잡쌀	현미	흑미	누룽지 쌀	볶음용/조림용 (한우, 육우)	볶음용/조림용 ()	돼지고기	닭고기	오리고기	배추	고춧 가루	두부	순두부
						국용/죽용 (한우, 육우)	국용/죽용 ()							
	수산물					어·육 가공품								
	갈치	오징어	고등어	전복	사각어묵			탕수육			미트볼			참치 다랑어