2026년 11월 식단/간식표

구 분	월	화	수	목	금
	2	3	4	5	6
오전 간식	야채죽/사과	닭죽	전복죽	깨죽	소고기죽
점 심	흑미밥 북엇국 간장제육볶음 시금치나물 배추김치	수수밥 참치김치찌개 치즈달걀찜 느타리버섯나물 깍두기	쇠고기콩나물밥/양념장 실파미소장국 어묵채소볶음 배추김치	기장밥 애호박맑은국 안동찜닭 단배추나물 깍두기	혼합잡곡밥 근대된장국 생선구이 브로콜리나물 배추김치
오후간식	요구르트	어묵탕	모닝빵/우유	수제비	제철과일
열량(kcal)/단백질(g)	455kcal / 18g	441kcal / 18g	457kcal / 15g	460kcal / 20g	441kcal/17g
구 분	9	10	11	12	13
오전 간식	야채죽/당근스틱	닭죽	전복죽	깨죽	소고기죽
점 심	흑미밥 콩가루배춧국 쇠불고기 오이사과무침 배추김치	현미잡곡밥 감자된장국 오징어간장볶음 연근흑임자간장볶음 깍두기	마파두부덮밥 숙주맑은국 과일탕수육 배추김치	차조밥 팽이버섯된장국 오리부추볶음 청경채나물 깍두기	백미밥 맑은대구탕 메추리알장조림 잔멸치볶음 배추김치
오후간식	주먹밥	잔치국수	식빵/우유	찐고구마	제철과일
열량(kcal)/단백질(g)	452kcal / 17g	459kcal / 15g	458kcal / 19g	448kcal / 15g	436kcal/19g
구 분	16	17	18	19 <바다의날>	20
오전 간식	야채죽/바나나	닭죽	전복죽	깨죽	소고기죽
점 심	현미잡곡밥 쇠고기탕국 해물완자구이 애호박나물 배추김치	흑미밥 두부미소장국 닭데리야끼구이 새송이버섯나물 깍두기	돈육카레라이스 실파달걀국 왕새우튀김 배추김치	혼합잡곡밥 얼갈이된장국 생선간장조림 숙주당근나물 깍두기	기장밥 표고버섯맑은국 쇠고기찹스테이크 단배추나물 배추김치
오후간식	떠먹는요구르트	씨리얼/우유	토스트	호박전	제철과일
열량(kcal)/단백질(g)	436kcal / 17g	447kcal / 20g	450kcal / 21g	422kcal / 17g	454kcal/16g
구 분	23	24	25	26	27
오전 간식	야채죽/당근스틱	닭죽	전복죽	깨죽	소고기죽
점 심	현미잡곡밥 열무된장국 돈육불고기 양배추나물 배추김치	수수밥 두부미역국 참치채소볶음 오이나물 깍두기	닭갈비덮밥 맑은콩나물국 게맛살샐러드 배추김치	흑미밥 들깨무챗국 달걀말이 피망감자채볶음 깍두기	차조밥 바지락살된장국 쇠고기장조림 청경채나물 배추김치
오후간식	어묵간장볶이	유부초밥	샌드위치/우유	물만두	제철과일
열량(kcal)/단백질(g)	408kcal / 15g	460kcal / 19g	427kcal / 18g	430kcal / 19g	428kcal/19g
구 분	30	27	28	29	30
오전 간식	야채죽/사과				
점 심	흑미밥 시금치된장국 훈제오리채소볶음 우엉채조림 배추김치				
오후간식	핫케익				
열량(kcal)/단백질(g)	416kcal / 16g				

<알레르기 유발식품>
①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 - 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

◆위 식단은 시장 사정이나 원의 사정에 따라 동일군 식품으로 변경 될 수 있습니다. ◆제공: 부산시 수영구 어린이급식지원센터
◆식재로 원산지표시

밥	죽	배추김치	콩	식육,어육가공품							
백미:국내산	백미:국내산	배추	두부류	어묵	게맛살	진미채	참치캔	동그랑땡	너비아니	훈제오리	
기장:국내산	검은깨:미국산	국내산	외국산	외국산	외국산	외국산	원양산	국내산	외국산	국내산	
흑미:국내산	전복:국내산	고춧가루	수산물					소고기	돼지고기	닭고기	오리고기
수수:국내산		국내산	고등어	오징어	명태			한우:국내산	국내산	국내산	국내산
			국내산	국내산	러시아산						