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

2026년 11월

12개월~만2세 영아반 식단표

기관명 | 공립하늘나리어린이집

구분	2일(월)	3일(화)	4일(수)	5일(목)	6일(금)	7일(토)
오전간식	청경채된장죽⑤⑥	단호박죽	계살죽①⑤⑥⑧	김가루찹쌀죽	참깨죽	우유②
점심식사	기장밥 맑은조갯살국⑱ 닭살채소조림⑤⑥⑮ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 쇠고기콩나물국⑤⑯ 새우살굴소스볶음⑤⑥⑨⑱ 연근흑임자소스무침①⑤⑥ 배추김치⑨	안매운마파두부덮밥 ⑤⑥⑩ 얼갈이된장국⑤⑥ 고구마조림⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 아욱국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 양배추당근볶음 깍두기⑨	기장밥 홍합미역국⑤⑥⑱ 동그랑땡구이⑤⑥⑩⑮⑯ 느타리버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 근대맑은국 오리불고기 무나물 배추김치
오후간식	핫케이크①②⑤⑥/우유②	볶음우동⑤⑥	바나나	단감 /떠먹는요구르트②	사과/우유②	단감/ 떠먹는요구르트②
열량/단백질	398.6/13.8	405.8/14.4	429.2/12.2	430/17.4	425.4/13.9	355.1/14.2
구분	9일(월)	10일(화)	11일(수)	12일(목)	13일(금)	14일(토)
오전간식	현미파프리카죽	전복죽⑱	닭살죽⑮	연두부죽⑤	당근양파죽	두유⑤
점심식사	기장밥 두부맑은국⑤ 쇠고기볶음⑤⑥⑯ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 어묵국⑤⑥ 채소달걀찜① 브로콜리나물 배추김치⑨	함박스테이크정식 ①⑤⑥⑩⑫⑯ 양송이스프②⑤⑥⑮⑯ 단배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 감자된장찌개⑤⑥ 삼치살구이⑤ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 유부맑은국⑤⑥ 돈육당면볶음⑤⑥⑩⑱ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 북어달걀국 미트볼구이 애호박나물 배추김치
오후간식	후레쉬번①②⑥/우유②	단호박찜/우유②	귤/유부롤초밥⑤⑥	칼국수⑤⑥	배 /채소고로케①⑤⑥	시리얼/우유②
열량/단백질	411.2/16.4	430/17.8	405.4/13.2	416.4/15	447.8/12.1	324.7/9.9
구분	16일(월)	17일(화)	18일(수)	19일(목)	20일(금)	21일(토)
오전간식	고구마치즈죽②	채소죽⑤⑥	흰살생선죽⑤⑥	미역죽⑤⑥	청경채죽⑤⑥	우유②
점심식사	기장밥 달걀국① 참치채소볶음⑤ 김구이 배추김치⑨	수수밥 바지락살맑은국⑱ 탕수만두⑤⑥⑩ 새송이버섯감자조림⑤⑥ 깍두기⑨	카레라이스⑤⑥⑩ 근대된장국⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 무챗국⑤⑥ 오리간장불고기⑤⑥ 양상추파프리카샐러드 (아일랜드소스)①⑤⑫ 배추김치⑨	기장밥 돈육순두부찌개⑤⑥⑩ 메추리알장조림①⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 쇠고기국 너비아니양파볶음 가지나물 깍두기
오후간식	어묵탕⑤⑥	사과 /플레인요거트(무가당)②	잡채⑤⑥	찐감자/우유②	배/우유②	배/두유⑤
열량/단백질	397.9/22	418.1/10.7	411.3/14.7	392.5/13.1	453.9/16.5	327.2/14.1
구분	23일(월)	처행 24일(화)	25일(수)	26일(목)	27일(금)	28일(토)
오전간식	시금치죽⑤⑥	쇠고기죽⑤⑥⑯	밤버섯죽	양배추죽⑤⑥	북어채소죽	두유⑤
점심식사	기장밥 팽이버섯맑은국⑤⑥ 돈육데리야끼조림 ⑤⑥⑩⑮⑱ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 숭늉 생선까스⑤⑥ +타르타르소스①②⑤ 연근조림⑤⑥ 무생채	오므라이스 ①②⑤⑥⑩⑫⑮⑯ 배추된장국⑤⑥ 과일샐러드②⑫ 깍두기⑨	기장밥 들깨미역국⑤⑥ 순살닭강정⑤⑥⑫⑮ 단호박범벅② 배추김치⑨	기장밥 수제비국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑮ 브로콜리깨소스무침 ①⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 북엇미역국 순살닭조림 오이무침 배추김치
오후간식	딸기잼샌드위치①②⑤⑥ /우유②	고구마우유조림②	귤/늙은호박전⑤⑥	케이크①②⑥/우유②	사과/꼬마주먹밥⑤	사과/ 떠먹는요구르트②
열량/단백질	433.5/16.6	442.9/10.7	441.9/15.6	502.8/16.8	467.6/17.2	342.6/18.3
구분	30일(월)					
오전간식	무죽					
점심식사	기장밥 미역국⑤⑥ 쇠불고기⑥⑮ 감자당근채볶음⑤⑥ 배추김치⑨					
오후간식	토마토스파게티 ②⑤⑥⑩⑫⑮⑯⑱					
열량/단백질	404.1/14.2					

원산지표시

밥	죽	누룽지	배추김치		두부	연두부	순두부	소고기 국내산	돼지고기	닭고기
쌀 (백미, 찹쌀, 찐쌀, 현미, 흑미)			배추	고춧가루	콩			볶음/조림 (한우)		
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국거리 (한우)	국내산	국내산

오리고기	수산물	식육·어육가공품 (햄, 소시지, 베이컨, 양념육류 등 품목 기재)				
	전복	동그랑땡	함박스테이크	참치	생선까스	순살닭강정 (생일상)
국내산	국내산	돼지고기-국내산 쇠고기-국내산	돼지고기-국내산 쇠고기-국내산	가다랑어-원양산	명태-러시아산	닭고기-국내산

* 영양운영팀(식단담당)고서영 영양사 ☎ 051)999-6964 / *발행일:2026년10월20일

위 식단표는 식자재의 수급상황에 따라 변동될 수 있습니다.

* 교직원의 급간식은 위 식단표를 기준으로 하고, 한.두가지 반찬이 더 추가로 제공될 수 있습니다.

* 모든 육수는 다시멸치, 다시마, 명태 등의 건어물로 우려서 제공합니다. * 모든 멥쌀에는 찹쌀 2kg을 혼합하여 제공하고 있습니다.

2026년 11월

만3~5세 유아반 식단표

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

기관명 | 공립하늘나리어린이집

구분	2일(월)	3일(화)	4일(수)	5일(목)	6일(금)	7일(토)
오전간식	청경채된장죽⑤⑥	단호박죽	게살죽①⑤⑥⑧	김가루찹쌀죽	참깨죽	우유②
점심식사	기장밥 맑은조갯살국⑱ 닭살채소조림⑤⑥⑮ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 쇠고기콩나물국⑤⑯ 새우살굴소스볶음⑤⑥⑨⑱ 연근흑임자소스무침①⑤⑥ 배추김치⑨	안매운마파두부덮밥 ⑤⑥⑩ 얼갈이된장국⑤⑥ 고구마조림⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 아욱국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 양배추당근볶음 깍두기⑨	기장밥 홍합미역국⑤⑥⑱ 동그랑땡구이⑤⑥⑩⑮⑯ 느타리버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 근대맑은국 오리불고기 무나물 배추김치
오후간식	핫케이크①②⑤⑥/우유②	볶음우동⑤⑥	바나나	단감 /떠먹는요구르트②	사과/우유②	단감/ 떠먹는요구르트②
열량/단백질	605.2/20.8	624.3/22.1	628.8/17.7	618.2/25.1	617.4/20.1	355.1/14.2
구분	9일(월)	10일(화)	11일(수)	12일(목)	13일(금)	14일(토)
오전간식	현미파프리카죽	전복죽⑱	닭살죽⑮	연두부죽⑤	당근양파죽	두유⑤
점심식사	기장밥 두부맑은국⑤ 쇠고기볶음⑤⑥⑯ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 어묵국⑤⑥ 채소달걀찜① 브로콜리나물 배추김치⑨	함박스테이크정식 ①⑤⑥⑩⑫⑯ 양송이스프②⑤⑥⑮⑯ 단배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 감자된장찌개⑤⑥ 삼치살구이⑤ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 유부맑은국⑤⑥ 돈육당면볶음⑤⑥⑩⑱ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 북어달걀국 미트볼구이 애호박나물 배추김치
오후간식	후레쉬번①②⑥/우유②	단호박찜/우유②	귤/유부롤초밥⑤⑥	칼국수⑤⑥	배 /채소고로케①⑤⑥	시리얼/우유②
열량/단백질	632.6/25.2	607.1/25.2	623.7/20.3	640.6/23	688.9/18.6	324.7/9.9
구분	16일(월)	17일(화)	18일(수)	19일(목)	20일(금)	21일(토)
오전간식	고구마치즈죽②	채소죽⑤⑥	흰살생선죽⑤⑥	미역죽⑤⑥	청경채죽⑤⑥	우유②
점심식사	기장밥 달걀국① 참치채소볶음⑤ 김구이 배추김치⑨	수수밥 바지락살맑은국⑱ 탕수만두⑤⑥⑩ 새송이버섯감자조림⑤⑥ 깍두기⑨	카레라이스⑤⑥⑩ 근대된장국⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 무챗국⑤⑥ 오리간장불고기⑤⑥ 양상추파프리카샐러드 (아일랜드소스)①⑤⑫ 배추김치⑨	기장밥 돈육순두부찌개⑤⑥⑩ 메추리알장조림①⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 쇠고기국 너비아니양파볶음 가지나물 깍두기
오후간식	어묵탕⑤⑥	사과 /플레인요거트(무가당)②	잡채⑤⑥	찐감자/우유②	배/우유②	배/두유⑤
열량/단백질	602.9/33.3	643.2/16.5	604.1/21.6	603.9/20.1	698.3/25.3	327.2/14.1
구분	23일(월)	24일(화)	25일(수)	26일(목)	27일(금)	28일(토)
오전간식	시금치죽⑤⑥	쇠고기죽⑤⑥⑯	밤버섯죽	양배추죽⑤⑥	북어채소죽	두유⑤
점심식사	기장밥 팽이버섯맑은국⑤⑥ 돈육데리야끼조림 ⑤⑥⑩⑮⑱ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 숭늉 생선까스⑤⑥ +타르타르소스①②⑤ 연근조림⑤⑥ 무생채	오므라이스 ①②⑤⑥⑩⑫⑮⑯ 배추된장국⑤⑥ 과일샐러드②⑫ 깍두기⑨	기장밥 들깨미역국⑤⑥ 순살닭강정⑤⑥⑫⑮ 단호박범벅② 배추김치⑨	기장밥 수제비국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑮ 브로콜리깨소스무침 ①⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 북엇미역국 순살닭조림 오이무침 배추김치
오후간식	딸기잼샌드위치①②⑤⑥ /우유②	고구마우유조림②	귤/늙은호박전⑤⑥	케이크①②⑥/우유②	사과/꼬마주먹밥⑤	사과/ 떠먹는요구르트②
열량/단백질	667/25.6	681.3/16.5	679.8/24.1	773.6/25.9	719.4/26.4	342.6/18.3
구분	30일(월)					
오전간식	무죽					
점심식사	기장밥 미역국⑤⑥ 쇠불고기⑥⑯ 감자당근채볶음⑤⑥ 배추김치⑨					
오후간식	토마토스파게티 ②⑤⑥⑩⑫⑮⑯⑱					
열량/단백질	621.7/21.8					

원산지표시

밥	죽	누룽지	배추김치		두부	연두부	순두부	소고기 국내산	돼지고기	닭고기
쌀 (백미, 찹쌀, 찐쌀, 현미, 흑미)			배추	고춧가루	콩			볶음/조림 (한우)		
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국거리 (한우)	국내산	국내산

오리고기	수산물	식육·어육가공품 (햄, 소시지, 베이컨, 양념육류 등 품목 기재)				
	전복	동그랑땡	함박스테이크	참치	생선까스	순살닭강정 (생일상)
국내산	국내산	돼지고기-국내산 쇠고기-국내산	돼지고기-국내산 쇠고기-국내산	가다랑어-원양산	명태-러시아산	닭고기-국내산

* 영양운영팀(식단담당)고서영 영양사 ☎ 051)999-6964 / *발행일:2026년10월20일

위 식단표는 식자재의 수급상황에 따라 변동될 수 있습니다.

* 교직원의 급간식은 위 식단표를 기준으로 하고, 한,두가지 반찬이 더 추가로 제공될 수 있습니다.

* 모든 육수는 다시멸치, 다시마, 멸태 등의 건어물로 우려서 제공합니다. * 모든 멥쌀에는 찹쌀 2kg을 혼합하여 제공하고 있습니다.