

2026년 11월 식단

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

만 1-2세 오전죽식형 | 세리어린이집

구분	월	화	수	목	금
날짜	2	3	4	5	6
오전간식	파프리카죽	오트밀죽②	참깨달걀죽①⑤⑥	닭죽⑮	참치죽⑤⑥
점심	백미밥 도토리묵국①⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑮ 애호박전①⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 맑은육개장⑤⑥⑯ 고등어무조림⑤⑥⑦ 양배추나물⑤⑥ 배추김치⑨	치즈채소볶음밥②⑤ 미역국⑤⑥ 돼지고기간장구이⑤⑥⑩ 부추사과무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 아욱국 새우살케첩조림⑤⑥⑨⑫ 브로콜리두부무침⑤ 배추김치⑨	백미밥 깻잎된장국⑤⑥ 오리채소찜⑤⑥ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨
오후간식	귤/우유②	우동①⑤⑥⑧/우유②	바나나/우유②	고구마범벅②/우유②	배/우유②
열량(kcal)/단백질(g)	409/16	414/20	417/15	395/18	433/17
날짜	9	10	11	12 그린데이 2단계	13
오전간식	타락죽②	새우죽⑤⑥⑨	들깨죽	애호박죽	밤죽
점심	백미밥 등심감자탕⑤⑥⑩ 스크램블에그①②⑤ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩나물국⑤ 시래기닭조림⑤⑥⑮ 오이나물 깍두기⑨	잡채밥⑤⑥⑩ 순두부찌개⑤ 멸치조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 새송이버섯달걀국①⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑩ 당근양파볶음⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 유붓국⑤⑥ 쇠고기채소볶음⑤⑥⑯ 김가루실파무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	단감/우유②	모닝빵①②⑤⑥/우유②	사과/우유②	크림스파게티②⑥/우유②	토마토⑫/우유②
열량(kcal)/단백질(g)	431/17	414/19	396/19	420/20	415/16
날짜	16	17	18	19 그린데이 3단계	20
오전간식	고구마죽	미역죽⑤⑥	브로콜리죽	쇠고기양파죽⑤⑥⑯	북어죽
점심	백미밥 수제빗국⑤⑥ 메추리알카레조림 ①⑤⑥ 배추된장무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 무챗국⑤⑥ 훈제오리구이 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑨	새우간장덮밥⑤⑥⑨ 만둣국①⑤⑥⑩ 푸실리샐러드 ①②⑤⑥⑫⑬ 배추김치⑨	백미밥 청경채된장국⑤⑥ 두부양념구이⑤⑥ 새송이버섯어묵볶음⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 우엉들깨탕⑤⑥ 돼지고기굴소스볶음 ⑤⑥⑩⑱ 청포묵무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	배/우유②	뿌리채소주먹밥⑤⑥ /우유②	귤/우유②	삶은달걀①/액상발효유②	찐단호박/우유②
열량(kcal)/단백질(g)	408/14	440/15	415/15	400/18	406/18
날짜	23	24	25	26 그린데이 4단계	27
오전간식	양배추죽⑤⑥	치즈죽②⑤⑥	돈채소죽⑩	흑임자죽	연근죽
점심	백미밥 감잣국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑯ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 시금치맑은국 돼지고기수육⑩ 파프리카양파조림 ⑤⑥ 배추김치⑨	잔치국수⑤⑥ 백미밥1/2 두부함박스테이크 ①⑤⑥⑫⑯ 배추김치⑨	백미밥 맑은된장국⑤⑥ 오징어짜장볶음 ①⑤⑥⑩⑮⑯⑰⑱ 새송이버섯달걀부침①⑤ 배추김치⑨	백미밥 황탯국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑮ 유부무숙채⑤ 배추김치⑨
오후간식	사과/우유②	바삭식빵구이①②⑤⑥ /우유②	단감/우유②	찐만두⑤⑥⑩/우유②	바나나/우유②
열량(kcal)/단백질(g)	404/15	396/15	442/16	431/18	436/18
날짜	30	QR코드	식단 안내		
오전간식	단호박죽				
점심	백미밥 미역미소장국⑤⑥ 쇠고기소보로볶음⑤⑥⑯ 참치두부조림⑤⑥ 배추김치⑨				
오후간식	배/우유②	그린데이, 표준레시피 확인			
열량(kcal)/단백질(g)	392/19				

- 발행처: 대구광역시 동구 어린이·사회복지급식관리지원센터
- 발행일: 2026. 10. 15.
- 영양사: 영양팀
- 연령별 구분 메뉴 **파란색/** 주 3회 채소·과일 간식 **초록색**
  배식 시 주의 메뉴 **주황색**
- **그린데이: 이 달의 식재료 "새송이버섯"으로 푸드브릿지 진행**
  (1단계 오감놀이는 기관 자체 진행 권장)
- 만 1-2세 식단은 12개월부터 사용 가능합니다.

원산지 표시	쌀(밥,죽,누룽지)	쇠고기			돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치		콩	수산물	
	백미,흑미,현미,찹쌀	한우	육우	젖소				배추	고춧가루	두부류	오징어	고등어
	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	러시아산	노르웨이산
	식육·수산물 가공품	• 6일 참치죽, 30일 참치두부조림(다랑어):국산						• 17일 훈제오리구이(오리고기):국산				

※ 식단 안내문 2페이지 하단의 가공품 사용 예상 메뉴를 반드시 확인 후 기관에서 사용하는 제품은 추가하여 작성하시기 바랍니다.

[알레르기 유발식품 표시]

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 있음