

▶ **발행일** : 2026. 9. 10.

원산지 표시	쌀(밥, 죽, 누룽지)				백김치	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	콩	수산물	
	백미	현미	찰쌀	흑미	배추	☒ 한우 ☐ 육우 ☐ 젓소				두부류	오징어	고등어
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	기타 가공식품	10/14 수제돈가스 [돼지고기:국내산]										

※ 식생활안전관리원 식단을 활용하여 개발되었습니다.

	월	화	수	목	금
날짜				1	2
오전간식				현미죽	달걀죽①⑤⑥
점심				백미밥 숙주맑은국 간장순살치킨 ①⑤⑥⑬ 근대나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 애호박된장국⑤⑥ 간장파파두부⑤⑥⑬⑯ 브로콜리흑임자소스무침 ①⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식				김주먹밥/우유②	찐감자/우유②
에너지(kcal)/단백질(g)				637/25	661/25
날짜	5	6	7 생일식단	8	9
오전간식	대체공휴일	감자죽	찹쌀죽	밤타락죽②	한글날
점심		백미밥 달걀실팍국①⑤⑥ 새우살크림소스볶음 ②⑤⑨ 무조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 닭가슴살미역국⑤⑥⑬ 소고기간장찜⑤⑥⑬ 브로콜리무침 배추김치⑨	백미밥 청경채된장국⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑬ 김가루무침⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식		사과/우유②	토마토⑫/우유②/ 생일케이크①②⑤⑥	찐단호박/우유②	
에너지(kcal)/단백질(g)		637/28	662/26	657/30	
날짜	12	13	14	15 편안날	16
오전간식	오트밀죽②	당근죽	녹두죽	애호박죽	검은콩죽⑤
점심	백미밥 유부맑은국⑤⑥ 소고기쪽파볶음⑤⑥⑬ 숙주나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 갯잎된장국⑤⑥ 매콤순살닭볶음탕 ⑤⑥⑬ 느타리버섯무침⑤ 깍두기⑨	백미밥 들깨미역국⑤⑥ 수제돈까스&소스 ①⑤⑥⑬⑫⑬ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 맑은순두부탕 ①⑤⑥ 고등어조림⑤⑥⑦ 오이나물 배추김치⑨	백미밥 만둣국⑤⑥⑬ 달걀장조림①⑤⑥ (대체:메추리알장조림 ①⑤⑥) 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	단감/우유②	미니우동⑤⑥/ 우유②	키위/우유②	우영주먹밥⑤⑥/ 우유②	토마토⑫/우유②
에너지(kcal)/단백질(g)	627/28	669/28	667/28	668/30	631/28(대체:634/27)
날짜	19 편안날	20	21	22	23
오전간식	참깨죽	흑미죽	단호박죽	브로콜리죽	두유죽⑤
점심	백미밥 어묵국⑤⑥ 닭고기우영조림 ⑤⑥⑬ 무생채 배추김치⑨	백미밥 근대맑은국 간장돼지목살구이 ⑤⑥⑬ 콩나물찜⑤⑥ 깍두기⑨	소고기카레라이스 ⑤⑥⑬ 부추된장국⑤⑥ 새우새송이버섯볶음 ⑤⑨ 배추김치⑨	백미밥 두부맑은국⑤ 삼치구이⑤⑥ 청경채들깨무침 깍두기⑨	백미밥 복엇국⑤⑥ 오리불고기⑤⑥ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	찐감자/우유②	수제비⑥/우유②	사과/우유②	크림빵①②⑤⑥/ 우유②	바나나/우유②
에너지(kcal)/단백질(g)	668/28	670/29	651/28	670/30	642/28
날짜	26	27	28	29	30 편안날
오전간식	부추죽	닭죽⑬	병아리콩죽⑤	들깨죽	고구마죽
점심	백미밥 참치미역국⑤⑥ 치즈달걀말이①②⑤ 감자조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 양송이된장국⑤⑥ 양념가자미찜⑤⑥ 오이볶음⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 무쌈국⑤⑥ 돼지고기장조림 ⑤⑥⑬ 건파래멸치볶음⑤ 배추김치⑨	백미밥 양배추맑은국 소고기당근볶음⑤⑥⑬ 애호박나물 깍두기⑨	백미밥 시래기된장국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑬ 우영채볶음⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	토마토⑫/우유②	머핀①②⑤⑥/ 우유②	키위/우유②	로제스파게티②⑤⑥⑬ ⑬⑬⑬/우유②	배/우유②
에너지(kcal)/단백질(g)	639/27	626/28	632/30	642/23	625/24
▶식단(간식포함) 에너지기준 -1~2세 : 약 390~440kcal / 3~5세 : 약 600~680kcal - 간식의 경우 식사에 영향을 주지 않는 양으로, 1일 필요에너지의 약15~20%수준으로 제공함 ▶알레르기유발식품 19종 ①알류(가금류에 한함), ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬야황산류, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑲조 ※야황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다. ▶ : 제철식재료 반영 ▶ : 신메뉴 개발 ▶초록색 : 주 3회 이상 신선한 채소과일 ▶파란색 : 연령을 구분한 메뉴 ▶편안날 : 편식 안하는 날(이달의 식재료: 우영)					

원산지 표시	쌀(밥, 죽, 누룽지)				배추김치		쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기	콩	수산물	
	백미	현미	찹쌀	흑미	배추	고춧가루	■한우□육우□젓소					두부류	오징어	고등어
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	기타 가공식품	10/14 수제돈까스 [돼지고기:국내산]												

※ 완제품 구입 시 해당 원산지 확인 후 기타가공품에 추가 기재해주세요. [예시 : 동그랑땡, 해물완자, 함박스테이크, 너비야니, 떡갈비, 돈까스, 탕수육 등]
※ 식생활안전관리원 식단을 활용하여 개발되었습니다.