2026년 11월 1~2세 영유아식단

부평구청어린이집

	일자 / 요일	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)
첫째주	오전간식	연두부죽⑤	타락죽② 사과	달걀죽① 당근스틱	참치죽	참깨죽
	점 심	잡곡밥 유부맑은국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 시래기나물⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 얼갈이된장국⑤⑥ 동그랑땡전①⑤⑥⑩ 오이나물⑤⑥ 배추(백)김치⑨	콩나물밥⑤&양념장⑤⑥ 숭늉 쇠고기피망볶음⑤⑥⑯ 배추(백)김치⑨	잡곡밥 닭살뭇국⑤⑥⑮ 두부양념조림⑤⑥ 김자반⑤ 배추(백)김치⑨	잡곡밥 건새우아욱국⑤⑥⑨ 대패삼겹살볶음⑤⑥⑩⑱ 탕평채①⑤⑥ 배추(백)김치⑨
	오후간식	치즈푸실리파스타 ②⑤⑥⑫	고구마샐러드②	구운도넛 우유②	쌀과자⑤⑥ 떠먹는요거트②	찐고구마 우유
	열량 / 단백질 / 칼슘	441 / 18 / 3193	424 / 15 / 167	391 / 17 / 171	496 / 20 / 193	528 / 19 / 347
둘째주	일자 / 요일	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)
	오전간식	브로콜리죽⑤⑥	치즈죽② 파프리카스틱	누룽지죽	시금치죽⑤⑥	양배추죽⑤⑥
	점 심	잡곡밥 맑은호박국⑤⑥ 쇠고기장조림⑤⑥⑯ (들깨)무나물⑤⑥ 배추(백)김치⑨	잡곡밥 안매운순두부찌개 ①⑤⑥⑨ 삼색달걀말이①⑤ 연근조림⑤⑥ 배추(백)김치⑨	돈육짜장밥⑤⑥⑩⑮ 우동국 우민찌가지볶음⑤⑥⑯ 단무지	잡곡밥 팽이장국⑤⑥ 당면찜닭⑤⑥⑮ 참나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 모둠어묵탕⑤⑥ 돈육채소볶음⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨
	오후간식	바나나 우유②	꼬마주먹밥⑤	고로케①②⑤⑥ 마시는요거트②	찐감자 우유②	채소모닝빵①②⑤⑥ 우유②
	열량 / 단백질 / 칼슘	412 / 19 / 220	415 / 14 / 126	573 / 23 / 233	499 / 20 / 322	512 / 20 / 321
셋째주	일자 / 요일	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)
	오전간식	잡곡죽 배	치즈양파죽②	녹두죽 데친브로콜리	채소죽	애호박죽
	점 심	잡곡밥 어린이육개장⑤⑥⑯ 찹쌀두부구이⑤ &양념장⑤⑥ 감자당근채볶음⑤ 깍두기⑨	잡곡밥 북엇국⑤⑥ 콩나물불고기⑤⑥⑩ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	안매운깍두기볶음밥⑤⑨ 숭늉 치킨가스①②⑤⑥⑮ &소스①⑤백김치	잡곡밥 배추된장국⑤⑥ 쇠고기단호박찜⑤⑥⑯ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 두부국⑤⑥ 미트볼채소조림 ①②⑤⑥⑩⑯ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추(백)김치⑨
	오후간식	시리얼 우유②	핫도그①②⑤⑥⑩ 마시는요거트②	찐만두⑤⑥⑩ 우유②	구운달걀① 우유②	현미강정⑤ 우유⑤
	열량 / 단백질 / 칼슘	473 / 19 / 277	467 / 20 / 257	543 / 16 / 173	452 / 23 / 311	537 / 20 / 254
넷째주	일자 / 요일	23(월) 생일잔치	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)
	오전간식	김가루죽	아욱죽⑤⑥ 오이스틱	연근죽⑤⑥ 치즈	청경채죽⑤⑥	흑임자죽
	점 심	잡곡밥 미역국⑤⑥ 돈가스①②⑤⑥⑩ &소스⑤⑫ 콘샐러드①⑤ 배추(백)김치⑨	잡곡밥 모둠버섯탕⑤⑥ 닭가슴살간장조림⑤⑥⑮ 숙주나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	쇠불고기덮밥⑤⑥⑯ 유부장국 콘달걀찜① 배추(백)김치⑨	잡곡밥 돈육시래기된장국⑤⑥⑩ 두부전①⑤⑥ &양념장⑤⑥ 부추무침 배추(백)김치⑨	잡곡밥 미역국⑤⑥ 훈제오리파프리카볶음 ②⑤⑥⑯ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨
	오후간식	과일요거트범벅②	멸치주먹밥⑤ 마시는요거트②	어묵탕⑤⑥	찐단호박 우유②	호빵②⑤⑥ 우유②
	열량 / 단백질 / 칼슘	463 / 14 / 100	440 / 21 / 260	471 / 24 / 273	493 / 22 / 306	524 / 19 / 332
다섯째주	일자 / 요일	30(월)				
	오전간식	게살죽①⑤⑥⑧⑫ 샤인머스캣				
	점 심	잡곡밥 우동국⑤⑥ 저당쇠고기고구마조림 ⑤⑥⑯ 브로콜리무침 배추(백)김치⑨				
	오후간식	채소전 우유②				
	열량 / 단백질 / 칼슘	443 / 17 / 288				

☆ **알레르기유발 22가지 식품**

①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯쇠고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑲잣

※ 위에 제시한 식품알레르기 유발 식품 및 특정 식품에 알레르기 증상을 보이는 아동이 있을 경우, 메뉴를 확인하시고 어린이집과 부모가 협의하여 적절한 대체식(또는 제외식)을 제공해야 합니다.

※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

원산지표시안내

쌀 (죽, 누룽지)	콩 (두부,콩비지)	배추김치		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기
		배추	고춧가루				
국내산	국내		국내산	국산1등급			

수산물			식육 . 어육 가공품			
고등어	해물완자전	참치	미트볼	떡갈비	훈제오리	팝콘치킨
			돼지고기, 쇠고기	돼지고기, 쇠고기	오리고기	닭고기

본 원은 식재료 전문유통업체인 푸드머스(풀무원)에서 국내산을 원칙으로 하며 매일 신선한 식재료로 제공받습니다.

본 식단은 식재로 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다. <부평구어린이사회복지급식관리지원센터 영양팀>

부평구 어린이급식관리지원센터 Center for Children's Foodservice Management

참조

2026년 11월 3세 영유아식단

부평구청어린이집

	일자 / 요일	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)
첫째주	오전간식	연두부죽⑤	타락죽② 사과	달걀죽① 당근스틱	참치죽	참깨죽
	점심	잡곡밥 유부맑은국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 시래기나물⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 얼갈이된장국⑤⑥ 동그랑땡전①⑤⑥⑩ 오이나물⑤⑥ 배추(백)김치⑨	콩나물밥⑤&양념장⑤⑥ 숭늉 쇠고기피망볶음⑤⑥⑯ 배추(백)김치⑨	잡곡밥 닭살뭇국⑤⑥⑮ 두부양념조림⑤⑥ 김자반⑤ 배추(백)김치⑨	잡곡밥 건새우아욱국⑤⑥⑨ 대패삼겹살볶음⑤⑥⑩⑱ 탕평채①⑤⑥ 배추(백)김치⑨
	오후간식	치즈푸실리파스타 ②⑤⑥⑫	고구마샐러드②	구운도넛 우유②	쌀과자⑤⑥ 떠먹는요거트②	찐고구마 우유
	열량 / 단백질 / 칼슘	679 / 28 / 297	653 / 23 / 258	553 / 24 / 187	716 / 28 / 222	743 / 25 / 413
둘째주	일자 / 요일	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)
	오전간식	브로콜리죽⑤⑥	치즈죽② 파프리카스틱	누룽지죽	시금치죽⑤⑥	양배추죽⑤⑥
	점심	잡곡밥 맑은호박국⑤⑥ 쇠고기장조림⑤⑥⑯ (들깨)무나물⑤⑥ 배추(백)김치⑨	잡곡밥 안매운순두부찌개 ①⑤⑥⑨ 삼색달걀말이①⑤ 연근조림⑤⑥ 배추(백)김치⑨	돈육짜장밥⑤⑥⑩⑮ 우동국 우민찌가지볶음⑤⑥⑯ 단무지	잡곡밥 팽이장국⑤⑥ 당면찜닭⑤⑥⑮ 참나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 모둠어묵탕⑤⑥ 돈육채소볶음⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨
	오후간식	바나나 우유②	꼬마주먹밥⑤	고로케①②⑤⑥ 마시는요거트②	찐감자 우유②	채소모닝빵①②⑤⑥ 우유②
	열량 / 단백질 / 칼슘	586 / 26 / 263	638 / 22 / 193	834 / 34 / 283	698 / 28 / 374	718 / 27 / 372
셋째주	일자 / 요일	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)
	오전간식	잡곡죽 배	치즈양파죽②	녹두죽 데친브로콜리	채소죽	애호박죽
	점심	잡곡밥 어린이육개장⑤⑥⑯ 찹쌀두부구이⑤ &양념장⑤⑥ 감자당근채볶음⑤ 깍두기⑨	잡곡밥 북엇국⑤⑥ 콩나물불고기⑤⑥⑩ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	안매운깍두기볶음밥⑤⑨ 숭늉 치킨가스①②⑤⑥⑮ &소스①⑤백김치	잡곡밥 배추된장국⑤⑥ 쇠고기단호박찜⑤⑥⑯ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 두부국⑤⑥ 미트볼채소조림 ①②⑤⑥⑩⑯ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추(백)김치⑨
	오후간식	시리얼 우유②	핫도그①②⑤⑥⑩ 마시는요거트②	찐만두⑤⑥⑩ 우유②	구운달걀① 우유②	현미강정⑤ 우유⑤
	열량 / 단백질 / 칼슘	657 / 26 / 305	671 / 28 / 319	787 / 22 / 190	626 / 32 / 356	760 / 28 / 304
넷째주	일자 / 요일	23(월) 생일잔치	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)
	오전간식	김가루죽	아욱죽⑤⑥ 오이스틱	연근죽⑤⑥ 치즈	청경채죽⑤⑥	흑임자죽
	점심	잡곡밥 미역국⑤⑥ 돈가스①②⑤⑥⑩ &소스⑤⑫ 콘샐러드①⑤ 배추(백)김치⑨	잡곡밥 모둠버섯탕⑤⑥ 닭가슴살간장조림⑤⑥⑮ 숙주나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	쇠불고기덮밥⑤⑥⑯ 유부장국 콘달걀찜① 배추(백)김치⑨	잡곡밥 돈육시래기된장국⑤⑥⑩ 두부전①⑤⑥ &양념장⑤⑥ 부추무침 배추(백)김치⑨	잡곡밥 미역국⑤⑥ 훈제오리파프리카볶음 ②⑤⑥⑯ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨
	오후간식	과일요거트범벅②	멸치주먹밥⑤ 마시는요거트②	어묵탕⑤⑥	찐단호박 우유②	호빵②⑤⑥ 우유②
	열량 / 단백질 / 칼슘	671 / 28 / 319	629 / 29 / 324	692 / 34 / 353	689 / 31 / 349	736 / 26 / 289
다섯째주	일자 / 요일	30(월)				
	오전간식	게살죽①⑤⑥⑧⑫ 샤인머스캣				
	점심	잡곡밥 우동국⑤⑥ 저당쇠고기고구마조림 ⑤⑥⑯ 브로콜리무침 배추(백)김치⑨				
	오후간식	채소전 우유②				
	열량 / 단백질 / 칼슘	611 / 23 / 322				

☆ **알레르기유발 22가지 식품**

①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯쇠고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑲잣

※ 위에 제시한 식품알레르기 유발 식품 및 특정 식품에 알레르기 증상을 보이는 아동이 있을 경우, 메뉴를 확인하시고 어린이집과 부모가 협의하여 적절한 대체식(또는 제외식)을 제공해야 합니다.

※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

원산지표시안내

쌀	콩	배추김치		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기
(죽, 누룽지)	(두부,콩비지)	배추	고춧가루				
국내산	국내		국내산	국산1등급			

수산물			식육 . 어육 가공품			
고등어	해물완자전	참치	미트볼	떡갈비	훈제오리	팝콘치킨
			돼지고기, 쇠고기	돼지고기, 쇠고기	오리고기	닭고기

본 원은 식재료 전문유통업체인 푸드머스(풀무원)에서 국내산을 원칙으로 하며 매일 신선한 식재료로 제공받습니다.

본 식단은 식재로 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다. <부평구어린이사회복지급식관리지원센터 영양팀>

부평구 어린이급식관리지원센터 Center for Children's Foodservice Management

참조

2026년 11월 1~2세 영유아식단(야간)

부평구청어린이집

	일자 / 요일	2(월)			3(화)			4(수)			5(목)			6(금)		
첫째주	저 녁	잡곡밥 달걀실팟국① 돈육장조림⑤⑥⑩ 숙주나물⑤⑥ 배추(백)김치⑨			잡곡밥 맑은두붓국⑤⑥ 훈제오리구이②⑤⑥⑯ &무쌈 애호박나물 배추(백)김치⑨			잡곡밥 미소장국⑤⑥ 완자조림⑤⑥⑩ 새콤오이무침 배추(백)김치⑨			잡곡밥 콩나물국⑤ 쇠불고기⑤⑥⑯ 김자반⑤ 배추(백)김치⑨			잡곡밥 김국⑤⑥ 닭살채소볶음⑤⑮ 두부찜⑤&양념장⑤⑥ 배추(백)김치⑨		
	열량 / 단백질 / 칼슘	201	12	52	189	10	62	208	10	85	219	11	79	220	12	74
둘째주	일자 / 요일	9(월)			10(화)			11(수)			12(목)			13(금)		
	저 녁	잡곡밥 우거지된장국⑤⑥ 너비아니조림⑤⑥⑯ 부추무침 깍두기⑨			잡곡밥 쇠고기뭇국⑤⑥⑯ 닭다리살소금구이⑮ 브로콜리무침 배추(백)김치⑨			잡곡밥 모둠버섯국⑤⑥ 두부달걀찜①⑤ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추(백)김치⑨			잡곡밥 애호박새우젓국⑨ 돈육짜장볶음⑤⑥⑩⑮ 감자조림⑤⑥ 배추(백)김치⑨			잡곡밥 무챗국⑤⑥ 닭볶음탕⑤⑥⑮ 시금치나물⑤⑥ 배추(백)김치⑨		
	열량 / 단백질 / 칼슘	227	11	67	218	11	31	235	14	117	230	10	61	191	12	65
셋째주	일자 / 요일	16(월)			17(화)			18(수)			19(목)			20(금)		
	저 녁	잡곡밥 안매운김칫국⑨ 돈육양파볶음⑤⑥⑩ 김자반⑤ 깍두기⑨			잡곡밥 감자된장국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 어묵볶음⑤⑥ 배추(백)김치⑨			잡곡밥 맑은배춧국⑤⑥ 쇠고기채소볶음⑤⑥⑯ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨			잡곡밥 미역국⑤⑥ 치킨가라아게①⑤⑥⑮ &소스⑤⑥ 코울슬로①⑤ 깍두기⑨			잡곡밥 달걀국① 쇠고기장조림⑤⑥⑯ 무생채 배추(백)김치⑨		
	열량 / 단백질 / 칼슘	213	10	51	271	12	85	253	11	65	375	10	55	196	12	56
넷째주	일자 / 요일	23(월)			24(화)			25(수)			26(목)			26(금)		
	저 녁	잡곡밥 맑은유붓국⑤⑥ 달콤마늘닭볶음⑤⑥⑮ 오이나물⑤⑥ 배추(백)김치⑨			잡곡밥 두부된장국⑤⑥ 돈목살구이⑩ 양배추찜 &저염쌈장⑤⑥ 깍두기⑨			잡곡밥 황태뭇국⑤⑥ 떡갈비조림⑤⑥⑩⑯ 새송이버섯볶음⑤ 배추(백)김치⑨			잡곡밥 쇠고기탕국⑤⑥⑯ 치즈달걀말이①②⑤ 가지나물⑤⑥ 배추(백)김치⑨			잡곡밥 청경채된장국⑤⑥ 돈가스①②⑤⑥⑩&소스⑤⑫ 단호박범벅② 배추(백)김치⑨		
	열량 / 단백질 / 칼슘	255	12	83	236	10	59	246	14	37	260	14	78	362	15	147
다섯째주	일자 / 요일	30(월)														
	저 녁	잡곡밥 들깨감잣국⑤⑥ 순살닭갈비⑤⑥⑮ 건파래무침⑤⑥ 배추(백)김치⑨														
	열량 / 단백질 / 칼슘	230	13	88												

☆**알레르기유발 22가지 식품**

①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯쇠고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑲잣

※ 위에 제시한 식품알레르기 유발 식품 및 특정 식품에 알레르기 증상을 보이는 아동이 있을 경우, 메뉴를 확인하시고 어린이집과 부모가 협의하여 적절한 대체식(또는 제외식)을 제공해야 합니다.

※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

원산지표시안내

쌀	콩	배추김치		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기
(죽, 누룽지)	(두부,콩비지)	배추	고춧가루				
국내산	국내산		국내산	국산1등급			

수산물		식육 . 어육 가공품						
생선	해물완자전	동그랑땡	돈가스	베이컨	미트볼	떡갈비	치킨사스	너비아니
	오징어	돼지고기	돼지고기	돼지고기	돼지고기 쇠고기	돼지고기 쇠고기	닭고기	돼지고기 쇠고기

본 원은 식재료 전문유통업체인 푸드머스(풀무원)에서 국내산을 원칙으로 하며 매일 신선한 식재료로 제공받습니다.

본 식단은 식재로 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다. <부평구어린이사회복지급식관리지원센터 영양팀>

부평구 어린이급식관리지원센터 Center for Children's Foodservice Management

참조

2026년 11월 3세 영유아식단(야간)

부평구청어린이집

	일자 / 요일	2(월)			3(화)			4(수)			5(목)			6(금)		
첫째주	저 녁	잡곡밥 달걀실팟국① 돈육장조림⑤⑥⑩ 숙주나물⑤⑥ 배추(백)김치⑨			잡곡밥 맑은두붓국⑤⑥ 훈제오리구이②⑤⑥⑯ &무쌈 애호박나물 배추(백)김치⑨			잡곡밥 미소장국⑤⑥ 완자조림⑤⑥⑩ 새콤오이무침 배추(백)김치⑨			잡곡밥 콩나물국⑤ 쇠불고기⑤⑥⑯ 김자반⑤ 배추(백)김치⑨			잡곡밥 김국⑤⑥ 닭살채소볶음⑤⑮ 두부찜⑤&양념장⑤⑥ 배추(백)김치⑨		
	열량	309	단백질	칼슘	291	15	95	320	14	131	337	17	121	338	19	113
	일자 / 요일	9(월)			10(화)			11(수)			12(목)			13(금)		
둘째주	저 녁	잡곡밥 우거지된장국⑤⑥ 너비아니조림⑤⑥⑯ 부추무침 깍두기⑨			잡곡밥 쇠고기뭇국⑤⑥⑯ 닭다리살소금구이⑮ 브로콜리무침 배추(백)김치⑨			잡곡밥 모둠버섯국⑤⑥ 두부달걀찜①⑤ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추(백)김치⑨			잡곡밥 애호박새우젓국⑨ 돈육짜장볶음⑤⑥⑩⑮ 감자조림⑤⑥ 배추(백)김치⑨			잡곡밥 무챗국⑤⑥ 닭볶음탕⑤⑥⑮ 시금치나물⑤⑥ 배추(백)김치⑨		
	열량	350	단백질	칼슘	336	17	47	361	21	180	353	16	94	294	18	101
	일자 / 요일	16(월)			17(화)			18(수)			19(목)			20(금)		
셋째주	저 녁	잡곡밥 안매운김칫국⑨ 돈육양파볶음⑤⑥⑩ 김자반⑤ 깍두기⑨			잡곡밥 감자된장국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 어묵볶음⑤⑥ 배추(백)김치⑨			잡곡밥 맑은배춧국⑤⑥ 쇠고기채소볶음⑤⑥⑯ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨			잡곡밥 미역국⑤⑥ 치킨가라아게①⑤⑥⑮ &소스⑤⑥ 코울슬로①⑤ 깍두기⑨			잡곡밥 달걀국① 쇠고기장조림⑤⑥⑯ 무생채 배추(백)김치⑨		
	열량	327	단백질	칼슘	417	19	131	389	17	100	583	16	85	302	18	86
	일자 / 요일	23(월)			24(화)			25(수)			26(목)			26(금)		
넷째주	저 녁	잡곡밥 맑은유붓국⑤⑥ 달콤마늘닭볶음⑤⑥⑮ 오이나물⑤⑥ 배추(백)김치⑨			잡곡밥 두부된장국⑤⑥ 돈목살구이⑩ 양배추찜 &저염쌈장⑤⑥ 깍두기⑨			잡곡밥 황태뭇국⑤⑥ 떡갈비조림⑤⑥⑩⑯ 새송이버섯볶음⑤ 배추(백)김치⑨			잡곡밥 쇠고기탕국⑤⑥⑯ 치즈달걀말이①②⑤ 가지나물⑤⑥ 배추(백)김치⑨			잡곡밥 청경채된장국⑤⑥ 돈가스①②⑤⑥⑩&소스⑤⑫ 단호박범벅② 배추(백)김치⑨		
	열량	391	단백질	칼슘	363	16	91	378	21	58	400	21	120	558	23	227
다섯째주	일자 / 요일	30(월)														
	저 녁	잡곡밥 들깨감잣국⑤⑥ 순살닭갈비⑤⑥⑮ 건파래무침⑤⑥ 배추(백)김치⑨														
	열량	354	단백질	칼슘												

☆**알레르기유발 22가지 식품**

①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯쇠고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑲잣

※ 위에 제시한 식품알레르기 유발 식품 및 특정 식품에 알레르기 증상을 보이는 아동이 있을 경우, 메뉴를 확인하시고 어린이집과 부모가 협의하여 적절한 대체식(또는 제외식)을 제공해야 합니다.

※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

원산지표시안내

쌀	콩	배추김치		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기
(죽, 누룽지)	(두부,콩비지)	배추	고춧가루				
국내산	국내산		국내산	국산1등급			

수산물		식육 . 어육 가공품						
생선	해물완자전	동그랑땡	돈가스	베이컨	미트볼	떡갈비	치킨사스	너비아니
	오징어	돼지고기	돼지고기	돼지고기	돼지고기 쇠고기	돼지고기 쇠고기	닭고기	돼지고기 쇠고기

본 원은 식재료 전문유통업체인 푸드머스(풀무원)에서 국내산을 원칙으로 하며 매일 신선한 식재료로 제공받습니다.

본 식단은 식재로 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다. <부평구어린이사회복지급식관리지원센터 영양팀>

부평구 어린이급식관리지원센터 Center for Children's Foodservice Management **참조**