* 1~2세/ 죽식(과일명)
(과일은 급식소 사정에 따라 다른 종류의 과일로 변경할 수 있습니다. 단 **과일 채소스틱**의 구체적인 명칭을 기재하여 가정에 안내하여 주시기 바랍니다.)

* 영양사: 최민영, 김나연, 배성희

2026년 11월 영아 식단

검단아이다움어린이집

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

일자/요일	2(월)	3(화) 지구데이	4(수)	5(목)	6(금)
오전간식	들깨죽	순두부죽⑤	배추죽		소고기죽⑯
점 심	차조밥 순두부백탕①⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ 느타리버섯무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 콩가루배춧국⑤⑥ 오리로스구이⑤⑥ 우엉조림⑤⑥ 깍두기⑨	닭갈비볶음밥⑤⑥⑮ 미역맑은국⑤⑥ 치즈스틱①②⑤⑥ 배추김치⑨	*가족체육대회* 김밥 물	찹쌀현미밥 부대찌개⑤⑥⑨⑩⑮⑯ 돈육메추리알장조림①⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤ 깍두기⑨
오후간식	과일(자른방울토마토)⑫, 감자반주먹밥③⑥	달걀토스트①②⑤⑥, 우유②	과일(자른포도), 수제비⑥		유과⑤, 옥수수차
에너지/단백질	471 18	444 17	484 17	465 15	438 17
일자/요일	9(월)	10(화)	11(수) ZERO데이	12(목)	13(금)
오전간식	잔멸치죽	감자당근죽	참나물죽	달걀죽①	애호박죽
점 심	백미밥 소고기당면국⑤⑥⑯ 두부양념조림⑤⑥ 무나물볶음 배추김치⑨	기장밥 닭곰탕⑮ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑯ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	하이라이스⑤⑥⑯ 두부맑은국⑤⑥ 미니돈가스*케첩①⑤⑥⑩⑫ 배추김치⑨ 짜먹는요구르트②	수수밥 애호박된장국⑤⑥ 제육불고기⑤⑥⑩ 양배추숙쌈*쌈장⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 버섯전골⑤⑥ 닭살감자조림⑤⑥⑮ 명엽채볶음⑤⑥ 백김치⑨
오후간식	과일(배), 순살후라이드치킨⑤⑥⑮	딸기젤샌드위치①②⑤⑥, 우유②	찐고구마, 매실차	곡물시리얼⑤⑥, 우유②	과일(단감), 팬케이크①②⑤⑥
에너지/단백질	483 18	455 20	476 18	447 16	472 20
일자/요일	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)
오전간식	양배추죽	부추죽	콩나물죽⑤	유부죽⑤	팽이버섯죽
점 심	기장밥 두부부추국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 오이나물⑤ 백김치⑨	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 돼지고기수육⑩ 상추무침⑤⑥ 깍두기⑨	소고기무밥*양념장⑤⑥⑯ 유부장국⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	찹쌀현미밥 팽이버섯맑은국 닭다리살양념조림⑤⑥⑮ 감자채양파볶음⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 우거지된장국⑤⑥ 동그랑땡구이①⑤⑥⑩ 토마토카프레제②⑫ 깍두기⑨
오후간식	어묵우동⑤⑥	밤식빵①②⑤⑥, 우유②	과일(바나나), 크래미김초밥①⑤⑥⑧⑬	찹쌀도너츠⑤⑥, 우유②	채소스틱(당근), 약밥⑤⑥⑲
에너지/단백질	446 15	430 16	450 16	429 16	446 16
일자/요일	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)
오전간식	치즈죽②	브로콜리죽	김가루죽	새우살죽⑨	시래기죽
점 심	차조밥 다시마챗국⑤⑥ 돼지고기두루치기⑤⑥⑩ 브로콜리무침 배추김치⑨	기장밥 순살갈비탕⑯ 두부부침*간장양념⑤⑥ 새콤달콤미역무침⑤⑥ 배추김치⑨	새우살굴소스볶음밥⑤⑥⑨⑱ 맑은김칫국⑨ 군만두⑤⑥⑩ 깍두기⑨	생일식단 백미밥 황태미역국⑤⑥ 떡갈비구이*케첩⑤⑥⑩⑫⑯ 감자채볶음⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 들깨무채국 돼지갈비구이⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	과일(귤), 참치주먹밥⑤	머핀①②⑤⑥, 우유②	찐감자, 둥굴레차	시리얼⑤⑥, 우유②	과일(자른포도), 해물채소전①⑤⑥⑨⑰⑱
에너지/단백질	460 19	465 17	446 18	449 19	426 17
일자/요일	30(월)				
오전간식	삼색채소죽				
점 심	찹쌀현미밥 물만두국①⑤⑥⑩ 소고기피망볶음⑤⑥⑯ 가지무침⑤⑥ 배추김치⑨				
오후간식	쌀국수⑤⑥⑯				
에너지/단백질	435 19				

제철식품
* **채소**: 무, 배추, 청갓, 홍갓, 시금치, 브로콜리 등
* **해산물**: 꽁치, 오징어, 꼬막, 고등어, 삼치 등
* **과일**: 사과, 배, 샤인머스캣, 단감, 감귤 등

< **알레르기 유발 식품** > ① 난류 ② 우유 ③ 메밀 ④ 땅콩 ⑤ 대두(두유) ⑥ 밀 ⑦ 고등어 ⑧ 게 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기 ⑪ 복숭아 ⑫ 토마토 ⑬ 아황산염 ⑭ 호두 ⑮ 닭고기 ⑯ 소고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조개류(굴, 전복, 홍합) ⑲ 잣

♥ 알레르기 아동의 경우, 센터 컨설팅 또는 부모님과 협의를 통해 **대체 식품 제공** 부탁드립니다. ♥

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

※구매하는 제품에 따라 알레르기 정보가 상이할 수 있으므로 구매제품의 영양정보를 확인해 주시기 바랍니다※

원산지 표기

쌀	콩	소고기		돼지고기	닭고기	오리고기	명태(동태)	오징어	고등어	다랑어(참치)	배추김치	
		국내산	수입산								배추	고춧가루
밥/죽/누룽지	두부/콩비지	(찜조림)용	(국)용							원양산		
국내산	국내산	한우/육우/젖소	호주산	국내산	국내산	국내산	러시아산	국내산	국내산		국내산	국내산
식육/포장육/식육가공품/수산가공품				치즈돈가스(생일)		명엽채	동그랑땡	미니돈가스		떡갈비		
				돼지고기: 국내산		명태: 러시아산	돼지고기: 국내산	돼지고기: 국내산		소고기: 호주산 돼지고기: 국내산		