

* 1~2세/ 일반식(과일명)

* 영양사: 최민영, 김나연, 배성희

(과일은 급식소 사정에 따라 다른 종류의 과일로 변경할 수 있습니다. 단 **과일 채소스틱**의 구체적인 명칭을 기재하여 가정에 안내하여 주시기 바랍니다.)

2026년 10월 영아 식단

스위첸뿌리어린이집

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

일자/요일					1(목)		2(금)	
오전간식							채소스틱(오이) , 유아용치즈②	
점 심							차조밥 배추당면국⑤⑥⑬ 돈육데리아끼구이⑤⑥⑩ 미니새송이볶음⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식							한과⑤⑥, 옥수수차	
에너지/단백질							430 19	
일자/요일	5(월)		6(화)		7(수)		8(목)	
오전간식			김가루달걀죽①		검은콩두유⑤		친환경애호박죽	
점 심			기장밥 아욱된장국⑤⑥ 안심돈가스*소스①⑤⑥⑩⑫⑬ 마카로니콘셀러드①⑤ 배추김치⑨		참치애호박덮밥⑤⑥ 무채맑은국 어묵메추리알조림①⑤⑥ 백김치⑨		흑미밥 국산순두부국⑤⑥ 무항생제제육볶음⑤⑥⑩ 친환경상추쌈*쌈장⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식			소보로빵①②④⑥, 우유②		찐고구마, 매실차		유기농곡물시리얼⑤⑥, 우유②	
에너지/단백질			498 18		479 17		458 16	
일자/요일	12(월)		13(화)		14(수)		15(목) 지구데이	
오전간식	무죽		소고기부추죽⑬		과일(바나나)		친환경가지죽	
점 심	차조밥 부추맑은국 소고기청경채찜⑤⑥⑬ 말랑진미채볶음⑤⑥⑦ 깍두기⑨		수수밥 콩나물국⑤⑥ 닭갈비간장볶음⑤⑥⑬ 느타리버섯무침⑤⑥ 배추김치⑨		돼지고기가지볶음밥⑤⑩ 미소장국⑤⑥ 군만두⑤⑥⑩ 배추김치⑨ 짜먹는요구르트②		친환경가지죽 기장밥 근대된장국⑤⑥ 삼치구이⑤⑥ 국산연두부찜*양념장⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식	후리가케주먹밥		찹쌀도넛①②⑤⑥, 우유②		어묵탕⑤⑥		모닝빵*딸기잼①②⑤⑥, 우유②	
에너지/단백질	436 20		451 18		461 17		429 16	
일자/요일	19(월)		20(화)		21(수)		22(목)	
오전간식	당근죽		닭살죽⑬		떠먹는요구르트②		치즈죽②	
점 심	백미밥 미역국⑤⑥ 돼지고기볶음⑤⑥⑩⑫ 오이맛살무침①⑤⑥⑧ 배추김치⑨		흑미밥 애호박된장국⑤⑥ 해물동그랑땡전①⑤⑥⑨⑦ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨		콩나물밥*간장양념⑤⑥ 복어맑은국⑤⑥ 닭살소금구이⑤⑬ 배추김치⑨		국산콩두부국⑤⑥ 소고기무항생제메추리알 장조림①⑤⑥⑬ 청포묵김무침⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식	잔치국수①⑤⑥		버터롤빵①②⑤⑥, 우유②		찐감자, 옥수수차		유기농쌀시리얼⑤⑥, 우유②	
에너지/단백질	456 18		419 19		429 21		446 17	
일자/요일	26(월)		27(화)		28(수) ZERO데이		29(목)	
오전간식	미역죽		숙주죽		과일(바나나)		과일(씨없는포도)	
점 심	기장밥 소고기묵국⑤⑥⑬ 고등어감자조림⑤⑥⑦ 숙주나물 배추김치⑨		차조밥 열무된장국⑤⑥ 오리고기양파볶음⑤⑥ 우영채어묵조림⑤⑥ 배추김치⑨		소불고기덮밥⑤⑥⑬ 김치국⑤⑥⑨ 두부브로콜리무침⑤ 깍두기⑨		 백미밥 소고기미역국⑤⑥⑬ 치즈찜닭②⑤⑥⑬ 버섯잡채⑤⑥⑩ 배추김치⑨	
오후간식	달걀간장볶음밥①⑤⑥		카스테라①②⑤⑥, 우유②		새우살애호박채전⑤⑥⑨		생크림케이크①②⑥, 우유②	
에너지/단백질	424 16		438 17		428 17		462 18	
일자/요일	30(금)		31(토)		1(일)		2(월)	
오전간식								
점 심								
오후간식								
에너지/단백질								

원산지 표기	강화성쌀 친환경쌀	콩	소고기 국내산	돼지고기	닭고기	오리고기	명태(동태)	오징어	고등어	대형어 (참치)	배추김치	
	밥/죽/수용지	두부/콩비지	한우	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	원양산	배추 국내산	고춧가루 국내산
	국내산	국내산										
	식육/포장육/식육가공품/수산물가공품			치즈돈가스(생일)	진미채	해물동그랑땡	안심돈가스	너비아니		미트볼		
				돼지고기	산	오징어: 페루산	오징어: 칠레산 국내산 닭고기: 국내산	돼지고기: 국내산	돼지고기: 국내산		닭고기: 국내산 돼지고기: 국내산	

* 당월에 사용하지 않는 식재료의 원산지는 표기하지 않고 ☒ 표시할 수 있습니다.

< 알레르기 유발 식품 > ① 난류 ② 우유 ③ 메밀 ④ 땅콩 ⑤ 대두(유유) ⑥ 밀 ⑦ 고등어 ⑧ 계 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, 보존제, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
※구매하는 제품에 따라 알레르기 정보가 상이할 수 있으므로 구매제품의 영양정보를 확인해 주시기 바랍니다.※