기 관 명	데이지어린이집		
발 행 일	2026. 10. 14.		
작 성 자	영양팀	감 수	

11월 식단표

(0-2세 죽간식)

대전동구 어린이·사회복지급식관리지
Children and Social Welfare Meal Management Supp



날짜/요일	2[월]	3[화]	4[수]	5[목] Na-day	6[금]	7[토]
오전간식	흑임자죽	봄동죽	옥수수죽	콩나물죽⑤	흰살생선양파죽	우유②
점심	백미밥 들깨무채국⑤⑥ 오징어간장두루치기 ⑤⑥⑰ 고사리나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 호박된장국⑤⑥ 버섯소스**두부**구이 ⑤⑥ 아욱나물⑤⑥ 깍두기⑨	닭살카레라이스⑤⑥⑮ 안매운김칫국⑨ 청경채무침⑤⑥ 깍두기⑨ 후식)짜먹는요거트	수수밥 북어양파국 수육&저염쌈장⑤⑥⑩ 깻잎나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 우거지된장국⑤⑥ 쇠고기찹스테이크 ⑤⑥⑫⑯ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기⑨	삼색비빔밥 ⑤⑥ 팽이버섯국 ⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	찐고구마 보리차	**사과** **우유**②	잼샌드위치①②⑥ 우유②	배추전①⑤⑥	후레쉬번①②⑤⑥ 우유②	
열량/단백질	416/13	421/14	422/17	430/17	427/13	219/7
날짜/요일	9[] Na-day	10[화]	11[수]	12[목]	13[금]	14[토]
오전간식	양배추죽	녹두죽	새우살죽⑨	참깨죽	양송이버섯죽	우유②
점심	수수밥 **숭늉** 돼지고기구이⑤⑩ 시금치무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 순두부백탕①⑤ 삼치구이⑤⑥ 가지양념무침⑤⑥ 배추김치⑨	**달걀**굴소스볶음밥 ①⑤⑱ 근대된장국⑤⑥ 볼어묵조림⑤⑥ 옥수수샐러드 깍두기⑨	흑미밥 미역국⑤⑥ 대파쇠불고기⑤⑥⑯ 당근**숙주**나물⑤ 배추김치⑨	찹쌀현미밥 된장찌개⑤⑥ 닭가슴살조림⑤ ⑥⑮ 게살채소볶음①⑤ ⑥⑧ 깍두기⑨	안매운김치 볶음밥⑤⑥ 수제비⑥ 단무지⑬
오후간식	밤식빵①②⑥ 우유②	찐감자 매실차	**배** ,우유②	간장비빔국수⑤⑥	김주먹밥⑤⑥	
열량/단백질	391/15	415/16	412/15	400/13	397/18	242/7
날짜/요일	16[월]	17[화]	18[수]	19[목]	20[금]	21[토]
오전간식	**달걀**부추죽①	치즈죽②	누룽지죽	시금치죽	조갯살죽⑱	우유②
점심	백미밥 감자국 ⑨ 돈육잡채⑤⑥⑩ 느타리버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 늙은호박된장국⑤⑥ **두부**양념조림⑤⑥ **콩나물**무침⑤ 깍두기⑨	쇠고기소보로덮밥 ⑤⑥⑯ 유부국①⑤ 상추무침⑤⑥ 깍두기⑨ 후식)야쿠르트	찹쌀현미밥 홍합탕⑱ 메추리알조림 ①⑤⑥ 취나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 봄동된장국⑤⑥ 돼지고기간장볶음 ⑤⑥⑩ 양배추찜 깍두기⑨	오므라이스 ①⑤⑫⑯ 무채국⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	로제스파게티②⑥⑩⑫	바나나	찐단호박 둥글레차	샤인머스켓 우유②	미니붕어빵①②⑥ 우유②	
열량/단백질	424/12	395/13	396/14	417/18	411/17	256/10
날짜/요일	23[월]	24[화]	25[수]	26[목] Na-day	27[금]	28[토]
오전간식	청경채죽	연두부당근죽⑤	배추죽	브로콜리죽⑤⑥	쇠고기죽⑤⑥⑯	우유②
점심	찹쌀현미밥 어묵국⑤⑥ 돈까스+소스 ①⑤⑥⑩⑫ 오이나물⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 냉이된장국⑤⑥ 삼치구이⑤⑥ 김자반⑤⑥ 배추김치⑨	짜장밥⑤⑥⑩ 실파**달걀**국① 마카로니콘샐러드①⑤ 배추김치⑨ 단무지무침	기장밥 **숭늉** 닭갈비⑤⑥⑮ 한식잡채⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 들깨미역국⑤⑥ **두부**탕수⑤⑥ 세발나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	김밥속볶음 밥①⑤⑥⑧ 다시마국⑤ ⑥ 배추김치⑨
오후간식	애호박부추전①⑤⑥	**배** 우유②	모닝빵①②⑤⑥ 우유②	물만두⑤⑥⑩⑯⑱	찐고구마 보리차	
열량/단백질	397/14	418/17	414/15	403/15	393/11	247/8
날짜/요일	30[월]					
오전간식	게살죽①⑤⑥⑧					
점심	백미밥 청국장찌개⑤⑥ 돼지고기볶음⑤⑥⑩ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨					
오후간식	와플⑥ 우유②					
열량/단백질	422/12					

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

▸ 🍊 : 꾸러미
▸ 🍎 : 자연간식
▸ Na-day 저염데이 : 저염메뉴(1회) 국→숭늉(2회)

▸ 식단표에 실제 사용하는 식품의 원산지를 기재하여 제공하고 수급사정에 따라 변경된 경우, 수정 후 학부모에게 안내해 주세요.

간식메뉴
떡, 빵, 제철과일 은 '구체적 메뉴명'을 식단표와 급식운영일지에 기재해주세요.
(예: 오렌지, 꿀떡 등)

원산지표시

쌀(밥,죽,누룽지)					콩			쇠고기 [국내산 (한우,육우,젖소)표기 필수]		돼지고기	닭고기	배추김치	
백미	찹쌀	현미	흑미	누룽지	두부	순두부	연두부	국거리용	볶음 및 찜류			배추	고춧가루
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산(한우)	국내산(한우)	국내산	국내산	국내산	국내산

수산물				가공품 (식육수산)								
오징어	삼치			돈까스								
수입산	국내산			돼지고기								
				국내산								

기 관 명	데이지어린이집
발 행 일	2026. 10. 14.
작 성 자	영양팀 (감 수)

11월 식단표

(3-5세 죽간식)

대전동구 어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center



날짜/요일	2[월]	3[화]	4[수]	5[목] Na-day	6[금]	7[토]
오전간식	흑임자죽	봄동죽	옥수수죽	콩나물죽⑤	흰살생선양파죽	우유②
점심	백미밥 들깨무채국⑤⑥ 오징어간장두루치기 ⑤⑥⑰ 고사리나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 호박된장국⑤⑥ 버섯소스**두부**구이 ⑤⑥ 아욱나물⑤⑥ 깍두기⑨	닭살카레라이스⑤⑥⑮ 안매운김칫국⑨ 청경채무침⑤⑥ 깍두기⑨ 후식)짜먹는요거트	수수밥 북어양파국 수육&저염쌈장⑤⑥⑩ 깻잎나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 우거지된장국⑤⑥ 쇠고기채소찹스테이크 ⑤⑥⑫⑯ 도토리묵무침⑤⑥ 깍두기⑨	삼색비빔밥⑤⑥ 팽이버섯국⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	찐고구마 보리차	**사과. 우유**	잼샌드위치①②⑥ 우유②	배추전①⑤⑥	후레쉬번①②⑤⑥ 우유②	
열량/단백질	661/21	631/21	649/26	631/25	656/20	404/13
날짜/요일	9[월] Na-day	10[화]	11[수]	12[목]	13[금]	14[토]
오전간식	양배추죽	녹두죽	새우살죽⑨	참깨죽	양송이버섯죽	우유②
점심	수수밥 **숭늉** 돼지고기구이⑤⑩ 견과류시금치무침 ⑤⑥⑭ 깍두기⑨	백미밥 순두부백탕①⑤ 삼치구이⑤⑥ 가지양념무침⑤⑥ 배추김치⑨	**달걀**굴소스볶음밥 ①⑤⑱ 근대된장국⑤⑥ 볼어묵조림⑤⑥ 옥수수샐러드 깍두기⑨	흑미밥 미역국⑤⑥ 대파쇠불고기⑤⑥⑯ **당근숙주**나물⑤ 배추김치⑨	찹쌀현미밥 된장찌개⑤⑥ 닭가슴살조림⑤⑥⑮ 게살채소볶음①⑤⑥⑧ 깍두기⑨	안매운김치볶음밥⑤⑥ 수제비⑥ 단무지⑬
오후간식	밤식빵①②⑥ 우유②	찐감자 매실차	**배**,우유②	간장비빔국수⑤⑥	김주먹밥⑤⑥	
열량/단백질	607/23	638/24	617/23	628/20	610/27	403/12
날짜/요일	16[월]	17[화]	18[수]	19[목]	20[금]	21[토]
오전간식	**달걀**부추죽①	치즈죽②	누룽지죽	시금치죽	조갯살죽⑱	우유②
점심	백미밥 감자국 ⑨ 돈육잡채⑤⑥⑩ 느타리버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 늙은호박된장국⑤⑥ **두부**양념조림⑤⑥ **콩나물**무침⑤ 깍두기⑨	쇠고기소보로덮밥 ⑤⑥⑯ 유부국①⑤ 상추무침⑤⑥ 깍두기⑨ 후식)야쿠르트	찹쌀현미밥 홍합탕⑱ 메추리알연근조림 ①⑤⑥ 취나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 봄동된장국⑤⑥ 돼지고기간장볶음 ⑤⑥⑩ 양배추찜 깍두기⑨	오므라이스①⑤⑫⑯ 무채국⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	로제스파게티②⑥⑩⑫	바나나	찐단호박 둥글레차	샤인머스켓 우유②	미니붕어빵①②⑥ 우유②	
열량/단백질	652/18	643/21	616/22	635/26	633/26	433/16
날짜/요일	23[월]	24[화]	25[수]	26[목] Na-day	27[금]	28[토]
오전간식	청경채죽	연두부당근죽⑤	배추죽	브로콜리죽⑤⑥	쇠고기죽⑤⑥⑯	우유②
점심	찹쌀현미밥 어묵국⑤⑥ 돈까스+소스 ①⑤⑥⑩⑫ 오이나물⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 냉이된장국⑤⑥ 삼치구이⑤⑥ 견과류김자반⑤⑥⑭ 배추김치⑨	짜장밥⑤⑥⑩ **실파달걀**국① 마카로니콘샐러드①⑤ 배추김치⑨ 단무지무침	기장밥 **숭늉** 닭갈비⑤⑥⑮ 한식잡채⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 들깨미역국⑤⑥ **두부**탕수⑤⑥ 세발나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	김밥속볶음밥①⑤⑥⑧ 다시마국⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	애호박부추전①⑤⑥	**배**,우유②	모닝빵①②⑤⑥ 우유②	물만두⑤⑥⑩⑯⑱ 매실쥬스	찐고구마 보리차	
열량/단백질	624/22	615/26	643/24	670/26	604/17	418/13
날짜/요일	30[월]					
오전간식	게살죽①⑤⑥⑧					
점심	백미밥 청국장찌개⑤⑥ 돼지고기양파볶음 ⑤⑥⑩ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨					
오후간식	카스테라⑥ 우유②					
열량/단백질	618/22					

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

▸ **달걀** : 꾸러미
▸ 사과 : 자연간식
▸ Na-day 저염데이 : 저염메뉴(1회) 국→**숭늉**(2회)

▸ 식단표에 실제 사용하는 식품의 원산지를 기재하여 제공하고 수급사정에 따라 변경된 경우, 수정 후 학부모에게 안내해 주세요.

간식메뉴
떡, 빵, 제철과일 은 '구체적 메뉴명'을 식단표와 급식운영일지에 기재해주세요.
(예: 오렌지, 꿀떡 등)

원산지표시

쌀(밥,죽,누룽지)					콩			쇠고기 [국내산 (한우,육우,젖소)표기 필수]		돼지고기	닭고기		배추김치	
백미	찹쌀	현미	흑미	누룽지	두부	순두부	연두부	국거리용	볶음 및 찜류				배추	고춧가루
산	산	산	산	산	산	산	산	국내산(한우)	산( )	산	산	산	산	산

수산물				가공품 (식육수산)	돈까스								
오징어					돼지고기								
산	산	산	산		산	산	산	산	산	산	산	산	산

1-2세 식단안내문

1일 영양소 섭취기준

연령 구분	에너지(kcal)	단백질(g)	칼슘(mg)	나트륨(mg)
1-2세	900	20	450	630

[2025 한국인 영양소 섭취기준]

식단 및 조리법 매달 15일 제공



식단



조리법



1-2세 3-5세

자연간식(주3회이상) **꾸러미** 표기 Na-day **저염데이**(나트륨을 줄인 저염메뉴 제공, 국→숭늉제공)

간식메뉴 **떡, 빵, 제철과일**은 **'구체적 메뉴명'**을 **식단표**와 **급식운영일지**에 기재해주세요.
(예 : 오렌지, 꿀떡, 단팥빵 등)

배식 시 유의사항

밥류

잡곡량 5% 이내 사용
소화가 용이하도록 충분히 불려 사용

매끄럽고 동글동글한 음식

세로 방향으로 작게 썰고,
가급적 껍질을 제거하여 제공

해물류

소화, 저작이 어려운 진미채무침,
주꾸미,낙지볶음, 질긴 조개,해산물류
제공안함

쌈채소

3-5세보다 작게 잘라서 제공
(생채소를 큰 덩어리로 제공하지 않음)

나물류

2cm 이하 길이로 잘라서 제공

견과류, 콩류

1-2세 제공하지 않음
(옥수수는 으깨서 제공 가능)

떡류 제공하지 않음

- 전통 식품 제공 등의 사유로 시설에서 요청 시 학부모 안내 및 동의가 있는 경우 → 감수 후 제공 가능

원산지 표시 품목(29종)

축산물: **쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소**(유산양 포함)**고기,** 식육,포장육,식육가공품 포함

농산물: **쌀**(밥,죽,누룽지에 사용하는 쌀,찹쌀,현미,찐쌀,쌀 가공품 포함)

배추김치[배추김치 가공품 포함, 배추(얼갈이배추, 봄동배추 포함), 고춧가루도 함께 표시]

콩[두부류(가공두부, 유바 제외), 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩, 콩가공품 포함]

수산물: **넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 낙지, 명태**(황태, 북어 등 건조한 것 제외),
고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미, 가리비, 우렁쉥이(멍게),
전복, 방어 및 부세(해당 수산물 가공품 포함)

원산지표시	쌀				콩			쇠고기 [국내산 (한우,육우,젖소)표기 필수]				돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치	
	백미	흑미	누룽지		두부	순두부	연두부	국거리용		볶음 및 찜류					배추	고춧가루
	산	산	산	산	산	산	산	국내산(한우)		산( )		산	산	산	산	산
	수산물				가공품 (식육수산)			참치	돈까스	떡갈비		사골원액	핫도그			
	오징어							다랑어	돼지고기	쇠고기	돼지고기		돼지고기			
	산	산	산	산				산	산	산	산	산	산	산	산	산

* 원산지가 변경된 경우 급식제공 전 원산지 정정하여 식단표 게시 및 안내

대전동구 어린이·사회복지급식관리지원센터



3-5세 식단안내문

1일 영양소 섭취기준

연령 구분	에너지(kcal)	단백질(g)	칼슘(mg)	나트륨(mg)
3-5세	1,400	25	550	1,000

[2025 한국인 영양소 섭취기준]

식단 및 조리법 매달 15일 제공



식단



조리법

소보로비빔밥
①⑤⑥⑮⑯⑱
얼갈이된장국⑤⑥
우엉조림⑤⑥
깍두기⑨

1-2세

연령별 구분식단

소보로비빔밥
①⑤⑥⑮⑯⑱
얼갈이된장국⑤⑥
견과류우엉조림
④⑤⑥⑭
깍두기⑨

3-5세

자연간식(주3회이상) 꾸러미 표기 Na-day 저염데이(나트륨을 줄인 저염메뉴 제공, 국→숭늉제공)

간식메뉴 떡, 빵, 제철과일은 '구체적 메뉴명'을 식단표와 급식운영일지에 기재해주세요.
(예 : 오렌지, 꿀떡, 단팥빵 등)

배식 시 유의사항

밥류

잡곡량 5% 이내 사용
소화가 용이하도록 충분히 불려 사용

국류

건더기의 크기를 숟가락으로 떠먹을 수 있도록 썰기

해물류

오징어, 주꾸미 등은 반드시
0.5-1cm 정도로 잘게 잘라서 제공

쌈채소

3x3cm 정도로 잘라서 밥과 함께
수저로 먹을 수 있도록 제공

나물류

2cm 이하 길이로 잘라서 제공

견과류

잘게 부수거나 얇게 썰어 제공
(알레르기 원아 확인 후 제공)

떡류

- 끈적여서 기도를 막을 수 있는 위험이 있으므로 너무 크지 않도록 제공
- 목이 메이지 않도록 물 · 음료와 함께 제공

원산지 표시 품목(29종)

축산물: 쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소(유산양 포함)고기, 식육,포장육,식육가공품 포함

농산물: 쌀(밥,죽,누룽지에 사용하는 쌀,찹쌀,현미,찐쌀,쌀 가공품 포함)

배추김치[배추김치 가공품 포함, 배추(얼갈이배추, 봄동배추 포함), 고춧가루도 함께 표시]

콩[두부류(가공두부, 유바 제외), 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩, 콩가공품 포함]

수산물: 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 낙지, 명태(황태, 북어 등 건조한 것 제외),
고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미, 가리비, 우렁쉥이(멍게),
전복, 방어 및 부세(해당 수산물 가공품 포함)

원산지표시	쌀				콩			쇠고기 [국내산 (한우,육우,젖소)표기 필수]		돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치	
	백미	흑미	누룽지		두부	순두부	연두부	국거리용	볶음 및 찜류				배추	고춧가루
	산	산	산	산	산	산	산	국내산(한우)	산( )	산	산	산	산	산
	수산물				가공품 (식육수산)			참치	돈까스	떡갈비		사골왕액	핫도그	
	오징어							다랑어	돼지고기	쇠고기	돼지고기		돼지고기	
	산	산	산	산				산	산	산	산	산	산	산

* 원산지가 변경된 경우 급식제공 전 원산지 정정하여 식단표 게시 및 안내

식단감수 신청

감수 신청	· 대상: 동구 센터 식단 이용 급식소[8일 이하(연장식 포함)로 신청] · 기간: 매달 15일~25일(26일 이후 불가능), 감수확인서 발송 후 재감수 불가 · 방법: 이메일(djdonggu7@daum.net)
감수 필요	· 요일간 교환 ex) 화요일 전체식단 목요일 전체식단 변경 · 시설 특성 또는 아동의 기호도에 따라 변경 ex) 생일잔치, 행사 등 · 식자재 수급 불가로 다른 식품군,다른 조리법으로 변경
감수 불필요	· 제철과일·채소 등 수급불가로 동일 식품군, 동일 조리법으로 변경 · 영양사가 작성한 식단에서 추가 메뉴 제공 (단, 인스턴트, 가공식품, 고열량 및 저영양 식품 제외) · 행사로 인한 외부도시락 제공

* 대전 동구 등록시설에 한하여 감수 가능 (단, 동구 센터 식단을 사용하지 않는 경우 감수 불가)

동일식품군 내 대체 식재료 예시

식단	일반메뉴	대체식품
식사	곡류(잡곡밥)	모든 종류의 잡곡류 가장밥 ↔ 현미밥 ↔ 보리밥 ↔ 수수밥 ↔ 흑미밥 등
	김치	모든 종류의 김치류 백김치 ↔ 배추김치 ↔ 깍두기 ↔ 오이소박이 등
간식	곡류(떡)	백설기 ↔ 시루떡 ↔ 바람떡 ↔ 송편 ↔ 증편 등 * 인절미, 찹쌀떡 주의
	곡류(빵)	크림빵 ↔ 피자빵 ↔ 옥수수빵 ↔ 햄샌드위치 ↔ 카스테라 ↔ 소보로빵 등 * 당분과 지방함량이 많은 빵 주의
	과일	모든 종류의 과일 딸기 ↔ 키위 ↔ 사과 ↔ 바나나 ↔ 귤 ↔ 포도 등 * 연속해서 같은 과일 제공되지 않도록 주의
	채소	모든 종류의 채소(스틱) 오이스틱 ↔ 파프리카스틱 ↔ 방울토마토 등
	우유 및 유제품 (두유 포함)	두유 ↔ 우유 ↔ 플레인요구르트 ↔ 치즈 등 * 우유에 대한 식품알레르기 대체로 두유 허용 * 당 함량이 적은 가공 유제품 제공
동일 식품군	육류	소 ↔ 돼지 ↔ 닭 ↔ 오리 교차변경 가능 * 닭 → 치킨너겟(X), 돼지 → 햄구이(X), 쇠고기장조림 → 두부간장조림(X) * 가급적 가공식품은 지양
	달걀·두부	달걀 ↔ 두부 교차변경 가능 * 달걀찜 ↔ 연두부찜, 달걀말이 ↔ 두부구이, 달걀장조림 ↔ 두부간장조림 * 달걀후라이 ↔ 소시지구이(X)
	등푸른생선 (가공제품이 아닌 생선에 한해서 변경, 순살생선 권장)	고등어 ↔ 꽁치 ↔ 정어리 ↔ 청어 ↔ 삼치 ↔ 참치 ↔ 연어 등 * 같은 생선이라도 조리법이 바뀌는 경우 식단감수 실시 * 고등어구이 → 고등어조림(X), 고등어구이 → 삼치구이(O)
	흰살생선 (가공제품이 아닌 생선에 한해서 변경, 순살생선 권장)	임연수 ↔ 가자미 ↔ 갈치 ↔ 동태 ↔ 대구 ↔ 도미 ↔ 조기 등 * 가자미구이 → 가자미조림(X), 가자미구이 → 임연수구이(O)
	패류	홍합 ↔ 꼬막 ↔ 바지락 ↔ 재첩 ↔ 굴 등
	채소류(녹색)	시금치 ↔ 열무 ↔ 근대 ↔ 비타민 ↔ 청경채 ↔ 호박 ↔ 쑥갓 ↔ 아욱 ↔ 부추 ↔ 깻잎 ↔ 상추 등
	채소류(흰색)	콩나물 ↔ 숙주나물 ↔ 배추 ↔ 양배추 ↔ 도라지 ↔ 무 등

* 동일식품군 내 대체 식재료(가공식품 지양)를 활용하여 동일조리법으로 영양소 열량까지 고려하여 조리·배식권장
* 식단 변경에 따른 알레르기 표기 변동은 시설내에서 꼭 확인 바람

