식 재 료 원 산 지 안 내

밥/죽/누룽지				배추김치		백김치	얼갈이/봄동		콩류			육류			
백미	현미	흑미	찹쌀	배추	고춧가루	배추	배추	고춧가루	두부류	콩국수	콩비지	소고기 (한우/육우/젖소)	돼지고기	닭고기	오리고기
국내산				국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		국내산	국내산(한우)	국내산	국내산	국내산

수산물											수산가공품		식육가공품		기타			
명태 (동태)	명태 (코다리)	고등어	갈치	오징어	다랑어	아귀	주꾸미	전복					물만두(돈육)					
러시아산	러시아산			국내산			베트남산						국내산					

☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 꽃게, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, 낙지, 참조기, 전복, 방어, 부세, 볼락 사용 시 원산지 기재

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

2026년

11월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시

1주	11월 2일	알레르기	11월 3일	알레르기	11월 4일	알레르기	11월 5일	알레르기	11월 6일	알레르기
	월	번호표시	화	번호표시	수	번호표시	목	번호표시	금	번호표시
오전 간식	닭고기채소죽 귤	15	감자치즈죽 바나나	2,5,6, 15,16 1,2,6	계란죽 방울토마토	1 12	누룽지죽 사과	2 2	흰살생선죽 배	
점심	찹쌀밥 순두부백탕 돈육감자장조림 치커리사과무침 백김치	 5 5,6,10 9	차수수밥 근대국 순살닭갈비 시금치나물 백김치	 5,6 5,6,15 5,6 9	한우쌀국수 (밥도제공) 세멸치볶음 백김치	5,6, 15,16 5,6,9 9	강황쌀밥 온도토리묵국 임연수구이 참나물무침 백김치	 5,9 5,6 5,6 9	찹쌀밥 안매운육개장 채소계란찜 우엉조림 백김치	 16 1 5,6 9
오후 간식	부드러운모닝롤 유기농우유	2,5,6 2	미트소스스파게티 보리차	2,5,10, 12,16,18 2	찐만두 유자차	1,5,6,10	수제치킨 매실차	1,5,15 5	1*1cm백설기 유기농우유	 2
저녁	기장밥 감자양파국 한우양배추볶음 청포묵김무침 백김치	 5,6,16 5,6 9	차조밥 미역국 가자미구이 도라지배무침 백김치	 5,6,16 5,6 5,6 9	찰현미밥 유부된장국 돈육장똑똑이 오이무침 백김치	 5,6 5,6,10 9	흑미밥 한우뭇국 두부조림 다시마튀각 백김치	 5,6,16 5,6 5,6 9	다진검정콩밥 두부감자된장국 메추리알조림 콩나물 백김치	5,6,15 5,6 5,6 9 9
영양량(영)kcal/g	562/25		513/21		598/29		677/26		609/25	
(유)kcal/g	749/34		684/28		798/39		903/35		812/33	
메뉴변동사항										

2주	11월 9일	알레르기	11월 10일	알레르기	11월 11일	알레르기	11월 12일	알레르기	11월 13일	알레르기
	월	번호표시	화	번호표시	수	번호표시	목	번호표시	금	번호표시
오전 간식	새우죽 귤	9	단호박죽 바나나	2,5,6, 15,16	물만둣국 사과	1,5,6,10	닭야채죽 단감	2,5,6,9, 15,16,17	한우미역죽 배	16
점심	기장밥 황태뭇국 돈육주꾸미볶음 숙주나물 백김치	 5,6,16 9	차조밥 돈육김치찌개 두부강정 양상추단감샐러드 백김치	 5,6,9,10 5,6 2,5,6 9	한우표고비빔밥 두부된장국 도토리묵쑥갓무침 백김치	5,6,16 5,6 5,6 9	강황쌀밥 한우버섯전골 코다리무조림 구이김 백김치	 16 5,6 5,6 9	기장밥 크림스프 수제돈가스 양배추콘샐러드 백김치	 1,5,6,15,16 1,5,6, 10,12 1,5,6 9
오후 간식	우리밀핫케이크 유기농우유	2,5,6 2	어묵잡채 매실차	5,6,10	수제고구마튀김 보리차	1,2,5,6 2	애호박전 옥수수차		1*1cm앙꼬증편 유기농우유	2 2
저녁	차수수밥 건새우호박된장국 닭야채볶음 새송이버섯조림 백김치	 5,6,9 5,6,15 5,6 9	찰현미밥 감자국 임연수구이 당근라페 백김치	 5,6 9	흑미밥 다시마무챗국 훈제오리양파구이 무쌈채무침 백김치	 9 9	찹쌀밥 얼갈이된장국 돈목살데리야끼 깻잎순나물 백김치	 5,6 5,6,10,18 9	차조밥 계란국 한우야채불고기 콩나물 백김치	5,6,16 1 5 9
영양량(영)kcal/g	568/20		513/24		517/18		507/24		663/28	
(유)kcal/g	757/27		684/32		689/24		676/32		884/37	
메뉴변동사항										

푸르니보육지원재단 이현주 영양사 작성

2026년

11월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시

3주	11월 16일	알레르기	11월 17일	알레르기	11월 18일	알레르기	11월 19일	알레르기	11월 20일	알레르기
	월	번호표시	화	번호표시	수	번호표시	목	번호표시	금	번호표시
오전 간식	참치야채죽	8	한우야채죽		연두부죽	5	버섯죽	6	누룽지죽	
	사과		배	2	귤	5,6	씨없는청포도		골드키위	
점심	차조밥		찹쌀밥		돈육자장밥	2,5,6, 10,15,16	강황쌀밥		차조밥	
	느타리버섯된장국	5,6	바지락매생이국	18	계란국	1	돈육우거지국	5,6,10	아욱국	5,6
	돈육백김치불고기	5,6,9, 10	닭다리살간장조림	5,6,15	오이크래미샐러드	1,5,6,8	가자미구이	5,6	돈수육/쌈장	10/9
	온두부/깨간장	5	콩나물무침	5	물만두찜	9	감자채볶음		양배추쌈	5,6
	백김치	9	백김치	9	백김치		백김치	9	백김치	9
오후 간식	통곡물깜빠뉴	1,2,6	마제우동	5,6,18	수제탕수육	1,2,6	메밀국수	3	1*1cm꿀떡	
	유기농우유	2	유자차		보리차		메밀차	3	유기농우유	2
저녁	흑미밥		기장밥		차수수밥		찰현미밥		닭고기채소볶음밥	15
	돈육콩비지찌개	5,6,10	소고기양배추국	16	닭곰탕	15	근대국	5,6	연두부오징어국	5,17
	새우스크램블에그	1,9	삼치구이	5,6	다진고기두부조림	5,6,10	한우당면볶음	5,6,16	돌자반	5,6
	돌자반	5,6	유채된장무침	5,6	물파래무초무침		양배추사과무침		백김치	9
	백김치	9	백김치	9	백김치	9	백김치	9		
영양량(영)kcal/g	581/33		573/23		502/21		507/25		556/23	
(유)kcal/g	775/45		764/31		670/27		676/34		742/31	
메뉴변동사항										

4주	11월 23일	알레르기	11월 24일	알레르기	11월 25일	알레르기	11월 26일	알레르기	11월 27일	알레르기
	월	번호표시	화	번호표시	수	번호표시	목	번호표시	금	번호표시
오전 간식	닭야채죽	15	고구마죽	2	흰살생선죽	1,2,6	한우야채죽	16	누룽지죽	2,5,6, 15,16
	단감		씨없는청포도	2	골드키위	2	배		사과	
점심	찹쌀밥		차수수밥		유부쑥갓우동	5,6,9	강황쌀밥		찹쌀밥	
	황태두부국	5	한우된장찌개	5,6,16	밥도제공		청국장	5,6,10	설렁탕/소면	6,16
	돈육콩나물볶음	5,6,10	채소계란찜	1	새우양배추볶음	9	임연수구이	5,6	세멸치볶음	5,6
	상추쌈	5,6	새송이버섯조림	5,6	백김치	9	청포묵김무침	5,6	도토리묵오이무침	5,6
	백김치	9	백김치	9	귤		백김치	9	백김치	9
오후 간식	통밀식빵잼샌드위치	1,2,5,6	탕수육	1,5,6, 10	한우리조또	2,5,6,15, 16	메밀국수	3,5,6	1*1cm절편	1,2,5,6
	유기농우유	2	오미자차		보리차				유기농우유	2
저녁	기장밥		차조밥		흑미밥		찰현미밥		돈육하이라이스	2,5,6,10, 12,15,16, 18
	만둣국	1,5,6,10	홍합뭇국	18	콩나물국	5	새우계란국	1,9	아욱국	5,6
	코다리무조림	5,6	돈채파프리카볶음	5,6,10	닭고구마조림	5,6,15	돈육깨소스무침	1,5,6, 10	계란지단	2,5,6
	시금치나물		치커리배무침		도라지나물		감자조림	5,6	백김치	9
	백김치	9	백김치	9	백김치	9	백김치	9		
영양량(영)kcal/g	556/32		611/44		546/21		624/28		554/18	
(유)kcal/g	742/42		814/58		728/27		832/38		739/24	
메뉴변동사항										

푸르니보육지원재단 이현주 영양사 작성

2026년

11월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시

5주	11월 30일	알레르기								
	월	번호표시								
오전 간식	한우야채죽 배	16								
점심 	차조밥 근대국 돈육오징어볶음 숙주나물 백김치	 5,6 5,6,10,17 9								
오후 간식	쫄깃담백루스틱 유기농우유	2,5,6 2								
저녁 	찹쌀밥 한우뭇국 계란말이 세발나물 백김치	 5,6,16 1 9								
영양량(영)kcal/g	586/30									
(유)kcal/g	782/40									
메뉴변동사항										

푸르니보육지원재단 이현주 영양사 작성