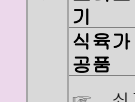
2026년

11월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시

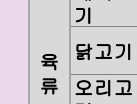
1주	11월 2일	알레르기	11월 3일	알레르기	11월 4일	알레르기	11월 5일	알레르기	11월 6일	알레르기
	월	번호표시	화	번호표시	수	번호표시	목	번호표시	금	번호표시
오전 간식	순두부야채죽	5	닭살야채죽	15	바나나 미니크림치즈	 2	오렌지 플레인요거트	 2	가자미야채죽	
점심 	찰현미밥 아욱된장국 닭고기감자조림 도라지유자청무침 배추김치(영아-백김치)	 5 5,6,15 5,6,9,12	소고기두부소보로덮밥 유부장국 꽃맛살코울슬로 깍두기(영아-백김치) 방울토마토	5,6,16 5,6 1,5,6,8 2 12	차조밥 콩나물국 소고기양배추볶음 청경채나물무침 깍두기(영아-백김치)	 5,6,16 2	기장밥 맑은연두부국 돈육곤약조림 새송이버섯볶음 배추김치(영아-백김치)	 5,6 5,6,10 5,6,9,12	클로렐라찹쌀밥 닭개장 오징어야채볶음 우엉조림 배추김치(영아-백김치)	 5,6,15 5,6,17 5,6 5,6,9,12
오후 간식	카스텔라 우유	1,2,6 2	찐단호박 우유	 2	삶은계란 우유	1 2	닭가슴살샐러드 옥수수차	5,6,15	연유수제토스트 우유	2,5,6 2
저녁 	백미밥 소고기두부국 대구살무조림 쑥갓나물무침 배추김치(영아-백김치)	 5,6,16 5,6 5,6,9,12	백미밥 근대된장국 돈채느타리볶음 숙주나물무침 배추김치(영아-백김치)	 5 5,6,10 5,6,9,12	백미밥 시래기된장국 닭고기피망볶음 고구마순나물 배추김치(영아-백김치)	 5 5,6,15 5,6 5,6,9,12	백미밥 동태무국 오리부추볶음 비타민나물무침 배추김치(영아-백김치)	 5,6 5,6 5,6,9,12	카레라이스 북어국 어묵볶음 배추김치(영아-백김치) 키위	2,5,6,12,16,18 5,6 5,6 5,6,9,12

원산지 일괄표기							
쌀·잡곡	밥	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	죽	국내산	국내산			국내산	
	누룽지						
	쌀가공품	찰현미(국내산)		차조(국내산)	기장(국내산) 클로렐라찹쌀(찹쌀:국내산)		
	☞ 쌀은 조리방법에 따라 밥, 죽, 누룽지로 제공하는 경우만 원산지 표시 / 백미, 찹쌀, 현미, 흑미쌀 모두 원산지 표시						
육류	쇠고기	국내산_한우					
	돼지고기	국내산					
	닭고기	국내산					
	오리고기				국내산		
	식육가공품						
	☞ 쇠고기는 원산지 외 한우, 젖소, 육우 표시 / 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시						
김치	배추	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	고춧가루	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	얼갈이						
	봄동						
	☞ 배추김치는 배추, 고춧가루 별도 표시 / 얼갈이, 봄동은 겉절이로 제공하는 것만 표시						
콩	두부류	국내산	국내산		국내산		
	콩국수						
	콩비지						
	☞ 콩은 조리방법에 따라 두부, 콩국수, 콩비지로 제공하는 경우만 원산지 표시/ 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시						
수산물	낙지						
	명태				동태살(러시아산)		
	고등어						
	갈치						
	오징어					국내산	
	꽃게						
	다랑어						
	아귀						
	주꾸미						
	수산가공품						
	☞ 명태 =생태=동태=코다리 (건어물을 제외한 반 건조 제품 모두 원산지 표시 대상임) ☞ 통조림 및 수산 가공품 모두 원산지 표시						
기타							
	☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, **낙지, 참조기**, 전복, 방어, 부세 사용 시 원산지 기재						

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

2026년

11월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시

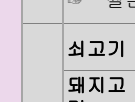
2주	11월 9일	알레르기	11월 10일	알레르기	11월 11일	알레르기	11월 12일	알레르기	11월 13일	알레르기
	월	번호표시	화	번호표시	수	번호표시	목	번호표시	금	번호표시
오전 간식	파인애플 슬라이스치즈	 2	대구살야채죽		닭고기누룽지죽	15	배 미니크림치즈	 2	소고기야채죽	16
점심 	흑미밥 건새우두부국 찜닭 근대나물무침 깍두기(영아-백김치)	 5,6,9 5,6,15 2	수수밥 열무된장국 돈사태무조림 호박새우젓볶음 배추김치(영아-백김치)	 5 5,6,10 9 5,6,9,12	참치마요덮밥 두부김치국 오징어실채볶음 깍두기(영아-백김치) 포도	1,5,6 5,6 5,6,17 2	기장밥 들깨무채국 소고기단호박조림 시금치나물무침 배추김치(영아-백김치)	 5,6 5,6,16 5,6,9,12	강황찹쌀밥 황태국 바싹불고기 도토리묵무침 배추김치(영아-백김치)	 5,6 5,6,10 5,6 5,6,9,12
오후 간식	모닝빵 우유	1,2,6 2	찐고구마 우유	 2	라비올리크림파스타 우유	2,5,6,10,15,16 2	치즈참깨주먹밥 둥굴레차	2	감자버터구이 우유	2 2
저녁 	백미밥 소고기우거지국 낙지볶음 오이무침 배추김치(영아-백김치)	 5,6,16 5,6 5,6,9,12	백미밥 얼갈이된장국 소고기연근조림 새송이버섯볶음 배추김치(영아-백김치)	 5 5,6,16 5,6,9,12	백미밥 가자미무국 돈채파프리카볶음 쑥갓나물무침 배추김치(영아-백김치)	 5 5,6,10 5,6,9,12	백미밥 맑은버섯국 메추리알조림 가지볶음 배추김치(영아-백김치)	 5,6 1,5,6 5,6,9,12	하이라이스덮밥 맑은미역국 크래미팽이볶음 배추김치(영아-백김치) 오렌지	2,5,6,12,15,16,18 5 1,5,6,8,12 5,6,9,12

원산지 일괄표기							
쌀·잡곡	밥	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	죽		국내산			국내산	
	누룽지			국내산			
	쌀가공품	흑미(국내산)	수수(국내산)		기장(국내산) 강황찹쌀(찹쌀:국내산)		
	☞ 쌀은 조리방법에 따라 밥, 죽, 누룽지로 제공하는 경우만 원산지 표시 / 백미, 찹쌀, 현미, 흑미쌀 모두 원산지 표시						
육류	쇠고기	국내산_한우					
	돼지고기	국내산					
	닭고기	국내산					
	오리고기				국내산		
	식육가공품						
	☞ 쇠고기는 원산지 외 한우, 젖소, 육우 표시 / 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시						
김치	배추	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	고춧가루	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	얼갈이						
	봄동						
	☞ 배추김치는 배추, 고춧가루 별도 표시 / 얼갈이, 봄동은 겉절이로 제공하는 것만 표시						
콩	두부류	국내산		국내산			
	콩국수						
	콩비지						
	☞ 콩은 조리방법에 따라 두부, 콩국수, 콩비지로 제공하는 경우만 원산지 표시/ 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시						
수산물	낙지	국내산					
	명태						
	고등어						
	갈치						
	오징어			오징어실채(페루산)			
	꽃게						
	다랑어						
	아귀						
	주꾸미						
	수산가공품			참치팩(가다랑어:원양산)			
	☞ 명태 =생태=동태=코다리 (건어물을 제외한 반 건조 제품 모두 원산지 표시 대상임) ☞ 통조림 및 수산 가공품 모두 원산지 표시						
기타							
	☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 영소, 양, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, **낙지, 참조기**, 전복, 방어, 부세 사용 시 원산지 기재						

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

2026년

11월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시

3주	11월 16일 월	알레르기 번호표시	11월 17일 화	알레르기 번호표시	11월 18일 수	알레르기 번호표시	11월 19일 목	알레르기 번호표시	11월 20일 금	알레르기 번호표시
오전 간식	귤 스트링치즈	 2	미역야채죽		사과 슬라이스치즈	 2	버섯누룽지죽		새우살야채죽	9
점심 	찰현미밥 시래기된장국 닭고기연근조림 깻잎순볶음 배추김치(영아-백김치)	 5 5,6,15 5,6 5,6,9,12	흑미밥 어묵국 돈육김치불고기 열무나물무침 깍두기(영아-백김치)	 5,6 5,6,10 2	기장밥 소민찌연두부국 고등어무조림 건파래볶음 배추김치(영아-백김치)	 5,6,16 5,6,7 5,6,9,12	찹쌀밥 청국장찌개 보쌈/쌈장 오이부추무침 김장김치(영아-백김치)	 5 5,6, 10 5,6,9,12	시금치찹쌀밥 닭곰탕 잔멸치볶음 느타리버섯볶음 배추김치(영아-백김치)	 5,6,15 5,6,9,12
오후 간식	올리브치아바타 우유	2,6 2	찐밤 우유	 2	토마토소스파르팔레 우유	2,5,6,12,16 2	바나나요거트범벅	2	단호박크랜베리찜 우유	 2
저녁 	백미밥 안매운육개장 주꾸미야채볶음 감자채볶음 배추김치(영아-백김치)	 5,6,16 5,6 5,6,9,12	백미밥 호박부추된장국 닭고기양배추볶음 우엉조림 배추김치(영아-백김치)	 5 5,6,15 5,6, 5,6,9,12	백미밥 우거지된장국 돈채가지볶음 얼갈이나물무침 배추김치(영아-백김치)	 5 5,6,10 5,6,9,12	백미밥 맑은무채국 소고기양송이조림 콩나물무침 배추김치(영아-백김치)	 5,6 5,6,16 5,6,9,12	닭고기야채볶음밥 유부된장국 두부조림 배추김치(영아-백김치) 단감	5,6,15 5 5,6 5,6,9,12

원산지 일괄표기	쌀·잡곡	밥	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		죽					
		누룽지					
		쌀가공품	찰현미(국내산)	흑미(국내산)	기장(국내산)	찹쌀(국내산)시금치찹쌀(찹쌀:국내산)	
		☞ 쌀은 조리방법에 따라 밥, 죽, 누룽지로 제공하는 경우만 원산지 표시 / 백미, 찹쌀, 현미, 흑미쌀 모두 원산지 표시					
	육류	쇠고기	국내산_한우				
		돼지고기	국내산				
		닭고기	국내산				
		오리고기					
		식육가공품					
		☞ 쇠고기는 원산지 외 한우, 젖소, 육우 표시 / 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
	김치	배추	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		고춧가루	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		얼갈이					
		봄동					
		☞ 배추김치는 배추, 고춧가루 별도 표시 / 얼갈이, 봄동은 겉절이로 제공하는 것만 표시					
	콩	두부류			국내산		국내산
		콩국수					
		콩비지					
		☞ 콩은 조리방법에 따라 두부, 콩국수, 콩비지로 제공하는 경우만 원산지 표시/ 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
	수산물	낙지					
		명태					
		고등어			국내산		
		갈치					
		오징어					
		꽃게					
		다랑어					
		아귀					
		주꾸미	국내산				
		수산가공품					
		☞ 명태 =생태=동태=코다리 (건어물을 제외한 반 건조 제품 모두 원산지 표시 대상임) ☞ 통조림 및 수산 가공품 모두 원산지 표시					
	기타						
		☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 영소, 양, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, **낙지, 참조기**, 전복, 방어, 부세 사용 시 원산지 기재					

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

푸르니보육지원재단 정영미영양사

2026년

11월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시

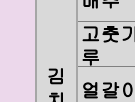
4주	11월 23일	알레르기	11월 24일	알레르기	11월 25일	알레르기	11월 26일	알레르기	11월 27일	알레르기
	월	번호표시	화	번호표시	수	번호표시	목	번호표시	금	번호표시
오전 간식	소고기누룽지죽	16	게살야채죽	8	오렌지 생크림요거트	2	포도 슬라이스치즈	2	오징어야채죽	17
점심	수수밥 유부무채국 오리불고기 미역줄기볶음 배추김치(영아-백김치)	 5,6 5,6 5,6,9,12	기장밥 아욱된장국 돈채팽이버섯볶음 감자조림 배추김치(영아-백김치)	 5 5,6,10 5,6 5,6,9,12	소고기쌀국수 (쌀밥) 건새우브로컬리볶음 오이지무침 배추김치(영아-백김치)	5,6,16 5,6,9 5,6,9,12	찰현미밥 아귀탕 닭안심카레볶음 시래기된장지짐 배추김치(영아-백김치)	 5,6 2,5,6,12,15 5 5,6,9,12	토마토찹쌀밥 콩나물국 대패목살숙주볶음 시금치나물무침 깍두기(영아-백김치)	 5,6 5,6,10 2
오후 간식	크랜베리엔젤빵 우유	1,2,6 2	찐감자 우유	 2	두부흑임자샐러드 우유	1,5,6 2	고기만두국	5,6,10	수제핫케익 우유	2,6 2
저녁	백미밥 닭곰탕 오징어야채볶음 청경채나물무침 배추김치(영아-백김치)	 5,6,15 5,6,17 5,6,9,12	백미밥 황태국 소고기곤약조림 근대나물무침 배추김치(영아-백김치)	 5,6 5,6,16 5,6,9,12	백미밥 아욱된장국 돈채피망볶음 호박볶음 배추김치(영아-백김치)	 5 5,6,10 5,6,9,12	백미밥 맑은감자국 소고기느타리불고기 쑥갓나물무침 배추김치(영아-백김치)	 5 5,6,16 5,6,9,12	참치야채볶음밥 계란파국 연근건포도조림 배추김치(영아-백김치) 키위	 1 5,6 5,6,9,12

원산지 일괄표기							
쌀·잡곡	밥	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	죽		국내산			국내산	
	누룽지	국내산					
	쌀가공품	수수(국내산)	기장(국내산)		찰현미(국내산) 토마토찹쌀(찹쌀:국내산)		
	☞ 쌀은 조리방법에 따라 밥, 죽, 누룽지로 제공하는 경우만 원산지 표시 / 백미, 찹쌀, 현미, 흑미쌀 모두 원산지 표시						
육류	쇠고기	국내산_한우					
	돼지고기	국내산					
	닭고기	국내산					
	오리고기	국내산					
	식육가공품						
	☞ 쇠고기는 원산지 외 한우, 젖소, 육우 표시 / 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시						
김치	배추	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	고춧가루	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	얼갈이						
	봄동						
	☞ 배추김치는 배추, 고춧가루 별도 표시 / 얼갈이, 봄동은 겉절이로 제공하는 것만 표시						
콩	두부류		국내산	국내산	국내산		
	콩국수						
	콩비지						
	☞ 콩은 조리방법에 따라 두부, 콩국수, 콩비지로 제공하는 경우만 원산지 표시/ 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시						
수산물	낙지						
	명태						
	고등어						
	갈치						
	오징어	국내산				국내산	
	꽃게						
	다랑어						
	아귀				국내산		
	주꾸미						
	수산가공품		대게살(국내산)		참치캔(가다랑어:원양산)		
	☞ 명태 =생태=동태=코다리 (건어물을 제외한 반 건조 제품 모두 원산지 표시 대상임) ☞ 통조림 및 수산 가공품 모두 원산지 표시						
기타							
	☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 영소, 양, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, **낙지, 참조기**, 전복, 방어, 부세 사용 시 원산지 기재						

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

2026년

11월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시

5주	11월 30일	알레르기								
	월	번호표시								
오전 간식	연두부야채죽	5								
점심 	기장밥 근대된장국 닭고기김치조림 고사리볶음 깍두기(영아-백김치)	 5 5,6,15 5,6 2								
오후 간식	소보로빵 우유	1,2,4,6 2								
저녁 	백미밥 소고기배추국 삼치무조림 오이무침 배추김치(영아-백김치)	 5,16 5,6 5,6,9,12								

원산지 일괄표기							
쌀·잡곡	밥	국내산					
	죽	국내산					
	누룽지						
	쌀가공품	기장(국내산)					
	☞ 쌀은 조리방법에 따라 밥, 죽, 누룽지로 제공하는 경우만 원산지 표시 / 백미, 찹쌀, 현미, 흑미쌀 모두 원산지 표시						
육류	쇠고기	국내산_한우					
	돼지고기	국내산					
	닭고기	국내산					
	오리고기						
	식육가공품						
	☞ 쇠고기는 원산지 외 한우, 젖소, 육우 표시 / 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시						
김치	배추	국내산					
	고춧가루	국내산					
	얼갈이						
	봄동						
	☞ 배추김치는 배추, 고춧가루 별도 표시 / 얼갈이, 봄동은 겉절이로 제공하는 것만 표시						
콩	두부류	국내산					
	콩국수						
	콩비지						
	☞ 콩은 조리방법에 따라 두부, 콩국수, 콩비지로 제공하는 경우만 원산지 표시/ 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시						
수산물	낙지						
	명태						
	고등어						
	갈치						
	오징어						
	꽃게						
	다랑어						
	아귀						
	주꾸미						
	수산가공품						
	☞ 명태 =생태=동태=코다리 (건어물을 제외한 반 건조 제품 모두 원산지 표시 대상임) ☞ 통조림 및 수산 가공품 모두 원산지 표시						
기타							
	☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, **낙지, 참조기**, 전복, 방어, 부세 사용 시 원산지 기재						

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