

	월	화	수	목	금	토
1주				1	2	3
오전간식	<알레르기 유발 식품> ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 홍합, 전복 포함) ⑲잣 ★ 알레르기 반응을 보이는 원아에게는 해당 식품을 제한합니다! ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어있습니다. (표기 생략)			오이스틱/ 플레인요구르트②	누룽지죽	
점심				잡곡밥 동태살국⑤⑥ 두부스테이크①⑤⑥ 숙주나물 배추김치⑤⑥⑨	쌀밥 청경채국⑤⑥ 달걀양파볶음⑤⑥⑮ 어묵조림⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨	
오후간식				잡채⑤⑥⑩	크로아상①②⑤⑥/ 우유②	
영양표시				407.1 20.2	497.5 22.7	
2주	5	6	7	8	9	10
오전간식		깨죽	바나나/ 슬라이스치즈②⑤	파프리카스틱/ 플레인요구르트②		멜론/ 슬라이스치즈②⑤
점심		잡곡밥 소고기미역국⑤⑥⑮ 달걀말이①⑤ 시금치나물 깍두기⑤⑥⑨	단호박카레덮밥 ②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 유부국⑤⑥ 명엽채무침⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑨	잡곡밥 감자된장국⑤⑥ 순살삼치조림 ⑤⑥⑦ 버섯나물 배추김치⑤⑥⑨		두부소보로덮밥 ⑤⑥⑮ 홍합탕⑮ 방울토마토무침 ①⑤⑥⑫⑬ 배추김치⑤⑥⑨ 단팥빵①②⑤⑥
오후간식		시리얼⑤⑥/우유②	김가루주먹밥⑤	볶음우동⑤⑥⑩⑮		
영양표시		554.2 22.4	444.1 22.6	463.3 20.3		353.6 14.2
3주	12	13	14	15	16	17
오전간식	배	김죽	사과/ 슬라이스치즈②⑤	방울토마토⑫/ 플레인요구르트②	부추죽	오렌지/ 슬라이스치즈②⑤
점심	쌀밥 애호박국⑤⑥ 순살닭갈비⑤⑥⑮ 콩나물무침⑤ 배추김치⑤⑥⑨	잡곡밥 무채국⑤⑥ 소고기조림⑤⑥⑮ 오이나물 배추김치⑤⑥⑨	소고기짜장덮밥 ②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 배추된장국⑤⑥ 군만두①②⑤⑥⑩⑮⑮ 깍두기⑤⑥⑨	잡곡밥 안매운김치국⑤⑥⑨ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 가지나물⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨	쌀밥 조갯살국⑮ +흑임자매추리알무침 ①⑤⑥⑮ 감자채볶음⑤ 배추김치⑤⑥⑨ 모닝빵+딸기잼 ①②⑤⑥ / 우유②	칼국수⑤⑥ 잡곡밥1/3공기(추가) 파전①⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑨
오후간식	후레쉬번①②⑤⑥/ 우유②	찐감자/우유②	채소주먹밥⑤	어묵바⑤⑥		맘모스빵①②④⑤⑥
영양표시	434.8 19.6	432.6 17.9	441.9 17.3	392.1 20.2	517.2 18.7	370.4 11.6
4주	19	20	21	22	23	24
오전간식	단감	삼색채소죽	굴/ 슬라이스치즈②⑤	당근스틱/ 플레인요구르트②	애호박죽	배/ 슬라이스치즈②⑤
점심	쌀밥 버섯된장국⑤⑥ 목살파인애플볶음 ⑤⑥⑩⑮ 청경채나물 깍두기⑤⑥⑨	잡곡밥 순두부백탕⑤⑥⑩ 달걀데리야끼조림 ⑤⑥⑮⑮ 양배추샐러드 ①⑤⑥⑫⑬ 배추김치⑤⑥⑨	토마토스파게티②⑩ ⑫⑬⑭ 쌀밥1/3공기(추가) 크림스프②⑤⑥⑮⑮ 파프리카숙채 배추김치⑤⑥⑨	잡곡밥 들깨미역국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 부추무침 배추김치⑤⑥⑨	쌀밥 시금치달걀국① 탕수육 + 소스 ①⑤⑥⑩⑮⑮ 연근유자청무침⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨	참치마요덮밥 ①⑤⑥⑮⑮ 맑은장국⑤⑥ 양배추무침⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨
오후간식	핑거스틱①②⑤⑥/ 우유②	삶은 달걀①/우유②	유부주먹밥⑤⑥	수제비⑤⑥	프렌치토스트①②⑤⑥/ 우유②	카스테라①②⑤⑥
영양표시	448.5 18.3	482 26.4	548.1 17.5	391.4 18.3	543.3 26.6	362.6 15.1
5주	26	27	28	29	30	31
오전간식	포도	달걀죽①	파인애플/ 슬라이스치즈②⑤	오이스틱/ 플레인요구르트②	버섯죽	사과/ 슬라이스치즈②⑤
점심	쌀밥 황태국⑤⑥ 두부조림⑤⑥ 브로콜리무침 배추김치⑤⑥⑨	잡곡밥 도토리묵국⑤⑥ 새우살갈릭버터구이 ②⑤⑨ 하얀무생채 배추김치⑤⑥⑨	소고기나물비빔밥 ⑤⑥⑮ 어묵국⑤⑥ 고구마맛탕⑤ 배추김치⑤⑥⑨	잡곡밥 콩나물국⑤ 달걀장조림⑤⑥⑮ 잔멸치볶음⑤ 배추김치⑤⑥⑨	쌀밥 얼갈이된장국⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ 애호박나물 깍두기⑤⑥⑨	해물짜장면 ②⑤⑥⑨⑩⑮⑮⑮ 후리가게주먹밥⑤⑥ ⑥ 플레인요구르트② 배추김치⑤⑥⑨
오후간식	슈크림빵①②⑤⑥/ 우유②	찐고구마/우유②	후리가게주먹밥⑤⑥	오징어부추전 ①⑤⑥⑮	찐빵⑤⑥/우유②	앙금빵①②⑤⑥
영양표시	458.1 20	433.8 18.7	406 15.5	359.7 25.3	447.1 19.6	461.8 18.1

원산지 표시사항

-쌀(밥, 죽, 누룽지), 잡곡: 국내산 / 배추김치(배추, 고춧가루, 소금): 국내산
 -쇠고기(국거리: 국내산, 한우 / 불고기: 호주산) / 돼지고기, 닭고기, 오리고기: 국내산
 -콩(두부류, 콩비지): 외국산 / 오징어: 외국산 / 월미(오징어: 외국산) / 어묵(연육: 외국산) / 삼치(외국산)
 -탕수육, 돈가스(돈육, 우육: 국내산+외국산/계육: 국내산) / 달걀(국내산) / 조개(외국산) / 오징어(외국산)

* 만 0세도 이 식단을 사용합니다.

<2026년도> 만 3,4,5세

울산동구어린이·사회복지급식관리지원센터 급식운영팀 영양사

월	화	수	목	금	토
1주			1	2	3
오전간식	<알레르기 유발 식품> ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 홍합, 전복 포함) ⑲자 ★ 알레르기 반응을 보이는 원아에게는 해당 식품을 제한합니다! ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. (표기 생략)		오이스틱/ 플레인요구르트②	누룽지죽	
점심			잡곡밥 동태살국⑤⑥ 두부스테이크①⑤⑥ 숙주나물 배추김치⑤⑥⑨	쌀밥 청경채국⑤⑥ 닭살양파볶음⑤⑥⑮ 어묵조림⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨	
오후간식			잡채⑤⑥⑩	크로아상①②⑤⑥/ 우유②	
영양표시			578.3 28.3	739.2 32.7	
2주	5	6	7	8	9
오전간식		깨죽	바나나/ 슬라이스치즈②⑤	파파리카스틱/ 플레인요구르트②	멜론/ 슬라이스치즈②⑤
점심		잡곡밥 소고기미역국⑤⑥⑩ 달걀말이①⑤ 시금치나물 깍두기⑤⑥⑨	단호박카레덮밥 ②⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 유부국⑤⑥ 명엽채무침⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑨	잡곡밥 감자된장국⑤⑥ 순살삼치조림 ⑤⑥⑦ 버섯나물 배추김치⑤⑥⑨	두부소보로덮밥 ⑤⑥⑩ 홍합탕⑩ 방울토마토무침 ①⑤⑥⑫⑬ 배추김치⑤⑥⑨
오후간식		시리얼⑤⑥/우유②	김가루주먹밥⑤	볶음우동⑤⑥⑩⑭	단팥빵①②⑤⑥
영양표시		782.6 31.2	651.2 32.7	664.8 28.5	511.9 19.9
3주	12	13	14	15	16
오전간식	배	김죽	사과/ 슬라이스치즈②⑤	방울토마토⑫/ 플레인요구르트②	부추죽
점심	쌀밥 애호박국⑤⑥ 순살달걀비⑤⑥⑮ 콩나물무침⑤ 배추김치⑤⑥⑨	잡곡밥 무채국⑤⑥ 소고기조림⑤⑥⑩ 오이나물 배추김치⑤⑥⑨	소고기짜장덮밥 ②⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 배추된장국⑤⑥ 군만두①②⑤⑥⑩⑫⑭ 깍두기⑤⑥⑨	잡곡밥 안매운김치국⑤⑥⑨ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 가지나물⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨	쌀밥 조갯살국⑩ +흑미자메추리알무침 ①⑤⑥⑬ 감자채볶음⑤ 배추김치⑤⑥⑨
오후간식	후레쉬번①②⑤⑥/ 우유②	찐감자/우유②	채소주먹밥⑤	어묵바⑤⑥	모닝빵+딸기잼 ①②⑤⑥ / 우유②
영양표시	598.4 27	595.6 24.3	647.8 24.6	555.3 28.2	725.6 25.4
4주	19	20	21	22	23
오전간식	단감	삼색채소죽	꿀/ 슬라이스치즈②⑤	당근스틱/ 플레인요구르트②	애호박죽
점심	쌀밥 버섯된장국⑤⑥ 목살파인애플볶음 ⑤⑥⑩⑫ 청경채나물 깍두기⑤⑥⑨	잡곡밥 순두부백탕⑤⑥⑩ 닭살데리야끼조림 ⑤⑥⑮⑯ 양배추샐러드 ①⑤⑥⑫⑬ 배추김치⑤⑥⑨	토마토스파게티②⑩ ⑫⑬⑭ 쌀밥1/3공기(추가) 크림스프②⑤⑥⑮⑯ 파파리카속채 배추김치⑤⑥⑨	잡곡밥 들깨미역국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 부추무침 배추김치⑤⑥⑨	쌀밥 시금치달걀국① 당수육 + 소스 ①⑤⑥⑩⑮⑯ 연근유자청무침⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨
오후간식	핑거스틱①②⑤⑥/ 우유②	삶은 달걀①/우유②	유부주먹밥⑤⑥	수제비⑤⑥	프렌치토스트①②⑤⑥ /우유②
영양표시	619.6 25	671.5 37.3	548.1 17.5	554.2 25.3	765.9 33
5주	26	27	28	29	30
오전간식	포도	달걀죽①	파인애플/ 슬라이스치즈②⑤	오이스틱/ 플레인요구르트②	버섯죽
점심	쌀밥 황태국⑤⑥ 두부조림⑤⑥ 브로콜리무침 배추김치⑤⑥⑨	잡곡밥 도토리묵국⑤⑥ 새우살갈릭버터구이 ②⑤⑨ 하얀무생채 배추김치⑤⑥⑨	소고기나물비빔밥 ⑤⑥⑬ 어묵국⑤⑥ 고구마맛탕⑤ 배추김치⑤⑥⑨	잡곡밥 콩나물국⑤ 닭살장조림⑤⑥⑮ 잔멸치볶음⑤ 배추김치⑤⑥⑨	쌀밥 얼갈이된장국⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ 애호박나물 깍두기⑤⑥⑨
오후간식	슈크림빵①②⑤⑥/ 우유②	찐고구마/우유②	후리가게주먹밥⑤⑥	오징어부추전 ①⑤⑥⑰	찐빵⑤⑥/우유②
영양표시	634.4 27.6	597.4 25.5	592.6 21.8	505.5 36.2	664 26.9
원산지 표시사항		-쌀(밥, 죽, 누룽지), 잡곡: 국내산 / 배추김치(배추, 고춧가루, 소금): 국내산 -쇠고기(국거리: 국내산, 한우 / 불고기: 호주산) / 돼지고기, 닭고기, 오리고기: 국내산 -콩(두부류, 콩비지): 외국산 / 오징어: 외국산 / 일미(오징어: 외국산) / 어묵(연육: 외국산) / 삼치(외국산) -탕수육, 돈가스(돈육, 우육: 국내산+외국산/계육: 국내산) / 달걀(국내산) / 조개(외국산) / 오징어(외국산)			