2026년 11월 (유아) 식단

(★만 0-2세 식단 만3-5세에 비해 작게, 싱겁게 조리한 음식을 제공합니다.)

1주	11월 2일 (월)	11월 3일 (화)	11월 4일 (수)	11월 5일 (목)	11월 6일 (금)
오전 간식	찹쌀타락죽 배	미역된장국(밥) 백김치	삶은계란①(연두부) 무첨가오렌지주스	사과/스트링치즈② 우유②(두유)	흰살생선죽 대봉감
점심	찹쌀밥 순두부백탕 소불고기 콜라비생채 배추김치	차수수밥 근대국 오븐닭구이 부추나물 배추김치 귤	메밀국수 밥도제공(영아) 새우청경채볶음⑨ 깍두기⑨ 바나나	강황쌀밥 온도토리묵국 수제양념돼지갈비 참나물무침 알타리김치	찹쌀밥 꽃게탕⑧ 채소계란찜①(연두부) 오이무침 배추김치
오후 간식	쌀베이글&딸기잼(0세:제거) 우유②(두유)	크림카레우동②(0세:소스×) 우유②(두유)	멸치야채주먹밥 옥수수차	닭가슴살샐러드(0세:소스×) 두유⑤	팥시루떡(영아:찐감자) 우유②(두유)
2주	11월 9일 (월)	11월 10일 (화)	11월 11일 (수)	11월 12일 (목)	11월 13일 (금)
오전 간식	소고기야채죽 귤	시래기국(밥) 바나나	영양닭죽 어린이쥬스	통밀빵&땅콩버터④ (0세:땅콩버터제거)/사과	소고기미역죽 골드키위
점심	기장밥 황태뭇국 소고기낙지볶음 숙주나물 배추김치	차조밥 돈육김치찌개 들기름두부구이 감자사과사라다① (0세:소스 ×) 깍두기	전복표고밥 두부된장국 소고기장조림 김구이 배추김치 샤인머스캣	보리밥 소고기버섯전골 메추리알조림①(연두부) 부추나물 배추김치	기장밥 팽이버섯된장국 수제돈가스①(0세:소스×) 양배추샐러드 (0세:양배추나물) 배추김치
오후 간식	야채모닝빵①②⑥ 우유②(두유)	돈육부추잡채/꽃빵 매실차	찐고구마 우유②(두유)	오징어김치전 보리차	꿀송편(영아:단호박찜) 우유②(두유)
3주	11월 16일 (월)	11월 17일 (화)	11월 18일 (수)	11월 19일 (목)	11월 20일 (금)
오전 간식	대게살야채죽⑧ 배	콩나물김치국(밥) 바나나	순두부백탕 양념장	버섯크림뇨끼② (0세:소스제거)/사과	소고기누룽지죽 바나나
점심	차조밥 느타리버섯된장국 돈육김치불고기 온두부 깍두기⑨	찹쌀밥 연포탕 닭다리살간장조림 콩나물무침 배추김치	돈육자장밥 계란파국①(연두부국) 오이크래미무침⑧ 깍두기 귤	강황쌀밥 돈육우거지국 순살삼치카레구이 시금치나물 깍두기⑨	차조밥 아욱국 어린이동파육 양배추쌈 배추김치
오후 간식	딸기 미니샌드①②⑥ 우유②(두유)	토마토스파게티⑫ (0세:소고기죽)/유자차	육전① 우유②(두유)	후라이드치킨(0세:순살닭고기) 우유②(두유)	블루베리설기(영아:모닝빵) 우유②(두유)
4주	11월 23일 (월)	11월 24일 (화)	11월 25일 (수)	11월 26일 (목)	11월 27일 (금)
오전 간식	야채죽 사과	북어계란국①(밥) 홍시	모닝빵①②⑥ 우유②(두유)	장국죽 방울토마토	양송이누룽지스프② 바나나
점심	찹쌀밥 황태두부국 소고기청경채볶음 상추무침 배추김치	차수수밥 소고기된장찌개 등갈비김치찜 김자반 깍두기⑨	밥 닭곰국 새우양배추볶음⑨ 얼갈이무침 깍두기⑨ 귤	흑미밥 두부청국장국 갈치구이 오이무침 배추김치	찹쌀밥 설렁탕/소면 멸치볶음 청포묵김치무침 깍두기⑨
오후 간식	치즈스틱①②⑥ 우유②(두유)	유린기(0세:삶은닭고기) 우유②(두유)	소고기김치리조또 우엉차	양지쌀국수 백김치	앙고절편(영아:찐고구마) 우유②(두유)
5주	11월 30일 (월)				
오전 간식	소고기미역죽 사과				
점심	차조밥 근대국 오삼불고기 숙주나물 배추김치				
오후 간식	안흥찐빵①②⑥ 우유②(두유)				