



반디어린이집 유아 식단표

2026년 10월
죽형(1-2세)

날짜	월	화	수	목	금
날짜	식단 구성			10월 1일	10월 2일
오전간식	: 울산북구센터 개발 메뉴 수 : 나트륨 저감화의 날 (송농 제공) : 고기 없는 날 (두 번째 화요일) : 푸드브릿지 메뉴 (애호박) 반디어린이집			누룽지죽 &채소(토마토⑫)	콩죽⑤
점심				잡곡밥 배추된장국⑤⑥ 달걀비⑤⑥⑤ 오이깨무침⑤⑥ 안매운깍두기⑨	백미밥 호박양파국⑤⑥ 돈수육⑤⑥⑩ 무나물⑤⑥ 안매운배추김치⑨
오후간식				빵(롤케이크①②⑤⑥) &우유②	과일(오렌지)&치즈②
열량/단백질				473/19	393/21
날짜	10월 5일	10월 6일	10월 7일	10월 8일	10월 9일
오전간식	개천절 대체공휴일	쇠고기죽⑫	타락죽②	치즈옥수수죽②⑥ &채소(파프리카)	한글날
점심		잡곡밥 버섯전골⑤⑥ 치즈달걀말이①②⑤ 콩나물무침⑤⑥ 안매운배추김치⑨	목살채소볶음밥⑤⑥⑩ 송농(대체:아욱된장국⑤⑥) 고구마조림⑤⑥ 안매운깍두기⑨	잡곡밥 미역국⑤⑥ 마파두부⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 안매운배추김치⑨	
오후간식		과일(사과) &호상요구르트②	치킨너겟①②⑤⑥⑤	잼샌드위치①②⑤⑥	
열량/단백질		429/20	486/15(475/18)	420/15	
날짜	10월 12일	10월 13일	10월 14일	10월 15일	10월 16일
오전간식	녹두죽	단호박죽	게살죽①⑤⑥⑧	얼갈이된장국⑤⑥ &채소(오이)	현미찰쌀죽
점심	백미밥 된장찌개⑤⑥ 돈육파채볶음⑤⑥⑩ 연근조림⑤⑥ 안매운깍두기⑨	잡곡밥 어묵국⑤⑥ 두부조림⑤⑥ 부추전①⑤⑥ 안매운배추김치⑨	짜장밥②⑤⑥⑩⑩ 송농(대체:안매운김치국⑤⑥⑨) 만두탕수⑤⑥⑩ 안매운깍두기⑨	잡곡밥 무채국⑤⑥ 닭볶음탕⑤⑥⑤ 파프리카샐러드⑤⑥ 안매운배추김치⑨	백미밥 쇠고기가지국⑤⑥⑥ 달걀스크램블①⑤ 브로콜리나물⑤⑥ 안매운깍두기⑨
오후간식	삶은달걀①&식혜	과일(바나나) &호상요구르트②	떡볶이국수⑤⑥	빵(꿀호떡①②⑤⑥) &우유②	찐고구마&우유②
열량/단백질	421/19	447/17	471/13(457/14)	472/18	514/19
날짜	10월 19일	10월 20일	10월 21일	10월 22일	10월 23일
오전간식	양배추죽⑤⑥	닭죽⑫	채소죽⑤⑥	양송이아채죽②⑥ &채소(방울토마토⑫)	잔멸치죽⑤⑥
점심	백미밥 들깨버섯탕⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑩ 도토리묵무침⑤⑥ 안매운깍두기⑨	잡곡밥 두부미역국⑤⑥ 고등어조림⑤⑥⑦ 떡볶이나물⑤⑥ 안매운배추김치⑨	오므라이스①⑤⑩⑫ 송농(대체:실파장국⑤⑥) 푸실리파스타 ②⑤⑥⑫⑤⑥⑩⑩ 안매운배추김치⑨	잡곡밥 맑은조개살국⑤⑥⑩ 돈육장조림⑤⑥⑩ 숙주나물⑤⑥ 안매운배추김치⑨	백미밥 배추담국⑤⑥⑤ 두부구이&양념장⑤⑥ 감자조림⑤⑥ 안매운깍두기⑨
오후간식	치즈스틱①②⑤⑥	과일(포도) &호상요구르트②	밥새우주먹밥⑤⑥⑨	시리얼⑤&우유②	과일(사과)&치즈②
열량/단백질	474/22	402/19	458/13(447/16)	486/22	423/21
날짜	10월 26일	10월 27일	10월 28일	10월 29일	10월 30일
오전간식	연두부죽⑤⑥	브로콜리치즈죽②	흑임자죽	야채죽⑤⑥ &채소(당근)	황태죽
점심	백미밥 쇠고기무국⑤⑥⑥ 삼색달걀찜① 김자반⑤ 안매운배추김치⑨	잡곡밥 콩나물국⑤⑥ 훈제오리볶음⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 안매운깍두기⑨	뿌리채소영양밥&양념장⑤⑥ 송농(대체:팽이버섯장국⑤⑥) 돈육불고기⑤⑥⑩ 안매운깍두기⑨	잡곡밥 달걀국①⑤⑥ 두부까스①⑤⑥⑫⑤ 양상추샐러드⑤⑥ 안매운깍두기⑨	백미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 잡채⑤⑥ 불어묵볶음⑤⑥ 안매운배추김치⑨
오후간식	유부초밥⑤⑥	과일(바나나) &호상요구르트②	크림스파게티②⑥	빵(파베기①②⑤⑥) &우유②	찐감자&우유②
열량/단백질	491/17	418/19	465/14(437/15)	553/18	479/18

※ 과일류 및 유제품류 - 동일식품군(과일(사과)↔과일(바나나), 유제품(호상요구르트)↔유제품(우유)) 내에서 변경 가능

☑ 식단표 제공 전 : 과일류 및 유제품류 변경하여 사전 계획 ☑ 식단표 제공 후 : 변경사항 일지 기록 및 안내(변경사유 포함)

식품 알레르기 유발식품

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우
⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기
⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴·전복·홍합 포함) ⑲잔
※ ⑬아황산류는 표백제·보존료·산화방지제 목적으로
사용되는 식품 첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함
※ 간장, 간장을 원료로 가공한 양념류를 사용하는 경우
⑤대두, ⑥밀이 포함
※ 가공품류는 사용 전 원재료명 및 표시사항을 확인하여
알레르기 유발식품 포함여부를 확인 후 제공

원산지 표시(농·축·수산물)

식품	원산지	원산지	원산지
쌀	국내산	쇠고기	국내산
죽	국내산	돼지고기	한우
누룽지	국내산	닭고기	국내산
두부류	국내산	동태	외국산
콩비지		고등어	국내산
콩국수			
김	국내산		
치	국내산		
고춧가루	국내산		

원산지 표시(가공식품)

식품	원산지	원산지
치킨너겟	닭고기	국내산
떡갈비	돼지고기	국내산
훈제오리	쇠고기	국내산
	오리고기	국내산