11 월 식 단 표(14개월~2세)

2026년도

구분	월	화	수	목	금
日	11월 2일	11월 3일	11월 4일	11월 5일	11월 6일
오전간식	☻호상요구르트②&☻오이	☻김찹쌀죽	☻치즈죽②	♣귤	☻장국죽⑤⑥⑯
점심	☻백미밥 ☻순두부찌개⑤⑥ ☻대패삼겹살볶음⑩ ☻파프리카무침⑤⑥ ☻안매운배추김치⑨	☻잡곡밥 ☻맑은버섯국⑤⑥ ☻흰살생선전①⑤⑥ ☻브로콜리볶음⑤⑥ ☻안매운배추김치⑨	☻피자볶음밥②⑤⑥⑩⑫ ☻미소장국⑤⑥ ☻두부조림⑤⑥ ☻안매운깍두기⑨	☻잡곡밥 ☻북어국⑤⑥ ☻동그랑땡구이①⑤⑥⑩ ☻감자조림⑤⑥ ☻안매운배추김치⑨	☻백미밥 ☻호박양파국⑤⑥ ☻달걀스크램블①⑤ ☻새우살데리야끼조림⑤⑥⑨ ☻안매운깍두기⑨
오후간식	☻배추전①⑤⑥	☻시리얼⑤&☻우유②	☻잔치국수⑤⑥	☻찐빵⑥&☻우유②	☻찐단호박&☻매실차
열량/단백질	426/17	527/20	422/20	416/17	404/18
日	11월 9일	11월 10일	11월 11일	11월 12일	11월 13일
오전간식	☻호상요구르트②&☻방울토마토⑫	☻당근죽⑤⑥	☻전복죽⑱	♣바나나	☻달걀죽①
점심	(이든반류예준생일) ☻백미밥 ☻쇠고기미역국⑤⑥⑯ ☻치킨너겟①②⑤⑥⑮ ☻콩나물무침⑤⑥ ☻안매운깍두기⑨	☻잡곡밥 ☻된장찌개⑤⑥ ☻메추리알우엉조림①⑤⑥ ☻맛김구이 ☻안매운배추김치⑨	☻콩나물밥⑤ ☻무채국⑤⑥ ☻달걀말이①⑤ ☻안매운배추김치⑨	☻잡곡밥 ☻어묵국⑤⑥ ☻돈육시래기조림⑤⑥⑩ ☻토마토무침⑤⑥⑫ ☻안매운깍두기⑨	☻백미밥 ☻닭곰탕⑮ ☻깐풍두부⑤⑥ ☻오이나물⑤⑥ ☻안매운배추김치⑨
오후간식	♣케이크①②⑥&☻오렌지주스	☻시리얼⑤&☻우유②	☻허니버터연근강정②⑤⑥	☻프렌치토스트①②⑤⑥&우유②	☻찐고구마&☻매실차
열량/단백질	552/20	483/17	405/14	417/18	492/16
日	11월 16일	11월 17일	11월 18일	11월 19일	11월 20일
오전간식	☻호상요구르트②&☻당근	☻닭죽⑮	☻참깨죽	♣귤	☻연두부죽⑤
점심	☻백미밥 ☻시금치된장국⑤⑥ ☻쇠불고기⑤⑥⑯ ☻감자채볶음⑤⑥ ☻안매운깍두기⑨	☻잡곡밥 ☻맑은호박국⑤⑥ ☻김달걀말이①⑤ ☻표고버섯나물⑤⑥ ☻안매운배추김치⑨	☻카레라이스⑤⑥ ☻숭늉 ☻함박스테이크①⑤⑥⑩⑫⑯ ☻안매운배추김치⑨	☻잡곡밥 ☻콩나물국⑤⑥ ☻오리부추볶음⑤⑥ ☻양배추나물⑤⑥ ☻안매운깍두기⑨	☻잡곡밥 ☻얼갈이된장국⑤⑥ ☻돈육갈비찜⑤⑥⑩ ☻가지볶음⑤⑥ ☻안매운깍두기⑨
오후간식	☻치즈주먹밥②⑤⑥	☻시리얼⑤&☻우유②	☻물만두⑤⑥⑩	☻카스테라①②⑤⑥&☻우유②	☻찐감자&☻매실차
열량/단백질	528/22	430/18	447/16	412/16	375/15
日	11월 23일	11월 24일	11월 25일	11월 26일	11월 27일
오전간식	☻호상요구르트②&☻파프리카	☻흑임자죽	☻누룽지죽	♣감	☻게살죽①⑤⑥⑧
점심	☻백미밥 ☻미역국⑤⑥ ☻달걀찜① ☻햄양파볶음⑤⑥⑩⑮ ☻안매운배추김치⑨	☻잡곡밥 ☻청경채된장국⑤⑥ ☻마파두부⑤⑥ ☻파프리카샐러드①⑤ ☻안매운배추김치⑨	☻닭살김치볶음밥⑤⑨⑮ ☻맑은유부국⑤⑥ ☻오이무침⑤⑥ ☻안매운깍두기⑨	☻잡곡밥 ☻달걀국①⑤⑥ ☻돈육숙주볶음⑤⑥⑩ ☻호박나물⑤⑥ ☻안매운배추김치⑨	☻백미밥 ☻맑은버섯국⑤⑥ ☻닭고기장똑똑이⑤⑥⑮ ☻시금치나물⑤⑥ ☻안매운깍두기⑨
오후간식	☻어묵탕⑤⑥	☻시리얼⑤&☻우유②	☻로제스파게티 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱	☻치즈샌드위치①②⑤⑥&☻우유②	☻찐단호박&☻매실차
열량/단백질	434/25	484/15	355/17	451/23	346/17
日	11월 30일				
오전간식	☻호상요구르트②&☻당근				
점심	☻백미밥 ☻쇠고기전골⑤⑥⑯ ☻온두부&양념장⑤⑥ ☻잔멸치볶음⑤⑥ ☻안매운배추김치⑨				
오후간식	☻우동⑤⑥				
열량/단백질	412/22				

국공립마린힐어린이집

마린힐 어린이집 식단 구성

※ ☻은 풀무원에서 구입한 물품으로 제공되며, 식단은 물품수급 사정에 따라 변경 될 수 있습니다.
※ ♣은 어린이집에서 직접 구입한 물품으로 제공되며, 식단은 물품수급 사정에 따라 변경 될 수 있습니다.
※ 이 식단표는 울산 북구 어린이 급식 관리지원센터 이다정 영양사에게 감수를 받아서 변경된 식단입니다.
※ 생선은 국내산을 원칙으로 하나 부득이한 경우 연근해산해산물을 이용할 수 있습니다.
※ 울산 북구 어린이 급식 관리지원센터 식단표 (1~2세) 식단구성 연령을 참고하였습니다.

식품 알레르기 유발식품

①난류 ②우유② ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣
*⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품 첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
*⑤대두 ⑥밀은 간장의 재료로 간장으로 조리·간을 하는 경우 알레르기 유발 식품에 포함되어 있습니다.

원산지 표시	쌀			콩	김치		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기
	밥	죽	누룽지	두부류	배추	고춧가루	한우			
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산

원산지 표시	수산물		가공식품			
	전복	흰살생선 (동태)	함박스테이크 (돼지고기)	치킨너겟 (닭고기)	동그랑땡 (돼지고기)	햄 (돼지고기)
	국내산	외국산	국내산	국내산	국내산	국내산