국공립 범서 어린이집

2026년 11월 식단표

발행처 : 울주군 어린이·사회복지급식관리지원센터
작성자 : 위생·영양팀
발행일 : 2026년 10월 15일

<만 1-2세 영아 중식 오전죽형>

✔ 식단감수 : 울주군 어린이·사회복지급식관리지원센터

<조리지시서>

✔ **알레르기 유발식품 번호 표시 안내** : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣(추가) 등 알레르기 증상을 보이는 영유아는 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.
(가공식품 사용 시 해당제품 표시사항에서 알레르기 유발식품을 확인하여주시기 바랍니다)
※ 알레르기 번호 아황산류⑬는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
※ 양념 종류가 간장의 경우 알레르기 번호 ⑤⑥ / 소금의 경우 알레르기 번호가 없습니다.

	일자/요일	2일(월)	3일(화)-생일(안예린)	4일(수)-생일(김건율)	5일(목)	6일(금)-생일(박시연)
첫째주	오전간식	콩나물죽⑤	버섯죽	참깨죽	채소죽	브로콜리죽②
	중식	쌀밥 맑은배추국⑤⑥ 두부구이*양념장⑤⑥ 적양배추감자볶음⑤⑥ 깍두기⑨	찹쌀밥 황태미역국⑤⑥ 소고기버섯불고기⑤⑥⑮ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨	찹쌀밥 쇠고기미역국⑤⑥⑮ 한식잡채⑤⑥ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 시래기된장국⑤⑥ 야채닭갈말이①⑤ 숙주나물 배추김치⑨	찹쌀밥 들깨미역국⑤⑥ 소고기육전①⑤⑥⑮ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨
	오후간식	찐고구마&우유②	스크램블에그①②③ &사과	단호박머핀①②③⑥ &우유②	버섯전	떠먹는요거트②&배
	열량/단백질	431/13	490/22	466/12	401/14	561/15
둘째주	일자/요일	**9일(월) 컬러day**	**10일(화) 제철day**	**11일(수)**	**12일(목)**	**13일(금)**
	오전간식	참치죽	전복죽⑱	게살죽①⑤⑥⑧	들깨죽	새우살죽⑨
	중식	쌀밥 순두부백탕⑤⑥ 돈육파프리카볶음⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 순살감자탕⑤⑥⑩ 스크램블에그①②③ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨	카레라이스 ②⑤⑥⑩⑫⑮ 유부맑은국⑤⑥ 두부구이⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 북엇국⑤⑥ 치즈닭갈비②⑤⑥⑮ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 수제비국⑤⑥ 삼치구이⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨
	오후간식	찐감자&치즈②	어묵탕⑤⑥&단감	쌀베이글①②⑤⑥&우유②	고구마튀김⑤⑥	떠먹는요거트②&바나나
	열량/단백질	436/20	409/19	502/21	405/18	449/19
셋째주	일자/요일	**16일(월) 컬러day**	**17일(화)**	**18일(수) 싹싹day**	**19일(목)**	**20일(금)-생일(류아린)**
	오전간식	닭죽⑤⑥⑮	배추죽	부추죽	치즈당근죽②	채소달걀죽①
	중식	쌀밥 콩나물국⑤ 돈육당면볶음⑤⑥⑩ 사과오이무침⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 육개장⑤⑥⑮ 두부양념조림⑤⑥ 김자반⑤⑥ 배추김치⑨	짜장밥 ①⑤⑥⑩⑮⑰ 달걀파국①⑤⑥ 후르츠탕수육 ①⑤⑥⑩⑫ 배추김치⑨	차조밥 닭곰탕⑮ 두부조림⑤⑥ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 맑은미역국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑮ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨
	오후간식	찐호박&우유②	잔치국수⑤⑥&데친오이	치즈식빵①②⑤⑥&우유②	채소전⑤⑥	떠먹는요거트②&사과
	열량/단백질	427/17	388/15	478/21	418/14	445/15
넷째주	일자/요일	**23일(월) 컬러day**	**24일(화) 쑥쑥day**	**25일(수)**	**26일(목)-생일(김나겸)**	**27일(금)-생일(황연준)**
	오전간식	연두부죽⑤	단호박죽	청경채죽	감자죽⑤⑥	참깨죽
	중식	쌀밥 시금치맑은국⑤⑥ 삼겹수육⑤⑥⑩ 양배추나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 무채국⑤⑥ 채소달걀말이①⑤ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 크림스프②⑥ 돈까스&소스⑤⑥⑩⑫ 브로콜리숙회&참깨소스 ①⑤⑥ 배추김치⑨	찹쌀밥 들깨미역국⑤⑥ 쇠고기당면볶음⑤⑥⑮ 느타리버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨	찹쌀밥 북어미역국⑤⑥ 쇠고기당근조림 ⑤⑥⑮ 동초나물⑤⑥ 배추김치⑨
	오후간식	찐고구마&우유②	크림스파게티②⑤⑥&배	야채모닝빵①②⑤⑥ &우유	늙은호박전⑤⑥	떠먹는요거트②&단감
	열량/단백질	465/16	468/14	451/15	380/11	437/20
다섯째주	일자/요일	**30일(월) 컬러day**				
	오전간식	애호박죽				
	중식	쌀밥 맑은유부국⑤⑥ 간장돼지불고기⑤⑥⑩ 파프리카맛살볶음⑤⑥ 깍두기⑨				
	오후간식	곡물시리얼&우유②				
	열량/단백질	457/17				



✔ **이달의 컬러day '빨강&보라'**
: 빨간색 식품 '라이코펜' 항산화기능으로 노화방지와 심장병 예방
보라색 식품 '안토시아닌' 항산능력을 길러 면역력 증가

✔ **제철식단** : 제철 식재료를 활용하여 영양과 맛 챙기는 날

✔ **울주day '한우'**
: 미네랄과 비타민이 풍부하고 건강한 단백질 공급원이 되는 '소'

✔ **쑥쑥day** : 키 성장을 위한 비타민d, 칼슘, 아연 등이 풍부한 날

✔ 위 식단표는 어린이집과 물품수급의 사정에 따라 다소 변경이 될 수 있습니다.
✔ **11월 식단자문위원회: 구영, 농문, 울주군청, 웅촌, 창검, 청량**

	소	돼지	닭	오리	콩	쌀 (백미, 현미, 흑미, 찹쌀 등)		배추김치(얼갈이, 봄동 포함)	
					두부류	밥	죽	배추	고춧가루
원산지	한우:국내산	국내산	국내산	국내산	콩 : 국내산	국내산	국내산	국내산	국내산

원산지	식육 - 어육가공품(햄, 소시지, 베이컨 등 품목 기재)			수산물	
	참치	탕수육	돈까스	오징어	전복
	가다랑어: 원양산	돼지 :국내산	돼지 :국내산	원양산	국내산

국공립 범서 어린이집

2026년 11월 식단표

발행처 : 울주군 어린이·사회복지급식관리지원센터
작성자 : 위생·영양팀
발행일 : 2026년 10월 15일

<만 3-5세 유아 증식 오전죽형>

✔ 식단감수 : 울주군 어린이·사회복지급식관리지원센터

<조리지시서>

✔ **알레르기 유발식품 번호 표시 안내** : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣(추가) 등 알레르기 증상을 보이는 영유아는 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.
(가공식품 사용 시 해당제품 표시사항에서 알레르기 유발식품을 확인하여주시기 바랍니다)
※ 알레르기 번호 아황산류⑬는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
※ 양념 종류가 간장의 경우 알레르기 번호 ⑤,⑥ / 소금의 경우 알레르기 번호가 없습니다.

	일자/요일	2일(월)	3일(화)-생일(안예린)	4일(수)-생일(김건율)	5일(목)	6일(금)-생일(박시연)
첫째주	오전간식	콩나물죽⑤	버섯죽	참깨죽	채소죽	브로콜리죽②
	중식	쌀밥 맑은배추국⑤⑥ 두부구이*양념장⑤⑥ 적양배추감자볶음⑤⑥ 깍두기⑨	찹쌀밥 황태미역국⑤⑥ 소고기버섯불고기⑤⑥⑮ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨	찹쌀밥 쇠고기미역국⑤⑥⑮ 한식잡채⑤⑥ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 시래기된장국⑤⑥ 야채닭갈비①⑤ 숙주나물 배추김치⑨	찹쌀밥 들깨미역국⑤⑥ 소고기육전①⑤⑥⑮ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨
	오후간식	찐고구마&우유②	스크램블에그①②③ &사과	단호박머핀①②⑤⑥ &우유②	버섯전	떠먹는요거트②&배
	열량/단백질	431/13	490/22	466/12	401/14	561/15
둘째주	일자/요일	9일(월) 컬러day	10일(화) 제철day	11일(수)	12일(목)	13일(금)
	오전간식	참치죽	전복죽⑰	게살죽①⑤⑥⑧	들깨죽	새우살죽⑨
	중식	쌀밥 순두부탕⑤⑥ 돈육파프리카볶음⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 순살감자탕⑤⑥⑩ 스크램블에그①②③ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨	카레라이스 ②⑤⑥⑩⑫⑭ 유부맑은국⑤⑥ 두부구이⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 북엇국⑤⑥ 치즈닭갈비②⑤⑥⑮ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 수제비국⑤⑥ 삼치구이⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨
	오후간식	찐감자&치즈②	어묵탕⑤⑥&단감	쌀베이글①②⑤⑥&우유②	고구마튀김⑤⑥	떠먹는요거트②&바나나
	열량/단백질	436/20	409/19	502/21	405/18	449/19
셋째주	일자/요일	16일(월) 컬러day	17일(화)	18일(수) 싹싹day	19일(목)	20일(금)-생일(류아린)
	오전간식	닭죽⑤⑥⑮	배추죽	부추죽	치즈당근죽②	채소달걀죽①
	중식	쌀밥 콩나물국⑤ 돈육당면볶음⑤⑥⑩ 사과오이무침⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 육개장⑤⑥⑮ 두부양념조림⑤⑥ 김자반⑤⑥ 배추김치⑨	짜장밥 ①⑤⑥⑩⑮⑯⑰ 달걀파국①⑤⑥ 후르츠탕수육 ①⑤⑥⑩⑫ 배추김치⑨	차조밥 닭곰탕⑮ 두부조림⑤⑥ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 맑은미역국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑭ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨
	오후간식	찐호박&우유②	잔치국수⑤⑥&데친오이	치즈식빵①②⑤⑥&우유②	채소전⑤⑥	떠먹는요거트②&사과
	열량/단백질	427/17	388/15	478/21	418/14	445/15
넷째주	일자/요일	23일(월) 컬러day	24일(화) 쑥쑥day	25일(수)	26일(목)-생일(김나겸)	27일(금)-생일(황연준)
	오전간식	연두부죽⑤	단호박죽	청경채죽	감자죽⑤⑥	참깨죽
	중식	쌀밥 시금치맑은국⑤⑥ 삼겹수육⑨⑥⑩ 양배추나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 무채국⑤⑥ 채소달걀말이①⑤ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 크림스프②⑥ 돈까스&소스①⑤⑥⑩⑫ 브로콜리숙회&참깨소스 ①⑤⑥ 배추김치⑨	찹쌀밥 들깨미역국⑤⑥ 쇠고기당면볶음⑤⑥⑮ 느타리버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨	찹쌀밥 북어미역국⑤⑥ 쇠고기당근조림 ⑤⑥⑮ 동초나물⑤⑥ 배추김치⑨
	오후간식	찐고구마&우유②	크림스파게티②⑤⑥&배	야채모닝빵①②⑤⑥ &우유	늙은호박전⑤⑥	떠먹는요거트②&단감
	열량/단백질	465/16	468/14	451/15	380/11	437/20
다섯째주	일자/요일	30일(월) 컬러day				
	오전간식	애호박죽				
	중식	쌀밥 맑은유부국⑤⑥ 간장돼지불고기⑤⑥⑩ 파프리카맛살볶음⑤⑥ 깍두기⑨				
	오후간식	곡물시리얼&우유②				
	열량/단백질	457/17				



✔ **이달의 컬러day '빨강&보라'**
: 빨간색 식품 '라이코펜' 항산화기능으로 노화방지와 심장병 예방
보라색 식품 '안토시아닌' 항산능력을 길러 면역력 증가
✔ **제철식단** : 제철 식재료를 활용하여 영양과 맛 챙기는 날

✔ **울주day '한우'**
: 미네랄과 비타민이 풍부하고 건강한 단백질 공급원이 되는 '소'
✔ **쑥쑥day** : 키 성장을 위한 비타민d, 칼슘, 아연 등이 풍부한 날

✔ 위 식단표는 어린이집과 물품수급의 사정에 따라 다소 변경이 될 수 있습니다.
✔ **11월 식단자문위원회: 구영, 동분, 울주군청, 웅촌, 창검, 청량**

	소	돼지	닭	오리	콩	쌀 (백미, 현미, 흑미, 찹쌀 등)		배추김치(얼갈이, 봄동 포함)	
					두부류	밥	죽	배추	고춧가루
원산지	한우:국내산	국내산	국내산	국내산	콩 : 국내산	국내산	국내산	국내산	국내산

원산지	식육 · 어육가공품(햄, 소시지, 베이컨 등 품목 기재)			수산물	
	참치	탕수육	돈까스	오징어	전복
	가다랑어 원양산	돼지 :국내산	돼지 :국내산	원양산	국내산

국공립 범서 어린이집

2026년 11월 식단표

발행처 : 울주군 어린이·사회복지급식관리지원센터
작성자 : 위생·영양팀
발행일 : 2026년 10월 15일

<만 3-5세 유아 석식 일반형>

✔ 식단감수 : 울주군 어린이·사회복지급식관리지원센터

<조리지시서>

✔ **알레르기 유발식품 번호 표시 안내** : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣(주가) 등 알레르기 증상을 보이는 영유아는 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다. (가공식품 사용 시 해당제품 표시사항에서 알레르기 유발식품을 확인하여주시기 바랍니다)
※ 알레르기 번호 아황산류⑬는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
※ 양념 종류가 간장의 경우 알레르기 번호 ⑤⑥ / 소금의 경우 알레르기 번호가 없습니다.

	일자/요일	2일(월)	3일(화)	4일(수)	5일(목)	6일(금)
첫째주	석식	기장밥 맑은버섯국⑤⑥ 생선까스*타르타르소스 ①⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 부추맑은국⑤⑥ 안동찜닭⑤⑥⑮ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 어묵국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 오이나물⑤⑥ 깍두기⑨	쌀밥 유부맑은국⑤⑥ 당근닭갈찜① 김자반⑤⑥ 배추김치⑨	쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑮ 팽이맑은국⑤⑥ 감자버무리①⑤ 배추김치⑨
	열량/단백질	393/16	401/21	422/18	388/18	400/13
	일자/요일	9일(월)	10일(화)	11일(수)	12일(목)	13일(금)
둘째주	석식	기장밥 얼갈이된장국⑤⑥ 닭채소볶음⑤⑥⑮ 콩나물무침⑤ 깍두기⑨	쌀밥 맑은미역국⑤⑥ 오리불고기⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 채개장⑤⑥ 삼겹살간장조림⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 감자양파국⑤⑥ 두부데리야끼구이⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 깍두기⑨	참치채소볶음밥⑤⑥ 실파장국⑤⑥ 군만두⑤⑥⑩ 배추김치⑨
	열량/단백질	399/20	377/19	394/13	364/15	357/13
	일자/요일	16일(월)	17일(화)	18일(수)	19일(목)	20일(금)
셋째주	석식	기장밥 들깨무채국⑤⑥ 흰살생선전①⑤⑥ 고사리나물⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 우동고명국⑤⑥ 닭안심채소조림⑤⑥⑮ 어묵볶음⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 봄동된장국⑤⑥ 돈목살양념구이⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	쌀밥 만둣국⑤⑥⑩ 달걀장조림①⑤⑥ 숙주나물 배추김치⑨	쌀밥 팽이맑은국⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑩⑯ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨
	열량/단백질	395/17	392/15	367/15	393/16	346/12
	일자/요일	23일(월)	24일(화)	25일(수)	26일(목)	27일(금)
넷째주	석식	기장밥 탕국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑮ 김구이 배추김치⑨	쌀밥 감자국⑤⑥ 오리양파볶음⑤ 우엉채조림⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 애호박맑은국⑤⑥ 돈육굴소스볶음⑤⑥⑩⑱ 한식잡채⑤⑥ 배추김치⑨	쌀밥 어묵국⑤⑥ 두부브로콜리조림⑤⑥ 명엽채볶음⑤⑥ 배추김치⑨	숙채비빔밥⑤⑥ 맑은장국⑤⑥ 달걀스크램블①⑤ 배추김치⑨
	열량/단백질	374/18	382/16	407/17	397/18	411/14
	일자/요일	30일(월)				
다섯째주	석식	기장밥 시래기국⑤⑥ 새우살버섯볶음⑤⑥⑨ 봄동나물⑤⑥ 깍두기⑨				
	열량/단백질	372/23				



✔ 위 식단표는 어린이집과 물품수급의 사정에 따라 다소 변경이 될 수 있습니다.
✔ **11월 식단자문위원회: 구영, 동문, 울주군청, 웅촌, 장검, 청량**

	소	돼지	닭	오리	콩 두부류	쌀 (백미, 현미, 흑미, 찹쌀 등) 밥	배추김치(얼갈이, 봄동 포함) 배추	 고춧가루
원산지	한우:국내산	국내산	국내산	국내산	콩 : 국내산	국내산	국내산	국내산

원산지	식육 · 어육가공품(햄, 소시지, 베이컨 등 품목 기재)		수산물
	생선까스	너비아니	명태(황태,북어제외)
	명태 : 러시아산	돼지고기 : 국내산	러시아산