어린이 급식 관리 지원센터 2026년 11월 영아 식단표 (만0~5세)

오전간식	2..샤인머스켓	3.떠먹는 요구르트②	4. 귤	5.소고기미역죽	6.배	7.시리얼&우유②
이유식 (0~1세)	두부버섯죽⑤	달걀감자죽①	닭살브로콜리죽⑮	소고기미역죽⑯	달걀콩나물죽①⑤	햄야채볶음밥⑩ 미소장국⑤⑥ 배추김치(영아:백김치)⑨ 배
점심	백미밥 버섯된장국⑤⑥ 돈육깻잎볶음⑤⑥⑩ 시금치나물 깍두기(영아:무절임)⑨	차조밥 감자달걀국①⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 배추김치(영아:백김치)⑨	닭살파인애플볶음밥⑤⑥⑮ 숭늉 브로콜리맛살무침①⑤⑥⑧ 깍두기(영아:무절임)⑨	수수밥 소고기미역국⑤⑥⑯ 어묵잡채⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치(영아:백김치)⑨	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 탕수육&소스⑤⑥⑩ 연근깨소스무침①⑤⑥ 깍두기(영아:무절임)⑨	
오후간식	치즈빵①②⑤⑥ &우유②	밥새우주먹밥⑤⑨	바나나우유쉐이크②	핫도그①②⑤⑥⑩	약밥&야구르트②	
연장간식	두유⑤	바나나우유②	우유②	바나나우유②	우유②	
야간연장 (19:30)	하이라이스⑤⑥⑩ 안매운닭개장⑤⑥⑮ 건파래볶음⑤ 깍두기(영아:무절임)⑨	차조밥 다시마무채국⑤⑥ 돈육버섯조림⑤⑥⑩ 깻잎나물⑤⑥ 배추김치(영아:백김치)⑨	백미밥 애호박국⑤⑥ 마파두부⑤⑥⑩ 감자조림⑤⑥ 깍두기(영아:무절임)⑨	수수밥 게살달걀국①⑤⑥⑧ 닭살브로콜리볶음⑤⑥⑮ 파인애플샐러드 배추김치(영아:백김치)⑨	흑미밥 어묵국⑤⑥ 소고기파프리카볶음⑤⑥⑯ 새콤미역무침 깍두기(영아:무절임)⑨	

오전간식	9.바나나	10.미숫가루두유⑤	11.사과	12.닭살시금치죽⑮	13.샤인머스켓	14.미숫가루두유⑤
이유식 (0~1세)	소고기무죽⑯	달걀당근죽①	두부청경채죽⑤	닭살시금치죽⑮	두부오이죽⑤	치킨볶음밥⑮ 미소장국⑤⑥ 배추김치(영아:백김치)⑨ 샤인머스켓
점심	백미밥 들깨뭇국⑤⑥ 간장오징어볶음⑤⑥⑰ 양배추찜&쌈장⑤⑥ 깍두기(영아:무절임)⑨	차조밥 물만둣국⑤⑥⑩ 삼색달걀찜① 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치(영아:백김치)⑨	돈육청경채덮밥⑤⑥⑩ 다시마양파국 유부채소무침⑤⑥ 깍두기(영아:무절임)⑨	수수밥 모둠버섯국⑤⑥ 닭살토마토조림 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ 시금치나물⑤⑥ 배추김치(영아:백김치)⑨	흑미밥 두부새우젓국⑤⑨ 참치채소전①⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 깍두기(영아:무절임)⑨	
오후간식	후레쉬번①②⑤⑥ &우유②	볶음우동⑤⑥	프렌치토스트①②⑤⑥	찐단호박&우유②	과일요거트범벅②	
연장간식	두유⑤	바나나우유②	우유②	바나나우유②	우유②	
야간연장 (19:30)	백미밥 채소당면국⑤⑥ 돈육가지볶음⑤⑥⑩ 푸실리샐러드 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ 깍두기(영아:무절임)⑨	오징어채소덮밥⑤⑥⑰ 들깨배추된장국⑤⑥ 연두부&양념장⑤⑥ 배추김치(영아:백김치)⑨	백미밥 달걀김국①⑤⑥ 만두강정①⑤⑥⑩⑫ 아욱나물⑤⑥ 깍두기(영아:무절임)⑨	수수밥 유부채소국⑤⑥ 돈육양념구이⑤⑥⑩ 청경채된장무침⑤⑥ 배추김치(영아:백김치)⑨	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 닭살버섯조림⑤⑥⑮ 배추나물⑤⑥ 깍두기(영아:무절임)⑨	

오전간식	16.귤	17.떠먹는 요구르트②	18.키위	19.소고기버섯죽⑯	20.배	21.채소스틱&치즈②
이유식 (0~1세)	달걀양파죽①	닭살파프리카죽⑮	두부감자죽⑤	소고기버섯죽⑯	두부무죽⑤	바베큐볶음밥⑩ 미소장국⑤⑥ 배추김치(영아:백김치)⑨ 배
점심	백미밥 어묵국⑤⑥ 돈육폭찹⑤⑥⑩⑫ 마카로니샐러드①⑤ 깍두기(영아:무절임)⑨	차조밥 얼갈이된장국⑤⑥ 삼치조림⑤⑥ 파프리카감자채볶음⑤ 배추김치(영아:백김치)⑨	카레라이스⑤⑥⑩ 숭늉 두부구이⑤⑥ 깍두기(영아:무절임)⑨	수수밥 호박된장국⑤⑥ 소고기버섯조림⑤⑥⑯ 김자반무침⑤⑥ 배추김치(영아:백김치)⑨	흑미밥 무채국⑤⑥ 훈제오리구이 양상추샐러드 깍두기(영아:무절임)⑨	
오후간식	카스테라①②⑤⑥ &우유②	치즈채소주먹밥②⑤	간장비빔국수⑤⑥	찐감자&우유②	시루떡&야구르트②	
연장간식	두유⑤	바나나우유②	우유②	바나나우유②	우유②	
야간연장 (19:30)	백미밥 우동장국⑤⑥ 닭살데리야끼조림⑤⑥⑮ 맛살오이무침①⑤⑥⑧ 깍두기(영아:무절임)⑨	차조밥 안매운돈육김칫국⑤⑥⑨⑩ 볼어묵조림⑤⑥ 느타리버섯나물⑤⑥ 배추김치(영아:백김치)⑨	백미밥 다시마감자국⑤⑥ 미니돈가스①⑤⑥⑩⑫⑯ 파프리카무침⑤⑥ 깍두기(영아:무절임)⑨	수수밥 건새우된장국⑤⑥⑨ 두부찜&양념장⑤⑥ 브로콜리무침 배추김치(영아:백김치)⑨	흑미밥 버섯된장국⑤⑥ 소고기애호박볶음⑤⑥⑯ 구이김 깍두기(영아:무절임)⑨	

오전간식	23.바나나	24.시리얼&우유②	25.귤	26.닭살오이죽⑮	27.샤인머스켓	28.떠먹는요구르트②
이유식 (0~1세)	두부콩나물죽⑨	새우청경채죽⑨	달걀애호박죽①	닭살오이죽⑮	소고기가지죽⑯	새우볶음밥⑨ 미소장국⑤⑥ 배추김치(영아:백김치)⑨ 샤인머스켓
점심	백미밥 황태채국⑤⑥ 떡갈비채소볶음⑤⑥⑩⑯ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기(영아:무절임)⑨	차조밥 유부장국⑤⑥ 치킨너겟①⑤⑥⑮ 청경채나물⑤⑥ 배추김치(영아:백김치)⑨	새우살굴소스볶음밥⑤⑥⑨⑱ 애호박전국⑨ 청포묵김무침⑤⑥ 깍두기(영아:무절임)⑨	수수밥 채소당면국⑤⑥ 순살간장찜닭⑤⑥⑮ 새콤오이무침⑤⑥ 배추김치(영아:백김치)⑨	흑미밥 건새우된장국⑤⑥⑨ 소고기시금치볶음⑤⑥⑯ 가지나물⑤⑥ 깍두기(영아:무절임)⑨	
오후간식	버터스틱빵①②⑤⑥ &우유②	모둠채소전①⑤⑥	버섯크림파스타②⑥	찐고구마&우유②	잼치즈샌드위치①②⑤⑥	
연장간식	두유⑤	바나나우유②	우유②	바나나우유②	우유②	
야간연장 (19:30)	백미밥 미소장국⑤⑥ 두부채소전①⑤⑥ 진미채조림⑤⑥⑰ 깍두기(영아:무절임)⑨	콩나물밥&양념장⑤⑥ 미역국⑤⑥ 떡갈비조림⑤⑥⑩⑯ 배추김치(영아:백김치)⑨	백미밥 청경채두부국⑤⑥ 닭살채소볶음⑤⑥⑮ 치커리사과무침⑤⑥ 깍두기(영아:무절임)⑨	수수밥 온청포묵국⑤⑥⑨ 돈육애호박조림⑤⑥⑩ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치(영아:백김치)⑨	흑미밥 닭곰탕⑮ 파프리카잡채⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 깍두기(영아:무절임)⑨	
오전간식	30.배	◎ 발행처 : 고양시어린이사회복지급식관리지원센터 영양팀				
이유식 (0~1세)	달걀숙주죽①					
점심	백미밥 달걀팟국①⑤⑥ 생선가스&소스①⑤⑥ 숙주당근무침⑤⑥ 깍두기(영아:무절임)⑨					
오후간식	모닝빵①②⑤⑥ &우유②					
연장간식	두유⑤					
야간연장 (19:30)	숙채비빔밥⑤⑥ 유부된장국⑤⑥ 돈민찌두부조림⑤⑥⑩ 깍두기(영아:무절임)⑨					

쌀	배추김치	콩		육류			수산물	식육 · 수산물 가공품			
밥/죽	배추	두부		쇠고기 국내산	돼지고기	닭고기		훈제오리		참치	
국내산	국내산	국내산		한우	국내산	국내산		오리고기	국내산	다랑어	원양산
누룽지	고춧가루				오리고기			오징어			
국내산	국내산				국내산			오징어	외국산		

가공품	떡갈비		생선가스		돈가스		진미채		치킨너겟	
	쇠고기,돼지고기,닭고기	국내산	대구	국내산	돼지고기	국내산	오징어	외국산	닭고기	국내산

※ 본 식단에 사용된 식재료의 원산지만 표기하였으므로, 이 외에 추가로 사용되는 식재료는 별도로 확인하여 표기 후 제공해 주시기 바랍니다.
※ 메뉴명 옆에 표시된 숫자는 알레르기 유발식품 표시입니다.
①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣
⑬아황산류는 많은 가공식품에 포함되어 있으므로 별도 표시를 하지 않았으니 참고해 주시기 바랍니다.

고양시립마두어린이집