



발행처: 의정부시어린이·사회복지급식관리지원센터
발행일: 2026년 9월 15일
발행팀: 어린이급식1팀
문 의: 031-840-2340

10월 죽식A(만1~2세)

(12개월 이후 사용 가능)

식단의견소통할

2026년 3월 식단부터
식단의견소통할 운영합니다.
보내주시 의견을 모아
식단운영에 참고하겠습니다.

요일	월	화	수	목	금	토
날짜	1	2	3	4	5	6
오전간식	과일(사과)	양배추죽	개천절			
점심	차조밥	백미밥				
오후간식	아욱맑은국⑤⑥	쇠고기미역국⑤⑥⑬				
열량/단백질	닭살채소볶음⑤⑥⑬	불어묵조림⑤⑥				
날짜	7	8	9	10	11	12
오전간식	과일(배)	기장밥	유부맑은국⑤	생선까스&소스①⑤⑥	오이지무침	깍두기⑨
점심	순두부백탕①⑤	간장제육볶음⑤⑥⑬	순살찜닭⑤⑥⑬	애호박볶음⑤⑥	배추김치⑨	미니쌀국수⑬
오후간식	과일(사과)	알갈이죽	과일(배)	기장밥	유부맑은국⑤	생선까스&소스①⑤⑥
열량/단백질	흑미밥	백미밥	과일(배)	기장밥	유부맑은국⑤	생선까스&소스①⑤⑥
날짜	13	14	15	16	17	18
오전간식	과일(사과)	알갈이죽	과일(배)	기장밥	유부맑은국⑤	생선까스&소스①⑤⑥
점심	순두부백탕①⑤	간장제육볶음⑤⑥⑬	순살찜닭⑤⑥⑬	애호박볶음⑤⑥	배추김치⑨	미니쌀국수⑬
오후간식	과일(사과)	알갈이죽	과일(배)	기장밥	유부맑은국⑤	생선까스&소스①⑤⑥
열량/단백질	흑미밥	백미밥	과일(배)	기장밥	유부맑은국⑤	생선까스&소스①⑤⑥
날짜	19	20	21	22	23	24
오전간식	과일(사과)	알갈이죽	과일(배)	기장밥	유부맑은국⑤	생선까스&소스①⑤⑥
점심	순두부백탕①⑤	간장제육볶음⑤⑥⑬	순살찜닭⑤⑥⑬	애호박볶음⑤⑥	배추김치⑨	미니쌀국수⑬
오후간식	과일(사과)	알갈이죽	과일(배)	기장밥	유부맑은국⑤	생선까스&소스①⑤⑥
열량/단백질	흑미밥	백미밥	과일(배)	기장밥	유부맑은국⑤	생선까스&소스①⑤⑥
날짜	25	26	27	28	29	30
오전간식	과일(사과)	알갈이죽	과일(배)	기장밥	유부맑은국⑤	생선까스&소스①⑤⑥
점심	순두부백탕①⑤	간장제육볶음⑤⑥⑬	순살찜닭⑤⑥⑬	애호박볶음⑤⑥	배추김치⑨	미니쌀국수⑬
오후간식	과일(사과)	알갈이죽	과일(배)	기장밥	유부맑은국⑤	생선까스&소스①⑤⑥
열량/단백질	흑미밥	백미밥	과일(배)	기장밥	유부맑은국⑤	생선까스&소스①⑤⑥
날짜	31	1	2	3	4	5
오전간식	과일(사과)	알갈이죽	과일(배)	기장밥	유부맑은국⑤	생선까스&소스①⑤⑥
점심	순두부백탕①⑤	간장제육볶음⑤⑥⑬	순살찜닭⑤⑥⑬	애호박볶음⑤⑥	배추김치⑨	미니쌀국수⑬
오후간식	과일(사과)	알갈이죽	과일(배)	기장밥	유부맑은국⑤	생선까스&소스①⑤⑥
열량/단백질	흑미밥	백미밥	과일(배)	기장밥	유부맑은국⑤	생선까스&소스①⑤⑥

원산지 표시	쌀				콩류				쇠고기		육류			배추김치	
	밥	죽	흑미	현미	잡쌀	두부	연두부	순두부	콩비지	국내산	돼지고기	닭고기	오리고기	배추	고춧가루
	국내산				국내산				국내산			국내산			
	수산물				식육가공품					어육가공품					
	고등어		삼치		돼지떡갈비		등그랑땡		계맛살	어묵	생선까스 (명태)	참치(캔)			
	국내산				국내산&외국산(혼용)					-	-	원양산			
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲갯														
	※아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.														