식단안내사항

만 1-2세

▶ 식단 필수 표기사항 : 열량, 단백질, 알레르기 유발물질 표시 등
▶ (♣메뉴명) : 만 1-2세 대체 메뉴
▶ 선택 메뉴 제공 : 배추김치, 생선, 수산물 등 (대체메뉴)의 경우 선택하여 제공
(+추가 메뉴) 의 경우 선택하여 추가제공
주의 선택 메뉴 제공시 미제공 메뉴는 삭제 후 식단 발행
▶ 제철과일, 채소스틱, 채소주스, 빵의 정확한 메뉴명을 기재하여 사용해 주시기 바랍니다.
예시) 제철과일→사과, 채소스틱→오이스틱, 채소주스→당근사과주스, 빵→소금빵
▶ 어린이 간식 구입 시, 어린이기호식품품질인증 제품 사용을 권장합니다.
▶ 만1-2세 식단은 만 12개월이 지난 영아에 한하여 보호자(학부모) 협의를 통해 제공 가능합니다.

식단 감수 방법 / 견학&생일식단 사용법

<< 원산지 표시 대상 품목 >>

쌀(찹쌀, 현미, 찐쌀, 쌀 가공품 포함)	배추김치(배추김치 가공품 포함)	콩(콩 가공품 포함)
밥, 죽, 누룽지	배추(얼갈이·봄동 배추 포함), 고춧가루	두부류(순두부, 연두부), 콩비지, 콩국수 / 가공두부 제외

육류 (식육, 포장육, 식육가공품 포함)	돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소(유산 양 포함)고기	*식육·포장육·식육가공품 표시사항 확인 <예시> 배합비율 3순위 안에 해당육류 있는 경우 표기 ▶합박스테이크(돼지고기: 국내산, 쇠고기: 호주산) ▶햄(돼지고기: 국내산, 닭고기: 국내산) ※표시사항에 원재료(식재료)가 외국산(00국, 00국, 00국 등)으로 기재되어 있을 경우 외국산으로 표기 가능
	쇠고기 ▶국내산은 육종(한우, 육우, 젖소) 표기 필수◀ ▶수입산은 정확한 나라 명 표기◀	
	*하단 일괄표기는 한 가지 원산지를 사용할 때만 표기 가능(가공품 포함) <예시> 쇠고기: 국내산 한우 *쇠고기 2가지 이상의 원산지 사용 시 메뉴별 각각 표기 <예시> 소고기덧국(쇠고기: 호주산), 소고기당근볶음밥(쇠고기: 국내산 한우)	
수산물 (수산가공품 포함)	고등어, 오징어(진미채), 다랑어(참치, 가쓰오부시), 전복, 명태(황태, 북어 등 건조한 것 제외), 참조기, 갈치, 낙지, 쭈꾸미, 꽃게, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 아귀, 가리비, 우렁쉥이(멍게), 방어, 부세 ※명태(동태, 코다리)의 경우 국내포획이 금지되어 90% 이상이 러시아산입니다. ※참치통조림(다랑어)의 경우 90% 이상이 원양산입니다.	*수산물가공품 표시사항 확인(26.4 개정 반영) 식품유형(3종) 해당 확인 후, 주원료가 표시대상 수산물인 경우 작성 *수산물가공품 원산지 표시대상 식품유형(3종) : ①어육살 ②건포류 ③기타 수산물가공품 *식단표 내 자주 사용하는 식재료(예시) ▶진미채(오징어), 참치캔(가다랑어), 해물동그랑땡(오징어), 가쓰오부시(건가다랑어포), 생선까스(명태)

식단의 출처, 연령 기재

만1-2세는 본 메뉴 삭제 후 ♣대체 메뉴 제공

쇠고기 용도별 구분사용 시 메뉴별 각각 표기

당일 식단의 열량/단백질 표기

삼삼데이 저염메뉴 제공

알레르기 유발 식품 알레르기 번호 표기
*24년 9월 부터 알레르기 표기방법 변경 ①→1



토요일 미운영시 토요일 식단 삭제 가능
*단, 토요일 운영에 관한 서류 보관 필수
(수요조사, 운영위원회 회의록 등)

식단의 (대체)메뉴 미제공 시 삭제

표준레시피 제공

*견학 식단 3종
*생일 식단 5종
별도 제공
(홈페이지 확인)

원산지 법적 의무표시대상 (29가지) 원산지 작성

☎ 영양지원팀
031) 930 - 0070~76

파주시 어린이·사회복지급식관리지원센터

글꼴 : 경기천년제목

발행일 : 2026년 9월 10일
발행처 : 영양지원팀

☞ 만1-2세 간식죽식형

10월 식단표

파주시 어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center
해님꽃 어린이집

일자	※ 10월 제철 식재료 안내	※ 레시피 바로가기	1(목)	2(금) 안녕! 컬러푸드①
오전간식			브로콜리죽	소고기무죽16 (*쇠고기원산지 : 국내산한우)
점심	과일 : 사과, 귤, 배, 석류 채소 : 고구마, 무, 늙은호박 해산물 : 삼치, 고등어, 홍합, 전복, 갈치, 대하		두부카레라이스 2.5.6.12.15.16.18 버섯된장국5.6 사과치즈샐러드2.5.6 백김치9	백미밥 어묵국5.6 돈육고사리볶음5.6.10 애호박나물5.6 백김치9
오후간식	※분홍색 글씨는 식단에 반영된 제철 식재료입니다.		프렌치토스트1.2.6+우유2	찐고구마+우유2
열량/단백질			387/14	395/17
일자	5(월) 개천절 대체휴일	6(화)	7(수)	8(목) 생일잔치	9(금) 한글날
오전간식		두부청경채죽5	모둠채소죽	달걀양파죽1	
점심		백미밥 배추된장국5.6 치즈달걀찜1.2 잔멸치볶음5.6 백김치9	백미밥 감자맑은국5.6 소고기장조림5.6.16 (*쇠고기원산지 : 국내산한우) 숙주나물 백김치9	미역국5.6 소불고기5.6.16 (*쇠고기원산지 : 국내산한우) 오색잡채5.6 백김치9	
오후간식		배	바나나+우유2	케익1.2.5.6+우유2	
열량/단백질		385/13	397/17	419/12	
일자	12(월)	13(화) 삼삼데이	14(수)	15(목)	16(금)
오전간식	소고기채소죽16 (*쇠고기원산지 : 국내산한우)	단호박죽	참깨채소죽	달걀양배추죽1	미역죽
점심	백미밥 감자된장국5.6 채소스크램블에그1.2.5 어묵조림5.6 백김치9	백미밥 미역국5.6 돼지고기수육5.6.10 양배추나물 백김치9	백미밥 아욱된장국5.6 닭살데리야끼조림5.6.15.18 새송이버섯볶음5 백김치9	소고기무밥16(+양념장5.6) (*쇠고기원산지 : 국내산한우) 순두부백탕5.6 김구이 백김치9	백미밥 미소장국5.6 돈육채소볶음5.6.10 파프리카새콤무침 백김치9
오후간식	포도	저당두부들깨우유리조또2.5	사과+우유2	밀크번1.2.6+우유2	찐감자+우유2
열량/단백질	387/12	417/14	391/15	405/14	394/15
일자	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)
오전간식	새우살채소죽9	사과죽	당근죽	두부브로콜리죽5	찹쌀채소죽
점심	백미밥 무챗국5.6 소불고기5.6.16 (*쇠고기원산지 : 국내산한우) 브로콜리참깨마요무침1.5.6 백김치9	백미밥 돈육우거지된장국5.6.10 두부조림5.6 가지볶음5.6 백김치9	백미밥 콩나물국5.6 닭살고구마조림5.6.15 오이나물 백김치9	새우살채소볶음밥5.6.9 들깨된장국5.6 시금치나물5.6 백김치9	백미밥 수제비국5.6 돈육찹스테이크5.6.10.12.16 사과양배추코울슬로1.5 백김치9
오후간식	배	깻잎채소전1.5.6	바나나+우유2	카스테라1.2.6+우유2	찐단호박+우유2
열량/단백질	399/13	384/13	384/13	437/16	389/13
일자	26(월)	27(화) 안녕! 컬러푸드②	28(수)	29(목)	30(금)
오전간식	치즈죽2	모둠버섯죽	배추채소죽	닭살무죽15	연근채소죽
점심	백미밥 미역장국5.6 간장찜닭5.6.15 무나물 백김치9	백미밥 애호박새우젓국9 떡갈비5.6.10.16 고사리숙주나물 백김치9	백미밥 시금치된장국5.6 마파두부5.6 연근조림5.6 백김치9	돈육짜장밥 2.5.6.10.15.16 채소당면국5.6 모둠버섯볶음5.6 백김치9	백미밥 갈비탕5.6.16 (*쇠고기원산지 : 국내산한우) 연두부찜5(+양념장5.6) 배추된장나물5.6 백김치9
오후간식	포도	잔치국수5.6	배+우유2	치즈케이크1.2.6+우유2	찐고구마+우유2
열량/단백질	384/13	385/13	407/14	404/14	415/15

안녕! 컬러푸드 [10월 갈색 고사리] 신메뉴 : 돈육고사리볶음
고사리는 식이섬유가 풍부해 소화를 돕고, 칼슘이 풍부해 뼈 건강에 도움을 줍니다.
→ 컬러푸드 식재료 월2회 반영으로 친숙도 높이기
①10월2일: 돈육고사리볶음 ②10월27일: 고사리숙주나물

삼삼데이 : [10월 13일] 저염 신메뉴 : 두부들깨우유리조또
건강한 식습관 형성을 위한 『저염의 날』- 점심 저염 메뉴 제공
→ 매월 3이 들어가는 날(3일, 13일 등) 중 하루를 저염의 날로 운영(휴일 제외)

◆ 본 메뉴 우측 또는 하단 (메뉴) : 대체가 가능한 메뉴
(+메뉴) : 선택하여 추가 제공이 가능한 메뉴
◆ (메뉴) : 만 1-2세 대체 메뉴
◆ 수산물 대체 메뉴: 선택하여 사용 가능(미 제공 메뉴 삭제 후 식단을 발행)

※ 10월 식단 감수 신청 기간은 9월 17일~25일입니다.

※ 빵, 주스류 제공시 당 함량이 적은 간식으로 제공 ※ 빵, 찐고구마 등의 간식은 작게 토막 내고, 마르지 않은 상태로 마실 것과 함께 제공 ※ 김치류(배추김치, 깍두기 등)는 잘게 잘라 맵지 않게 제공

원산지 표시 (당월사용 식재료 표기필수)	쌀, 찹쌀, 현미, 흑미		배추김치		콩 (두부, 순두부, 연두부, 콩비지, 콩국수)			수산물				
	밥	죽	배추	고춧가루	두부	순두부	연두부	잔멸치	새우살			
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	베트남산			
	*쇠고기 국내산은 한우,육우,젖소 표기 필수		돼지고기	닭고기	오리고기	식육가공품/수산가공품	식재료명 (육류,수산물명) (소·돼지·닭·오징어 등)	떡갈비(27일)				
	국내산 한우		국내산	국내산	—			소고기:국내산 돼지고기:국내산				
알레르기 유발물질	1난류 2우유 및 유제품 3메밀 4땅콩 5대두 6밀 7고등어 8게 9새우 10돼지고기 11복숭아 12토마토 13아황산류 14호두 15닭고기 16소고기 17오징어 18조개류(굴, 전복, 홍합) 19잣 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제, 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다. ※ 카레가루, 하이라이스가루, 짜장가루는 우유, 토마토, 닭고기, 소고기 등이 포함된 기준으로 알레르기 번호를 표기하였습니다.											

※ 안내되는 다음 달 식단표의 원산지는 수급 상황에 따라 달라질 수 있으며, 변경되는 즉시 재 안내를 해드리도록 하겠습니다.

user 2026/05/14 16:57
일반두부, 순두부, 연두부 모두 동일한 원산지인 경우에는
두부: 00산으로 표기 가능

모두 원산지가 다른 경우에는 각각 표기

owner 2026/05/14 16:57
☐ 하단 일괄표기는 한가지 원산지만 표기 가능
쇠고기 : 국내산 한우

☐ 쇠고기 용도별 구분사용 시 메뉴별 각각 표기
소고기(뭇국(*쇠고기: 호주산)
소고기(당근볶음밥(*쇠고기: 국내산 한우)
★국내산은 (한우, 육우, 젖소) 육종표기 필수★

TG 2026/05/14 16:57
☐ 식육·수산가공품 원산지표기 해당 식재료
*식육가공품(예시)
햄부스테이크/동그랑땡/햄/소시지/돈까스/베이컨/너비아니/치킨너겟/치킨까스 등

*수산물가공품(예시)
진미채/참치캔/가쓰오부시(건가다랑어포)/해물동그랑땡/생선까스 등

☐ 작성방법(예시)
햄 (돼지고기: 국내산, 닭고기: 국내산)
햄부스테이크 (돼지고기: 국내산, 쇠고기: 호주산)
해물동그랑땡 (오징어: 외국산)
진미채 (오징어: 페루산)

☐식육·수산가공품은 식단표에 제공되는 메뉴만 원산지 표시란에 작성되어있습니다. 추가로 제공되는 식육·수산가공품은 별도 작성해주시기 바랍니다.