2026 년 11 삼성전자 4 어린이집 식단표

★식품알레르기 포함 메뉴 안내 (초록색 : 대체식품 O, 분홍색 대체식품 X)

	일자/요일	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)
첫째주	오전간식	누룽지죽 석박지/배	오징어국밥⑤⑥⑰ (오징어:국내산) 배추김치/샤인머스캣(공급)	곤드레섞음밥⑤⑥ 총각김치	참치야채죽⑤ (참치/다랑어:원양산) 배추김치/사과	파프리카섞음밥⑤⑥ 배추김치
	점심	쌀밥 애호박맑은국 돈육버섯불고기⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 감자채볶음⑤ 오이생채 배추김치	수수밥 부추장국⑤⑥ 훈제오리볶음⑤⑥⑯ (오리고기:국내산) 양념깻잎지⑤⑥ 숙주나물 열무김치	쌀밥 소고기미역국⑤⑥⑯ (소고기/육우:국내산) 비엔나메추리알조림 ①⑤⑩⑫⑯ (돼지고기:국내산) 매실청무생채 근대나물 배추김치	쌀밥 두부된장국⑤⑥ (두부(콩):국내산) 닭갈비⑤⑥⑮ (닭고기:국내산) 사각어묵볶음⑤⑥ 청경채나물 석박지	기장밥 돈육들깨탕⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 코다리무조림⑤⑥ (명태:러시아산) 연근조림⑤⑥ 브로컬리숙회 열무김치
	오후간식	김말이튀김⑤⑥⑯ 우유	찐고구마 우유	잔치국수⑤⑥ 우유	양배추치즈전②⑤⑥ 우유	밀크요팡빵①②⑤⑥⑯ 우유
	열량/단백질/칼슘	732.9/27.0/229.7	794.4/31.5/304.8	808.8/28.0/325.2	818.8/42.4/443.7	905.1/35.4/294.4
	추가간식	마시는요구르트(1 세:우유)	마시는요구르트	떠먹는요구르트(1 세:우유)	마시는요구르트	마시는요구르트(1 세:우유)
	저녁대용식	크래미섞음밥①⑤⑥⑧⑨⑫ 배추김치	카레라이스⑤⑥⑫⑮⑯⑱(1) (쇠고기/육우:국내산) 열무김치	대구살국밥/배추김치	삼겹살김치섞음밥⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 석박지	오므라이스①⑤⑥/열무김치
둘째주	일자/요일	9(월)	10(화)	11(수) *잔반없는날*	12(목)	13(금)
	오전간식	양파스프②⑤⑥⑮⑯ 크로와상①②⑤⑥	새우살죽⑤⑥⑨ 깍두기/바나나	뿌리채소섞음밥⑤⑥ 총각김치	만둣국밥②⑤⑥⑩⑯(1) 열무김치	멸치섞음밥⑤ 석박지/토마토⑫
	점심	찹쌀밥 유부된장국⑤⑥ 돈육두루치기⑤⑥⑨⑩ (돼지고기:국내산) 꽃맛살볶음①⑤⑥⑧ 시금치나물 총각김치	쌀밥 한방닭곰탕⑮ (닭고기:국내산) 두부조림⑤⑥ (두부(콩):국내산) 명엽채조림⑤⑥ 배추나물 석박지	나물비빔밥⑤⑥ 팽이버섯국⑤⑥ 한돈육전①⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 구이김 감귤주스 배추김치	흑미밥 아욱된장국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑯ (소고기/육우:국내산) 청포묵무침⑤⑥ 미역줄기볶음⑤⑥ 총각김치	쌀밥 감자부추국 돈육쭈꾸미볶음⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산, 쭈꾸미:베트남산) 쌈무⑬ 느타리버섯볶음⑤ 배추겉절이
	오후간식	잡채⑤⑥ 우유/배(공급)	고로케②⑤⑥⑩ 우유	볶음우동⑤⑥⑱ 우유	단호박찜 우유/배(공급)	후레쉬번①②⑤⑥ 우유
	열량/단백질/칼슘	910.1/40.7/290.9	908.6/36.1/336.6	839.6/29.4/340.5	770.5/33.0/373.4	801.0/31.0/260.8
	추가간식	마시는요구르트(1 세:우유)	마시는요구르트	떠먹는요구르트(1 세:우유)	마시는요구르트	마시는요구르트(1 세:우유)
	저녁대용식	떡갈비섞음밥⑩/총각김치 (돼지고기:국내산)	소고기무국밥⑤⑥⑯ (소고기/육우:국내산)/석박지	류산슬덮밥⑤⑥⑨/배추김치 파인애플	닭살숙주섞음밥⑮ (닭고기:국내산)/총각김치	어묵국밥⑤⑥ 배추김치
셋째주	일자/요일	16(월)	17(화)	18(수)잔반없는날	19(목)	20(금)
	오전간식	누룽지죽 깍두기/파인애플	소고기섞음밥⑤⑥⑯ (소고기/육우:국내산) 석박지/샤인머스캣(공급)	시래기된장죽⑤⑥ 깍두기	콩나물국밥⑤ 배추김치	김치치즈섞음밥②⑤⑥⑨ 귤
	점심	쌀밥 열무된장국⑤⑥ 닭살야채볶음⑤⑥⑮ (닭고기:국내산) 고구마조림⑤⑥ 깻잎순나물⑤⑥ 총각김치	차조밥 쑥갓게살국⑤⑥⑧ 제육볶음⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 들깨무나물 상추겉절이⑤⑥ 배추김치	쌀밥 갈비탕⑤⑥⑯ (소고기/육우:국내산) 스크램블에그①⑤ 양배추굴소스볶음⑤⑥⑱ 오이참깨무침 열무김치	기장밥 청국장찌개⑤⑨ (두부(콩):국내산) 가자미구이⑤⑥ 우엉채조림⑤⑥ 취나물무침 석박지	쌀밥 어묵국⑤⑥ 돈사태장조림⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 파래자반 실곤약무침 열무김치
	오후간식	부추전⑤⑥ 우유	한입핫도그①②⑤⑥⑩⑯ 우유	모듬과일 (오렌지,바나나,배) 우유	짜장면②⑤⑥⑩⑮⑯ 우유	카스텔라①②⑤⑥ 우유
	열량/단백질/칼슘	759.8/31.4/328.9	823.6/33.8/280.8	734.4/28.3/257.2	958.8/35.9/367.4	877.8/36.8/311.1
	추가간식	마시는요구르트(1 세:우유)	마시는요구르트	떠먹는요구르트(1 세:우유)	마시는요구르트	마시는요구르트(1 세:우유)
	저녁대용식	돈개장국밥⑩/총각김치 (돼지고기:국내산)	두부브로컬리간장덮밥⑤⑥⑱ (두부/콩:국내산)/배추김치	버터갈릭양송이섞음밥②(1) 열무김치	치킨까스덮밥⑤⑥⑮/배추김치 (닭고기:국내산)/파인애플	새우살아욱국밥⑤⑥⑨ 열무김치
넷째주	일자/요일	23(월)	24(화)	25(수) *국없는날*	26(목)	27(금)
	오전간식	양송이스프②⑤⑥⑯ 조각식빵②⑤⑥	유부섞음밥⑤⑥ 배추김치/사과	닭무국밥⑮(닭고기:국내산) 배추김치	크래미섞음밥①⑤⑥⑧⑫ 깍두기	단호박죽 백김치
	점심	쌀밥 파송송계란국①⑤⑥ 몽골리안비프⑤⑥⑯⑱ (소고기/육우:국내산) 가지볶음⑤⑥ 컬리플라워무침⑤⑥ 깍두기	보리밥(2) 근대된장국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ (돼지고기:국내산) 크랜베리멸치볶음⑤ 삼색초무침⑤ 열무김치	하이라이스 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ (소고기/육우:국내산) 새우링튀김①⑤⑥⑨ 올방개묵무침⑤⑥ 샤인머스캣주스 석박지	찹쌀밥 미역국⑤⑥ 마파두부⑤⑥⑱ (두부(콩):국내산) 새송이버섯볶음⑤ 참나물무침 총각김치	쌀밥 시금치된장국⑤⑥ 바비큐폭찹⑤⑩⑫⑬ (돼지고기:국내산) 진미채조림⑤⑥⑰ (오징어:페루산) 열무나물 배추겉절이
	오후간식	찐감자 슬라이스치즈/우유/배(공급)	베이컨크림수제비②⑤⑥⑩⑮ (베이컨/돼지고기:외국산) 우유	교자만두찜⑤⑥⑩⑯⑱ 우유	호빵②⑤⑥ 우유	우리쌀시리얼⑤ 우유/파인애플
	열량/단백질/칼슘	811.6/30.7/356.5	947.8/38.7/364.9	883.6/35.6/236.1	738.6/24.4/298.9	755.3/36.5/283.6
	추가간식	마시는요구르트(1 세:우유)	마시는요구르트	떠먹는요구르트(1 세:우유)	마시는요구르트	마시는요구르트(1 세:우유)
	저녁대용식	참치마요덮밥①/깍두기/오렌지 (다랑어:원양산)	표고오징어국밥⑰/열무김치 (오징어:국내산)	소고기깍두기섞음밥⑯(소고기/ 육우:국내산)/배추김치/바나나	돈육부추잡채덮밥⑩/총각김치 (돼지고기:국내산)/귤	파래자반섞음밥⑤⑥ 배추김치
다섯째주	일자/요일	30(월)				
	오전간식	누룽지죽 깍두기⑨/귤				
	점심	쌀밥 소고기무국⑤⑥⑯ (소고기/육우:국내산) 삼치조림⑤⑥ 다시마튀각 애호박볶음⑤ 배추김치⑨				
	오후간식	비빔국수⑤⑥ 우유②				
	열량/단백질/칼슘	767.2/31.6/276.1				
	추가간식	마시는요구르트(1 세:우유)				
	저녁대용식	스크램블섞음밥①⑤⑥ 배추김치				

♥ 식단의 특정식품 알레르기가 있는 아동은 사전에 담임교사와 영양사에게 알려주시기 바랍니다. 〈 알레르기유발식품은 음식명 옆에 번호로 표시됩니다. 〉
【 알레르기 유발식품 19 가지 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 홍합, 전복 포함) ⑲잣 ⑳오리고기 (1)마늘 (2)보리 (3)아몬드 】
♥ 양념, 김치류, 유제품류 알레르기 : 간장/⑤⑥⑨ 된장/⑤ 김치류/⑤⑥⑨(1) 우유,유제품/②
♥ 대체식은 비슷한 식품군류로 제공됩니다. (대체식 : 두부/콩:국내산, 김가루 등)

♥ 어린이집에서는 「쌀(밥, 죽, 누룽지 포함):국내산」, 「현미, 흑미, 찹쌀(찹쌀가루):국내산」, 「배추김치(배추:국내산, 고춧가루:국내산 / 배추김치로 조리한 반찬, 찌개, 탕, 국 및 겉절이, 백김치 포함):국내산」을 사용합니다.
♥ 열량표시는 오전간식, 점심, 오후간식만 포함되어 있습니다. ♥ 영아반은 김치류 제공 시 백김치로 대체/ 소스류는 제공되지 않습니다.
♥ 삼성어린이집에서는 건강한 식생활을 위하여 저당식과 저염식(국 염도 0.5 % 이하, 월 1 회 국 없는 날)을 실시하고 있습니다.
♥ 삼성어린이집에서는 ESG 를 실천하고자 잔반 없는 날, 국 없는 날을 운영하고 있습니다.
♥ 위 식단은 직장 삼성어린이집 공동식단이며, 식단 및 원산지는 식자재 수급 현황에 따라 변동이 생길 수 있습니다.