

2026년 10월 영양식단 만 1~2세(13~35개월)



성남시
어린이·사회복지식관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

영양팀

1주차		※안내사항※			1(목)	2(금)	
오전간식	* 성남시 어린이 급식관리 지원센터 식단을 참고하여 작성하였습니다. * 우유는 유기농 우유 로 제공됩니다.					당근크림스프2,6	신선과일(사과)
점심	* 돼지고기의 경우 우리 원에서는 동물복지인증 마크가 표기되어 있는 것으로만 주문 합니다. (동물복지인증) 마크 는 기본적으로 무항생제 제품에 스트레스를 받지 않은 동물사육시에만 받을 수 있습니다.					기장밥 모듬버섯국5,6 오리고기양파볶음5,6 새콤무생채 백김치9	백미밥 쇠고기배춧국5,6,16 삼치구이5,6 연근조림5,6 백각두기9
오후간식	* 26년도 3월~27년도 2월 매주 수요일 오전간식은 “경기도 어린이 간식과일” 이 제공될 예정이나, 감염 병 등 외부상황에 따라 공급이 중단되거나 연기될 수 있습니다. 이 경우 원 자체 주문하여 준비됩니다.					김가루주먹밥,동굴레차	찐고구마,우유2
열량/단백질	* 식품알레르기 유발물질은 원에서 사용하는 재료에 따라 달라질 수 있으니 표시 사항을 꼭 확인 해주세요.					505/15	471/21
원산지 표기						두부(콩):국내산 오리고기:무항생제 국내산	● 쇠고기:황한우 국내산1등급 또는 무항생제 한우 국내산1등급
2주차		5(월)	6(화)	7(수)	8(목)	9(금) 한글날	
오전간식	대체공휴일 		고구마우유죽2	경기도과일 (샤인머스켓)	참치채소죽		
점심		차조밥 순살동태맑은국5,6 달걀파프리카볶음5,15 숙주나물 백김치9	돼지고기하이라이스 2,5,6,10,12,15,16,18 달걀부추국1 오이나물5 백김치9 신선과일(바나나)	수수밥 얼갈이된장국5,6 고등어구이5,6,7 유자청양상추무침5,6 백각두기9			
오후간식		유부초밥5,6	토마토소스스파게티 2,5,6,12,15,16,18	찐단호박,우유2			
열량/단백질		480/21	465/17	454/20			
원산지 표기		동태:러시아 두부(콩):국내산 달고기:국내산 무항생제 1등급	돼지고기:국내산1등급(동물복지인증)	참치(다랑어):태평양, 원양산 두부(콩):국내산 고등어:국내산			
3주차		12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금)	
오전간식	신선과일(사과)	양파크림스프2,6	경기도과일 (샤인머스켓)	게살당근죽8	미숫가루5,6,우유2		
점심	백미밥 북어채국5,6 오리주물럭5,6 고사리나물5,6 백김치9	기장밥 유부콩나물국5,6 돼지고기수육5,6,10 새콤무생채 백김치9	백미밥 바지락살된장국5,6,18 치킨가스&소스1,5,6,15 그린샐러드5,6 백각두기9	흑미밥 연두부국5,6 쇠고기참스테이크5,6,12,16 상추무침5,6 백각두기9	백미밥 물만둣국1,2,5,6,10,15,16,18 삼치구이5,6 시금치나물 백김치9		
오후간식	빵(우유식빵2,5,6&잼),우유2	채소전1,5,6	간장비빔국수5,6	달걀스크램블1,2,5,우유2	찐감자,보리차		
열량/단백질	469/18	504/15	473/22	487/23	465/21		
원산지 표기	오리고기:무항생제 국내산	돼지고기:국내산1등급(동물복지인증)	두부(콩):국내산 달고기(치킨가스):국내산	연두부(콩):국내산 ● 쇠고기:황한우 국내산1등급 또는 무항생제 한우 국내산1등급			
4주차		19(월)	20(화)	21(수)	22(목) ♥생일식단♥	23(금)	
오전간식	신선과일(단감)	달걀양파죽15	경기도과일 (배)	연두부죽5	신선과일(멜론)		
점심	백미밥 어묵국5,6 쇠고기당면볶음5,6,16 시금치나물 백김치9	수수밥 게살무채국8 돼지고기짜장볶음 2,5,6,10,15,16 매실청양상추무침5,6 백김치9	쇠고기연근볶음밥5,6,16 들깨미역국5,6 새우살파프리카무침9 백김치9 신선과일(사과)	백미밥 새우살미역국5,6,9 미니돈가스&소스 1,5,6,10,12,16 파프리카무침5,6 백김치9	백미밥 조갯살양파국18 돼지고기당근볶음5,6,10 도토리묵오이무침5,6 백김치9		
오후간식	빵(모닝빵1,2,5,6&잼),우유2	치즈스틱1,2,5,6,당근주스	찐만두1,2,5,6,10,15,16,18	케이크1,2,5,6,우유2	찐고구마,우유2		
열량/단백질	455/19	476/24	503/22	514/22	455/17		
원산지 표기	● 쇠고기:황한우 국내산1등급 또는 무항생제 한우 국내산1등급	달고기:국내산 무항생제 1등급 돼지고기:국내산1등급(동물복지인증)	● 쇠고기:황한우 국내산1등급 또는 무항생제 한우 국내산1등급	연두부(콩):국내산 돼지고기(미니 돈가스):국내산	돼지고기:국내산1등급(동물복지인증) 두부(콩):국내산		
5주차		26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)	
오전간식	신선과일(바나나)	양송이크림스프&크루통2,5,6	경기도과일 (샤인머스켓)	고구마우유죽2	신선과일(배)		
점심	 신나는 가을소풍 (가정에서 도시락으로 준비해주세요~!!)	흑미밥 감자국 고등어구이5,6,7 상추무침5,6 백각두기9	백미밥 순두부호박국5,6 돼지고기사태찜5,6,10 청경채나물 백각두기9	기장밥 아욱된장국5,6 데리야끼달걀구이5,6,15 게살파프리카무침1,5,6,8 백각두기9	백미밥 새우살묵국5,6,9 탕수육&소스5,6,10 시래기나물5,6 백김치9		
오후간식	빵(우유카스텔라1,2,5,6),우유2	미니우동5,6	양배추달걀전1,5,6	잔멸치주먹밥5,6,보리차	찐감자,우유2		
열량/단백질	465/20	510/19	464/20	506/20	443/20		
원산지 표기		고등어:국내산 두부(콩):국내산	순두부(콩):국내산 돼지고기:국내산1등급(동물복지인증)	달고기:국내산 무항생제 1등급 두부(콩):국내산	돼지고기(탕수육):국내산		
원산지 표기	쌀(밥,죽,누룽지,흑미,찹쌀)	김치			※ 소고기(황한우) 국내산 1등급 또는 무항생제 한우 국내산 1등급, 돼지고기 (동물복지인증-국내산 무항생제 1등급), 두부 (콩: 국내산), 달고기 (국내산 무항생제 1등급) 기준 ※ 위 식단은 어린이집의 식자재 수급 상황에 따라 같은 식품군으로 변경될 수 있습니다. ※ 10월 제철 식품★: 버섯, 사과, 홍합, 무 등 ※ 알레르기 유발식품: ①난류,②우유,③메밀,④땅콩,⑤대두,⑥밀,⑦고등어,⑧게,⑨새우,⑩돼지고기,⑪복숭아,⑫토마토,⑬아황산류,⑭호두,⑮달고기,⑯소고기,⑰오징어,⑱조개류(굴,전복,홍합포함),⑳쫄면		
	배추	고춧가루	소금(원장)				
	국내산	국내산	국내산	국내산			

* 만0세 이유식이 지난 영아는 만1-2세 식단으로 제공됩니다.
* "2026년도 보육수요조사 및 어린이집 조합 이사진 회의에서 토요일 신청 원아가 없음을 확인하여 월~금까지만 식단표가 준비됩니다.



위례 반디 협동 어린이집