

2026년 10월 굴렁쇠 식단											
요일	월			화		수		목		금	
날짜								1일		2일	
오전								유아치즈,당근주스		신선과일(사과)	
점심								분당지역 연합마라톤		백미밥 가자미조림 쇠고기배추찜 연근조림 깍두기	
오후										빵(틀케이크),채소주스	
날짜	5일			6일		7일		8일(이시은 생일)		9일	
오전	대체휴일			씨리얼,우유		마시는요거트		미숫가루,우유		한글날	
점심				차조밥 닭살야채볶음 잔멸치볶음 숙주나물 배추김치		돼지고기카레라이스 부추달걀말이 들깨무나물 배추김치 신선과일(배)		수수밥 쇠고기미역국 고등어조림 토마토오이무침 깍두기			
오후				유부초밥		토마토소스스파게티		떡(수수경단),어린이 쌀과자,우유			
날짜	12일			13일		14일		15일		16일	
오전	신선과일(사과)			씨리얼,우유		유아치즈,채소주스		과일요거트범벅		미숫가루,우유	
점심	백미밥 오리주물럭 복어채간장조림 고사리나물 배추김치			기장밥 돼지고기수육 유부콩나물무침 새콤무생채 배추김치		백미밥 바지락살된장국 닭살허브구이 그린샐러드 깍두기		흑미밥 쇠고기참스테이크 연두부&양념장 상추무침 깍두기		백미밥 삼치조림 찐만두 시금치나물 배추김치	
오후	과일요거트범벅			채소전		간장비빔국수		달걀스크램블,통굴레차		잔기지떡,매실차	
날짜	19일			20일		21일		22일		23일	
오전	유아치즈,당근주스			마시는요거트		미숫가루,우유		씨리얼,우유		신선과일(멜론)	
점심	백미밥 맑은쇠고기육개장 채소달걀말이 김구이 배추김치			수수밥 돼지고기짜장볶음 잔멸치볶음 매실청양상추무침 배추김치		쇠고기연근볶음밥 새우살파프리카무침 들깨미역무침 배추김치 신선과일(사과)		차조밥 동태전 배추된장무침 모듬버섯볶음 깍두기		백미밥 돼지고기당근볶음 조갯살양파전 도토리묵오이무침 배추김치	
오후	신선과일(토마토),미숫가루,우유			치즈스틱,당근주스		찐만두,통굴레차		(온)메밀국수		찐(군)고구마,우유	
날짜	26일			27일		28일		29일(안지안 생일)		30일	
오전	씨리얼,우유			미숫가루,우유		과일요거트범벅		유아치즈,당근주스		신선과일(배)	
점심	백미밥 쇠고기당면볶음 어묵채소조림 시금치나물 배추김치			흑미밥 고등어조림 감자간장조림 상추무침 깍두기		백미밥 돼지고기사태찜 애호박볶음 청경채나물 배추김치		기장밥 쇠고기미역국 데리야끼닭살구이 파래무침 깍두기		백미밥 오징어묵국 돼지고기완자탕수&소스 시래기나물 배추김치	
오후	미니우동			삶은달걀(완숙),매실차		양배추달걀전		떡(수수경단),어린이 쌀과자,우유		찐(군)감자,우유	
원산지표시											
채소류			곡류				콩류		식육/어육 가공품		
고춧가루	배추	백쌀	기장	차조	흑미	수수	두부	된장	어묵	게맛살	
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	베트남	미국	
쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물							
				고등어	삼치	오징어	동태포				
국내산한우	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	미국산				
* 위 식단은 생산지의 출하 또는 행사에 따라 다소 변경될 수 있습니다.											
* 오전 간식은 전일 메뉴에 따라 변경될 수 있습니다.											
* 김치는 기본 반찬으로 제공됩니다.											
* 국은 일주일에 한 번씩 들어갈 수 있도록 구성되었습니다.											
* 위 식단은 성남시어린이급식관리지원센터의 감수를 받아 작성되었습니다.											