

판교세븐벤처밸리 어린이집 영아(만1세~2세) 식단

[2026년 10월]

성남시 어린이급식관리지원센터 영양팀

1주차			1(목)		2(금)	3(토) 개천절
오전간식			♥생일식단♥	당근크림스프2,6	연두부죽5	개천절 
점심			10월 14일 (누리반) 10월 21일 (자람반,누리반)	기장밥 모듬버섯국5,6 오리고기양파볶음5,6 새콤무생채 안매운배추김치9,12	백미밥 쇠고기배춧국5,6,16 가자미구이5,6 연근조림5,6 안매운깍두기9,12	
오후간식			케이크	김가루주먹밥 잔치국수5,6	찐(군)고구마,달걀채소볶음밥1,5,6,우유2	
열량/단백질				638/19	633/25	
원산지 표기				오리고기: 국내산	연두부(콩):국내산 ● 쇠고기:호주산(우육)	
2주차	5(월) 대체휴일	6(화)	7(수)	8(목)	9(금) 한글날	10(토)
오전간식	콩나물죽5	고구마우유죽2	김가루치즈죽2	참치채소죽		누룽지죽,우유2
점심	백미밥 어묵국5,6 쇠고기장조림5,6,16 브로콜리깨소스무침1,5 안매운배추김치9,12	차조밥 순살동태맑은국5,6 닭살파프리카볶음5,15 숙주나물 안매운배추김치9,12	돼지고기하이라이스 2,5,6,10,12,15,16,18 달걀부추국1 오이나물5 안매운배추김치9,12 신선과일(바나나)	수수밥 얼갈이된장국5,6 고등어구이5,6,7 유자청양상추무침5,6 안매운깍두기9,12	한글날 	백미밥 두부새우젓국5,9 돼지불고기5,6,10 감자당근조림5,6 안매운배추김치9,12
오후간식	빵(치즈빵1,2,5,6,16),우유2	유부초밥5,6,미니우동5,6	토마토소스스파게티 2,5,6,12,15,16,18,모닝빵1,2,5,6	찐(군)단호박,우유2, 잔멸치주먹밥5,6		삶은(구운)달걀1,등굴레차
열량/단백질	528/23	541/24	579/20	556/22		438/22
원산지 표기	● 쇠고기:호주산(우육)	동태:러시아산 닭고기:국내산	돼지고기:국내산	참치(다랑어):원양산 고등어:국내산	두부(콩):국내산 돼지고기:국내산	
3주차	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금)	17(토)
오전간식	참쌀채소죽	경기도과일(샤인머스켓) 양파크림스프2,6	브로콜리우유죽2	경기도과일(샤인머스켓) 게살당근죽8	버섯죽	누룽지죽,마시는요거트2
점심	백미밥 복어채국5,6 오리주물럭5,6 고사리나물5,6 안매운배추김치9,12	기장밥 유부콩나물국5,6 돼지고기수육5,6,10 새콤무생채 안매운배추김치9,12	백미밥 바지락살된장국5,6,18 치킨가스&소스1,5,6,15 그린샐러드5,6 안매운깍두기9,12	흑미밥 연두부국5,6 쇠고기참스테이크5,6,12,16 상추무침5,6 안매운깍두기9,12	백미밥 물만둣국1,2,5,6,10,15,16,18 삼치구이5,6 시금치나물 안매운배추김치9,12	참치양배추덮밥5,6 시래기된장국5,6 닭다리살채소볶음5,6,15 안매운깍두기9,12
오후간식	빵(달걀샌드위치,1,2,5,6) 우유2,바나나	채소전덮밥1,5,6 떠먹는요거트2	(온)메밀국수3,5,6, 고기찜뽕5,6,10,16,18	달걀간장밥1,5,6,우유2	찐(군)감자,우유2, 버섯볶음밥5,6	빵(핑거버레드1,2,5,6),보리차
열량/단백질	582/21	731/23	564/25	578/23	615/23	495/20
원산지 표기	오리고기:국내산	돼지고기:국내산	닭고기:국내산	연두부(콩):국내산 ● 쇠고기:호주산(우육)		참치(다랑어):원양산 닭고기:국내산
4주차	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)
오전간식	단호박죽	경기도과일(배) 닭살양파죽15	오트밀우유죽2	달걀치즈죽1,2	잔멸치채소죽	누룽지죽,떠먹는요거트2
점심	백미밥 맑은쇠고기육개장5,6,16 채소달걀말이1,5 김구이5 안매운배추김치9,12	수수밥 게살무채국8 돼지고기짜장볶음 2,5,6,10,15,16 매실청양상추무침5,6 백안매운배추김치9,12	쇠고기연근볶음밥5,6,16 들깨미역국5,6 새우살파프리카무침9 안매운배추김치9,12 신선과일(사과)	차조밥 배추된장국5,6 임연소조림5,6 브로콜리버섯볶음5 안매운깍두기9,12	백미밥 조갯살양파국18 돼지고기당근볶음5,6,10 도토리묵오이무침5,6 안매운배추김치9,12	백미밥 청경채유부국5,6 달콤간장닭살조림5,6,15 숙주나물 안매운깍두기9,12
오후간식	빵(우유카스텔라1,2,5,6) 우유2,단호박밥1,5	감자야채고로케5,6 쌀국수5,6	만둣국1,2,5,6,10,15,16,18 백미밥	미니수제비5,6 백미밥	찐(군)고구마,검은깨주먹밥, 떠먹는요거트2	빵(채소찜빵5,6,10,16,18), 우유2
열량/단백질	530/21	533/25	680/28	649/26	610/22	498/23
원산지 표기	● 쇠고기:호주산(우육)	닭고기:국내산 돼지고기:국내산	● 쇠고기:호주산(우육)		돼지고기:국내산	닭고기:국내산
5주차	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)	31(토)
오전간식	근대된장죽5,6	경기도과일(샤인머스켓) 양송이크림스프&크루통2,5,6	쇠고기치즈죽2,5,6,16	고구마우유죽2	흑임자죽	누룽지죽
점심	백미밥 어묵국5,6 쇠고기당면볶음5,6,16 시금치나물 안매운배추김치9,12	흑미밥 감자국 고등어구이5,6,7 상추무침5,6 안매운깍두기9,12	백미밥 순두부호박국5,6 돼지고기사태찜5,6,10 청경채나물 안매운깍두기9,12	기장밥 아욱된장국5,6 데리야끼닭살구이5,6,15 게살파프리카무침1,5,6,8 안매운깍두기9,12	백미밥 새우살못국5,6,9 탕수육&소스5,6,10 시래기나물5,6 안매운배추김치9,12	쇠고기마파두부덮밥 5,6,16,18 달걀부추국1 그린샐러드5,6 안매운깍두기9,12
오후간식	토마토소스리조또2,5,6,12,15, 16,18,우유2	미니우동5,6,, 치즈스틱1,2,5,6	양배추달걀전덮밥1,5,6, 우유2	콩나물밥&양념간장5,6, 치킨너겟5,6,15 ,마시는요거트2	찐(군)감자,, 채소볶음밥5,6,,우유2	씨리얼5,6,우유2
열량/단백질	546/20	600/24	721/28	769/30	608/24	467/16
원산지 표기	● 쇠고기:호주산(우육)	고등어:국내산 가다랑어:원양산	● 쇠고기:호주산(우육) 순두부(콩):국내산 돼지고기:국내산	닭고기:국내산	돼지고기:국내산	● 쇠고기:호주산(우육) 두부(콩):국내산
원산지 표기	쌀(밥,죽,누룽지,흑미,참쌀)	김치		①난류,②우유,③메밀,④땅콩,⑤대두,⑥밀,⑦고등어,⑧게,⑨새우,⑩돼지고기,⑪복숭아,⑫토마토,⑬아황산류,⑭호두,⑮닭고기,⑯쇠고기,⑰오징어,⑱조개류(굴,전복,홍합포함),⑳자 ▶⑬아황산류는 식품 제조 및 가공 시에 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있어, 별도 표시하지 않았으니 참고하여주시기 바랍니다.	국내산	국내산
		배추	소금(권장)			

판교세븐벤처밸리 어린이집 유아(만3세~5세) 식단

[2026년 10월]

성남시 어린이급식관리지원센터 영양팀

1주차			1(목)		2(금)	3(토) 개천절
오전간식			♥생일식단♥	당근크림스프2,6	연두부죽5	개천절 
점심			10월 14일 (누리반) 10월 21일 (자람반,누리반)	기장밥 모듬버섯국5,6 오리고기양파볶음5,6 새콤무생채 안매운배추김치9,12	백미밥 쇠고기배춧국5,6,16 가자미구이5,6 연근조림5,6 안매운깍두기9,12	
오후간식			케이크	김가루주먹밥 잔치국수5,6	찐(군)고구마,달걀채소볶음밥1,5,6,우유2	
열량/단백질				838/26	847/24	
원산지 표기				오리고기: 국내산	연두부(콩):국내산 ● 쇠고기:호주산(우육)	
2주차	5(월) 대체휴일	6(화)	7(수)	8(목)	9(금) 한글날	10(토)
오전간식	콩나물죽5	고구마우유죽2	김가루치즈죽2	참치채소죽		누룽지죽,우유2
점심	백미밥 어묵국5,6 쇠고기장조림5,6,16 브로콜리깨소스무침1,5 안매운배추김치9,12	차조밥 순살동태맑은국5,6 닭살파프리카볶음5,15 숙주나물 안매운배추김치9,12	돼지고기하이라이스 2,5,6,10,12,15,16,18 달걀부추국1 오이나물5 안매운배추김치9,12 신선과일(바나나)	수수밥 얼갈이된장국5,6 고등어구이5,6,7 유자청양상추무침5,6 안매운깍두기9,12	한글날 	백미밥 두부새우젓국5,9 돼지불고기5,6,10 감자당근조림5,6 안매운배추김치9,12
오후간식	빵(치즈빵1,2,5,6,16),우유2	유부초밥5,6,미니우동5,6	토마토소스스파게티 2,5,6,12,15,16,18,모닝빵1,2,5,6	찐(군)단호박,우유2, 잔멸치주먹밥5,6		삶은(구운)달걀1,등굴레차
열량/단백질	528/23	703/33	769/27	741/30		438/22
원산지 표기	● 쇠고기:호주산(우육)	동태:러시아산 닭고기:국내산	돼지고기:국내산	참치(다랑어):원양산 고등어:국내산		두부(콩):국내산 돼지고기:국내산
3주차	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)		16(금)
오전간식	참쌀채소죽	경기도과일(샤인머스켓) 양파크림스프2,6	브로콜리우유죽2	경기도과일(샤인머스켓) 게살당근죽8	버섯죽	누룽지죽,마시는요거트2
점심	백미밥 복어채국5,6 오리주물럭5,6 고사리나물5,6 안매운배추김치9,12	기장밥 유부콩나물국5,6 돼지고기수육5,6,10 새콤무생채 안매운배추김치9,12	백미밥 바지락살된장국5,6,18 치킨가스&소스1,5,6,15 그린샐러드5,6 안매운깍두기9,12	흑미밥 연두부국5,6 쇠고기참스테이크5,6,12,16 상추무침5,6 안매운깍두기9,12	백미밥 물만둣국1,2,5,6,10,15,16,18 삼치구이5,6 시금치나물 안매운배추김치9,12	참치양배추덮밥5,6 시래기된장국5,6 닭다리살채소볶음5,6,15 안매운깍두기9,12
오후간식	빵(달걀샌드위치,1,2,5,6) 우유2,바나나	채소전덮밥1,5,6 떠먹는요거트2	(온)매밀국수3,5,6, 고기찜빵5,6,10,16,18	달걀간장밥1,5,6,우유2	찐(군)감자,우유2, 버섯볶음밥5,6	빵(핑거브레드1,2,5,6),보리차
열량/단백질	788/29	934/29	729/34	771/31	830/31	495/20
원산지 표기	오리고기:국내산	돼지고기:국내산	닭고기:국내산	연두부(콩):국내산 ● 쇠고기:호주산(우육)		참치(다랑어):원양산 닭고기:국내산
4주차	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)
오전간식	단호박죽	경기도과일(배) 닭살양파죽15	오트밀우유죽2	달걀치즈죽1,2	잔멸치채소죽	누룽지죽,떠먹는요거트2
점심	백미밥 맑은쇠고기육개장5,6,16 채소달걀말이1,5 김구이5 안매운배추김치9,12	수수밥 게살무채국8 돼지고기짜장볶음 2,5,6,10,15,16 매실청양상추무침5,6 백안매운배추김치9,12	쇠고기연근볶음밥5,6,16 들깨미역국5,6 새우살파프리카무침9 안매운배추김치9,12 신선과일(사과)	차조밥 배추된장국5,6 임연소조림5,6 브로콜리버섯볶음5 안매운깍두기9,12	백미밥 조갯살양파국18 돼지고기당근볶음5,6,10 도토리묵오이무침5,6 안매운배추김치9,12	백미밥 청경채유부국5,6 달콤간장닭살조림5,6,15 숙주나물 안매운깍두기9,12
오후간식	빵(우유카스텔라1,2,5,6) 우유2,단호박밥1,5	감자야채고로케5,6 쌀국수5,6	만둣국1,2,5,6,10,15,16,18 백미밥	미니수제비5,6 백미밥	찐(군)고구마,검은깨주먹밥, 떠먹는요거트2	빵(채소찜빵5,6,10,16,18), 우유2
열량/단백질	716/28	747/35	895/38	839/34	819/29	498/23
원산지 표기	● 쇠고기:호주산(우육)	닭고기:국내산 돼지고기:국내산	● 쇠고기:호주산(우육)		돼지고기:국내산	닭고기:국내산
5주차	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)	31(토)
오전간식	근대된장죽5,6	경기도과일(샤인머스켓) 양송이크림스프&크루통2,5,6	쇠고기치즈죽2,5,6,16	고구마우유죽2	흑임자죽	누룽지죽
점심	백미밥 어묵국5,6 쇠고기당면볶음5,6,16 시금치나물 안매운배추김치9,12	흑미밥 감자국 고등어구이5,6,7 상추무침5,6 안매운깍두기9,12	백미밥 순두부호박국5,6 돼지고기사태찜5,6,10 청경채나물 안매운깍두기9,12	기장밥 아욱된장국5,6 데리야끼닭살구이5,6,15 게살파프리카무침1,5,6,8 안매운깍두기9,12	백미밥 새우살토국5,6,9 탕수육&소스5,6,10 시래기나물5,6 안매운배추김치9,12	쇠고기마파두부덮밥 5,6,16,18 달걀부추국1 그린샐러드5,6 안매운깍두기9,12
오후간식	토마토소스리조또2,5,6,12,15, 16,18,우유2	미니우동5,6,, 치즈스틱1,2,5,6	양배추달걀전덮밥1,5,6, 우유2	콩나물밥&양념간장5,6, 치킨너겟5,6,15 ,마시는요거트2	찐(군)감자,, 채소볶음밥5,6,,우유2	씨리얼5,6,우유2
열량/단백질	738/27	768/32	909/35	981/40	824/32	467/16
원산지 표기	● 쇠고기:호주산(우육)	고등어:국내산 가다랑어:원양산	● 쇠고기:호주산(우육) 순두부(콩):국내산 돼지고기:국내산	닭고기:국내산	돼지고기:국내산	● 쇠고기:호주산(우육) 두부(콩):국내산
원산지 표기	쌀(밥,죽,누룽지,흑미,찰쌀)	김치		①난류,②우유,③메밀,④땅콩,⑤대두,⑥밀,⑦고등어,⑧게,⑨새우,⑩돼지고기,⑪복숭아,⑫토마토,⑬아황산류,⑭호두,⑮닭고기,⑯쇠고기,⑰오징어,⑱조개류(굴,전복,홍합포함),⑳자 ▶⑬아황산류는 식품 제조 및 가공 시에 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있어, 별도 표시하지 않았으니 참고하여주시기 바랍니다.	국내산	국내산
		배추	소금(권장)			
		국내산	국내산			