판교세븐벤처밸리 어린이집 영아(만1세~2세) 식단

[2026년 11월]

성남시 어린이급식관리지원센터 영양팀

1주차	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
오전간식	애호박죽	경기도과일(샤인머스켓) 감자우유죽2	김가루치즈죽2	찹쌀채소죽	당근크림스프&크루통2,5,6	누룽지죽,마시는요거트2
점심	백미밥 홍합살된장국5,6,18 뼈없는닭갈비5,6,15 매실청양상추무침5,6 안매운깍두기9,12	차조밥 미역국5,6 떡갈비당근볶음5,6,10,16,18 얼갈이나물 안매운깍두기9,12	유니짜장밥2,5,6,10,15,16 게살양파국5,6,8 양배추나물5,6 안매운깍두기9,12 마시는요거트2	기장밥 쇠고기뭇국5,6,16 가자미구이5,6 상추무침5,6 안매운김치9,12	백미밥 근대된장국5,6 찜닭5,6,15 콩나물무침5 안매운깍두기9,12	백미밥 순살동태맑은국5,6 쇠고기청경채조림5,6,16 김구이5 안매운깍두기9,12
오후간식	떡갈비덮밥5,6,10,16 ,우유2	유부초밥5,6, 미니우동5,6	잔치국수1,5,6, 참치주먹밥5,6	치즈스틱1,2,5,6, 토마토소스스파게티2,5, 6,12,15,16,18	찐(군)단호박,달걀볶음밥 1,5,떠먹는요거트2	신선과일(바나나), 우유2
열량/단백질	579/24	540/20	666/26	602/28	686/25	463/21
원산지 표기	닭고기: 국내산	● 쇠고기: :호주산(우육) 돼지고기:국내산	돼지고기: 국내산	● 쇠고기: :호주산(우육)	닭고기: 국내산	동태:러시아산 ● 쇠고기: :호주산(우육)
2주차	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토)
오전간식	연두부죽5	경기도과일(배) 오트밀우유죽2	콩나물죽5	양배추치즈죽2	경기도과일(배) 참치채소죽	누룽지죽,우유2
점심	백미밥 북엇국5,6 돼지고기사태찜5,6,10 숙주나물 안매운김치9,12	수수밥 아욱된장국5,6 고등어조림5,6,7 어묵양파볶음5,6 안매운깍두기9,12	백미밥 새우살무채국9 닭살굴소스볶음5,6,15,18 호박나물5 안매운김치9,12	흑미밥 맑은쇠고기육개장5,6,16 토마토달걀볶음1,2,5,12 김자반5 안매운김치9,12	백미밥 미역국5,6 쇠불고기5,6,16 그린샐러드5,6 안매운깍두기9,12	닭살하이라이스 2,5,6,12,15,16,18 가쓰오유부국5,6 게살브로콜리무침1,5,6,8 안매운김치9,12
오후간식	빵(프렌치토스트1,2,5,6), 우유2,치킨텐더스틱1,5,6,15	배추전1,5,6, 애호박칼국수6	크림소스스파게티2,6,10, 모닝빵1,2,5,6	채소주먹밥5,어묵탕5,6	찐(군)고구마, 우유2,새우볶음밥5,9	유아치즈2,채소주스12
열량/단백질	581/26	630/28	605/23	514/23	684/23	466/21
원산지 표기	연두부(콩): 국내산 돼지고기: 국내산	고등어: 국내산	닭고기: 국내산 돼지고기: 국내산	● 쇠고기: :호주산(우육)	참치(다랑어): 원양산 ● 쇠고기: :호주산(우육)	닭고기: 국내산 가다랑어: 원양산
3주차	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
오전간식	새우살당근죽9	경기도과일(샤인머스켓) 밤타락죽2	버섯치즈죽2	고구마우유죽2	흑임자죽	누룽지죽,유아치즈2
점심	백미밥 근대된장국5,6 쇠고기감자찜5,6,16 김구이5 안매운깍두기9,12	기장밥 두부새우젓국5,9 임연수조림5,6 매실청양상추무침5,6 안매운깍두기9,12	쇠고기무밥&양념장5,6,16 황태미역국5,6 청경채나물 안매운김치9,12 신선과일(사과)	수수밥 시래기된장국5,6 너비아니구이5,6,10 오이나물5 안매운깍두기9,12	백미밥 유부콩나물국5,6 새우살브로콜리볶음 5,6,9 도토리묵채소무침5,6 안매운김치9,12	백미밥 쇠고기뭇국5,6,16 채소달걀찜1 우엉조림5,6 안매운김치9,12
오후간식	채소찐빵5,6,10,16,18), 우유2,짜장면2,5,6,10,15,16	감자수제비5,6, 백미밥	만둣국1,2,5,6,10,15,16,18 백미밥	순살닭튀김덮밥1,2,5,6, 15,마시는요거트2	찐(군)감자,우유2, 치킨까스1,5,6,15백미밥	떠먹는요거트2
열량/단백질	699/27	699/26	583/23	711/26	436/18	461/23
원산지 표기	● 쇠고기: :호주산(우육)	두부(콩): 국내산	● 쇠고기: :호주산(우육)	돼지고기: 국내산 닭고기: 국내산		● 쇠고기: :호주산(우육)
4주차	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)	28(토)
오전간식	쇠고기배추죽5,6,16	경기도과일(배) 아욱된장죽5,6	양송이크림스프&크루통2,5,6	참깨치즈죽2	잔멸치채소죽	누룽지죽,우유2
점심	백미밥 조갯살양파국18 닭살당면볶음5,6,15 호박나물5 안매운김치9,12	차조밥 감자국 돼지고기연근조림5,6,10 시금치나물 안매운김치9,12	백미밥 백순두부찌개1,5 오리불고기5,6 양배추코울슬로1,5 안매운깍두기9,12	흑미밥 맑은닭개장5,6,15 삼치구이5,6 청경채나물 안매운깍두기9,12	백미밥 얼갈이된장국5,6 쇠고기당근볶음5,6,16 게살파프리카무침1,5,6,8 안매운깍두기9,12	돼지고기차슈덮밥5,6,10 들깨무채국 두부양념찜5,6 안매운김치9,12
오후간식	빵(달걀샌드위치1,2,5,6), 우유2,치즈스틱1,2,5,6	치즈주먹밥2,5, 떠먹는요거트2	어묵탕5,6,백미밥	쌀국수5,6,달걀주먹밥1,5	고구마맛탕5우유2 ,단팥호빵2,5,6	유아치즈2,채소주스12
열량/단백질	678/30	536/20	673/24	595/28	646/22	489/18
원산지 표기	● 쇠고기: :호주산(우육) 닭고기: 국내산	돼지고기: 국내산	순두부(콩): 국내산 오리고기: 국내산	닭고기: 국내산	● 쇠고기: :호주산(우육)	돼지고기: 국내산 두부(콩): 국내산
5주차	30(월)		알레르기 유발식품			
오전간식	단호박죽					
점심	백미밥 북엇국5,6 미니돈가스&소스 1,5,6,10,12,16 콩나물무침5 안매운김치9,12	♥생일식단♥ 11월 18일 (튼튼반,자람반,누리반)	①난류,②우유,③메밀,④땅콩,⑤대두,⑥밀,⑦고등어,⑧게,⑨새우,⑩돼지고기,⑪복숭아,⑫토마토,⑬아황산류,⑭호두, ⑮닭고기,⑯쇠고기,⑰오징어,⑱조개류(굴,전복,홍합포함),⑲잣 ▶⑬아황산류는 식품 제조 및 가공 시에 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있어, 별도 표시하지 않았으니 참고하여주시기 바랍니다.			
오후간식	치킨샐러드1,5,6,12,15, 모닝빵1,2,5,6,우유2	케이크				
열량/단백질	644/33					
원산지 표기	돼지고기: 국내산					

원산지 표기	쌀(밥,죽,누룽지,흑미,찹쌀)	김치	
		배추	소금(권장)
	국내산	국내산	국내산

판교세븐벤처밸리 어린이집 유아(만3세~5세) 식단

[2026년 11월]

성남시 어린이급식관리지원센터 영양팀

1주차	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
오전간식	애호박죽	경기도과일(샤인머스켓) 감자우유죽2	김가루치즈죽2	찹쌀채소죽	당근크림스프&크루통2,5,6	누룽지죽,마시는요거트2
점심	백미밥 홍합살된장국5,6,18 뼈없는닭갈비5,6,15 매실청양상추무침5,6 안매운깍두기9,12	차조밥 미역국5,6 떡갈비당근볶음5,6,10,16,18 얼갈이나물 안매운깍두기9,12	유니짜장밥2,5,6,10,15,16 게살양파국5,6,8 양배추나물5,6 안매운깍두기9,12 마시는요거트2	기장밥 쇠고기뭇국5,6,16 가자미구이5,6 상추무침5,6 안매운김치9,12	백미밥 근대된장국5,6 찜닭5,6,15 콩나물무침5 안매운깍두기9,12	백미밥 순살동태맑은국5,6 쇠고기청경채조림5,6,16 김구이5 안매운깍두기9,12
오후간식	떡갈비덮밥5,6,10,16 ,우유2	유부초밥5,6, 미니우동5,6	잔치국수1,5,6, 참치주먹밥5,6	치즈스틱1,2,5,6, 토마토소스스파게티2,5, 6,12,15,16,18	찐(군)단호박,달걀볶음밥 1,5,떠먹는요거트2	신선과일(바나나), 우유2
열량/단백질	773/32	704/27	851/35	786/36	869/33	623/28
원산지 표기	닭고기: 국내산	● 쇠고기: :호주산(우육) 돼지고기:국내산	돼지고기: 국내산	● 쇠고기: :호주산(우육)	닭고기: 국내산	동태:러시아산 ● 쇠고기: :호주산(우육)
2주차	**9(월)**	**10(화)**	**11(수)**	**12(목)**	**13(금)**	**14(토)**
오전간식	연두부죽5	경기도과일(배) 오트밀우유죽2	콩나물죽5	양배추치즈죽2	경기도과일(배) 참치채소죽	누룽지죽,우유2
점심	백미밥 북엇국5,6 돼지고기사태찜5,6,10 숙주나물 안매운김치9,12	수수밥 아욱된장국5,6 고등어조림5,6,7 어묵양파볶음5,6 안매운깍두기9,12	백미밥 새우살무채국9 닭살굴소스볶음5,6,15,18 호박나물5 안매운김치9,12	흑미밥 맑은쇠고기육개장5,6,16 토마토달걀볶음1,2,5,12 김자반5 안매운김치9,12	백미밥 미역국5,6 쇠불고기5,6,16 그린샐러드5,6 안매운깍두기9,12	닭살하이라이스 2,5,6,12,15,16,18 가쓰오유부국5,6 게살브로콜리무침1,5,6,8 안매운김치9,12
오후간식	빵(프렌치토스트1,2,5,6), 우유2,치킨텐더스틱1,5,6,15	배추전1,5,6, 애호박칼국수6	크림소스스파게티2,6,10, 모닝빵1,2,5,6	채소주먹밥5,어묵탕5,6	찐(군)고구마, 우유2,새우볶음밥5,9	유아치즈2,채소주스12
열량/단백질	782/35	822/37	773/31	677/31	912/31	637/28
원산지 표기	연두부(콩): 국내산 돼지고기: 국내산	고등어: 국내산	닭고기: 국내산 돼지고기: 국내산	● 쇠고기: :호주산(우육)	참치(다랑어): 원양산 ● 쇠고기: :호주산(우육)	닭고기: 국내산 가다랑어: 원양산
3주차	**16(월)**	**17(화)**	**18(수)**	**19(목)**	**20(금)**	**21(토)**
오전간식	새우살당근죽9	경기도과일(샤인머스켓) 밤타락죽2	버섯치즈죽2	고구마우유죽2	흑임자죽	누룽지죽,유아치즈2
점심	백미밥 근대된장국5,6 쇠고기감자찜5,6,16 김구이5 안매운깍두기9,12	기장밥 두부새우젓국5,9 임연수조림5,6 매실청양상추무침5,6 안매운깍두기9,12	쇠고기무밥&양념장5,6,16 황태미역국5,6 청경채나물 안매운김치9,12 신선과일(사과)	수수밥 시래기된장국5,6 너비아니구이5,6,10 오이나물5 안매운깍두기9,12	백미밥 유부콩나물국5,6 새우살브로콜리볶음 5,6,9 도토리묵채소무침5,6 안매운김치9,12	백미밥 쇠고기뭇국5,6,16 채소달걀찜1 우엉조림5,6 안매운김치9,12
오후간식	채소찐빵5,6,10,16,18), 우유2,짜장면2,5,6,10,15,16	감자수제비5,6, 백미밥	만둣국1,2,5,6,10,15,16,18 백미밥	순살닭튀김덮밥1,2,5,6, 15,마시는요거트2	찐(군)감자,우유2, 치킨까스1,5,6,15백미밥	떠먹는요거트2
열량/단백질	934/36	916/35	762/31	925/34	906/39	627/30
원산지 표기	● 쇠고기: :호주산(우육)	두부(콩): 국내산	● 쇠고기: :호주산(우육)	돼지고기: 국내산 닭고기: 국내산		● 쇠고기: :호주산(우육)
4주차	**23(월)**	**24(화)**	**25(수)**	**26(목)**	**27(금)**	**28(토)**
오전간식	쇠고기배추죽5,6,16	경기도과일(배) 아욱된장죽5,6	양송이크림스프&크루통2,5,6	참깨치즈죽2	잔멸치채소죽	누룽지죽,우유2
점심	백미밥 조갯살양파국18 닭살당면볶음5,6,15 호박나물5 안매운김치9,12	차조밥 감자국 돼지고기연근조림5,6,10 시금치나물 안매운김치9,12	백미밥 백순두부찌개1,5 오리불고기5,6 양배추코울슬로1,5 안매운깍두기9,12	흑미밥 맑은닭개장5,6,15 삼치구이5,6 청경채나물 안매운깍두기9,12	백미밥 얼갈이된장국5,6 쇠고기당근볶음5,6,16 게살파프리카무침1,5,6,8 안매운깍두기9,12	돼지고기차슈덮밥5,6,10 들깨무채국 두부양념찜5,6 안매운김치9,12
오후간식	빵(달걀샌드위치1,2,5,6), 우유2,치즈스틱1,2,5,6	치즈주먹밥2,5, 떠먹는요거트2	어묵탕5,6,백미밥	쌀국수5,6,달걀주먹밥1,5	고구마맛탕5우유2 ,단팥호빵2,5,6	유아치즈2,채소주스12
열량/단백질	913/40	695/26	852/32	769/37	864/30	671/24
원산지 표기	● 쇠고기: :호주산(우육) 닭고기: 국내산	돼지고기: 국내산	순두부(콩): 국내산 오리고기: 국내산	닭고기: 국내산	● 쇠고기: :호주산(우육)	돼지고기: 국내산 두부(콩): 국내산
5주차	**30(월)**		**알레르기 유발식품**			
오전간식	단호박죽	♥생일식단♥ 11월 18일 (튼튼반,자람반,누리반)	①난류,②우유,③메밀,④땅콩,⑤대두,⑥밀,⑦고등어,⑧게,⑨새우,⑩돼지고기,⑪복숭아,⑫토마토,⑬아황산류,⑭호두, ⑮닭고기,⑯쇠고기,⑰오징어,⑱조개류(굴,전복,홍합포함),⑲잣 ▶⑬아황산류는 식품 제조 및 가공 시에 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있어, 별도 표시하지 않았으니 참고하여주시기 바랍니다.			
점심	백미밥 북엇국5,6 미니돈가스&소스 1,5,6,10,12,16 콩나물무침5 안매운김치9,12					
오후간식	치킨샐러드1,5,6,12,15, 모닝빵1,2,5,6,우유2	케이크				
열량/단백질	869/44					
원산지 표기	돼지고기: 국내산					

원산지 표기	쌀(밥,죽,누룽지,흑미,찹쌀)	김치	
		배추	소금(권장)
	국내산	국내산	국내산