2026년 11월 영양식단 (만 1~5세)

국공립 서현2어린이집

1주차	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)♥생일식단♥	7(토)
오전간식	신선과일(사과)	두유5	경기도과일(샤인머스켓)	고구마스프2,5,6,15,16	신선과일(바나나)	우유2(두유5)
점심	백미밥 들깨무채국9 오리고기양배추볶음5,6 근대나물5,6 배추김치9	백미밥 소고기가지하이라이스 감자고로케1,5,6 과일사라다1,5 깍두기9	차조밥 아욱된장국5,6 데리야끼닭살구이5,6,15 얼갈이나물 알타리김치9	기장밥 콩나물국5,6 코다리간장조림5,6 김자반5 배추김치9	백미밥 새우살미역국5,6,16 돈가스&소스 1,5,6,10,12,16 그린샐러드5,6 배추김치9	백미밥 순살동태맑은국5,6 달걀후라이1,5 근대나물 배추김치9
오후간식	배추전1,5,6	간장비빔국수5,6	꿀단호박찜,옥수수차	후레쉬번1,2,5,6,우유2	케이크1,2,5,6,요구르트2	
원산지 표기	오리고기:국내산	소고기:국내산(한우)	닭고기:국내산	코다리(동태):외국산(러시아)	새우살:외국산(베트남) 돼지고기:국내산	코다리(동태):외국산(러시아)
2주차	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토)
오전간식	신선과일(단감)	누룽지	경기도과일(배)	게살치즈죽2,5,8	신선과일(귤)	우유2(두유5)
점심	백미밥 소고기샤브샤브국5,6,16 마파두부조림5,6,10,12 호박나물5 배추김치9	차조밥 어묵국5,6 닭살연근조림5,6,10 콩나물무침5 배추김치9	백미밥 근대된장국5,6 떡갈비구이5,6,10,16,18 새송이버섯무침 깍두기9	수수밥 안매운김칫국9 오징어브로콜리볶음5,6,17 김구이5 배추김치9	백미밥 호박된장국5,6 돼지고기버섯볶음5,6 우엉조림5,6 배추김치9	닭살하이라이스 2,5,6,12,15,16,18 김국5,6 게살브로콜리무침1,5,6,8 배추김치9
오후간식	군달걀1,옥수수차	짜장면2,5,6,10,15,16	찐감자,보리차	미니현도그1,2,5,6,10,12,15,16,18	치즈빵1,2,5,6,우유2	
원산지 표기	소고기:국내산(한우) 돼지고기:국내산 두부(콩):국내산	닭고기:국내산 돼지고기:국내산	돼지고기:국내산	오징어:외국산(중국) 돼지고기:국내산	돼지고기:국내산	닭고기:국내산
3주차	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
오전간식	신선과일(바나나)	브로콜리크림스프2,5,6,15,16	경기도과일(샤인머스켓)	떠먹는요거트2	경기도과일(배)	우유2(두유5)
점심	백미밥 안매운감자탕5,6,10,16 토마토달걀볶음1,5,12 시금치나물 깍두기9	소고기무비빔밥5,6,16 팽이버섯미소된장국5,6 어묵양파볶음5,6 배추김치9 짜먹는요거트2	흑미밥 맑은순두부국5,6 돼지고기채파프리카볶음5,6 매실청양상추무침5,6 알타리김치9	백미밥 감자양파국5,6 치킨너겟5,6,15&소스1,5 꽃맛살브로콜리샐러드1,5,6 배추김치9	기장밥 달걀파국1 고등어무조림5,6 숙주무침 배추김치9	백미밥 안매운김칫국9 채소달걀말이1,5 우엉조림5,6 배추김치9
오후간식	잔치국수1,5,6	찐만두1,2,5,6,10,15,16,18	찐고구마,옥수수차	어묵탕5,6	찐빵5,6,10,16,18,우유2	
원산지 표기	돼지고기:국내산	소고기:국내산(한우) 돼지고기:국내산	순두부(콩):국내산 돼지고기:국내산	닭고기:국내산	고등어:국내산	
4주차	23(월) 급식모니터링	24(화) 급식모니터링	25(수)	26(목)	27(금)	28(토)
오전간식	신선과일(귤)	낙지김치죽9	경기도과일(배)	단호박스프2,5,6,15,16	신선과일(바나나)	우유2(두유5)
점심	백미밥 소고기뭇국5,6,16 가자미구이5,6 연근조림 배추김치9	돼지고기카레라이스 2,5,6,12,15,16,18 채소달걀찜1 양배추코울슬로1,5 배추김치9 요구르트2	기장밥 얼갈이된장국5,6 훈제오리파프리카볶음5,6 청포묵김무침5,6 알타리김치9	수수밥 맑은닭개장5,6,15 볼어묵조림5,6,9 청경채나물 배추김치9	백미밥 콩가루배춧국5 돼지고기메추리알장조림1,5,6,10 오이배무침 알타리김치9	참치김치볶음밥5,6 들깨무채국 두부양념찜5,6 알타리김치9
오후간식	쌀국수5,6	만쥬1,2,5,6	군감자2,5,둥글레차	크림소스스파게티2,6,10	씨리얼5,6,우유2	
원산지 표기	소고기:국내산(한우) 가자미:외국산(미국)	돼지고기:국내산	오리고기:국내산	닭고기:국내산 돼지고기(베이컨):외국산	돼지고기:국내산	가다랑어(참치):외국산 두부(콩):국내산
5주차	30(월)		※안내사항※			
오전간식	신선과일(귤)					
점심	백미밥 시금치된장국5,6 찜닭5,6,15 도토리묵채소무침5,6 깍두기9		*「경기도 어린이 건강과일」이 현재 주 1회 공급되고 있으나 추후 변경 및 중단 될 수 있습니다.			
오후간식	김가루주먹밥2,5		*11월 제철식품★: 버섯, 고등어, 배, 홍합, 꼬막 등			
원산지 표기	닭고기:국내산					

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

* 위 식단은 식자재 수급 상황에 따라 다른 식품으로 대체 될 수 있습니다.
* 특이한 체질이나 알레르기 등의 증상이 있는 경우에는 미리 알려주십시오. 건강상 특정 음식을 섭취하지 못 하는 영유아의 경우 부모님께서 별도의 반찬을 보내주시면 제공할 수 있습니다.
* 알레르기 표시사항은 달라질 수 있으니 알레르기가 있는 원아는 미리 알려주십시오.
* 작성자 : 영양사 이앵란 (성남시어린이급식지원센터 참고)

알레르기 유발식품

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.

2026년 11월 영양식단 (만 0세)

국공립 서현2어린이집

1주차	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)♥생일식단♥	7(토)
오전간식	신선과일(사과)	두유5	경기도과일(샤인머스켓)	고구마스프2,5,6,15,16	신선과일(바나나)	우유2(두유5)
점심	백미밥 들깨무채국9 오리고기양배추볶음5,6 근대나물5,6 백김치9	백미밥 소고기가지하이라이스 감자고로케1,5,6 과일사라다1,5 백김치9	차조밥 아욱된장국5,6 데리야끼닭살구이5,6,15 얼갈이나물 백김치9	기장밥 콩나물국5,6 코다리간장조림5,6 김자반5 백김치9	백미밥 새우살미역국5,6,16 돈가스&소스 1,5,6,10,12,16 그린샐러드5,6 백김치9	백미밥 순살동태맑은국5,6 달걀후라이1,5 근대나물 백김치9
오후간식	배추전1,5,6	간장비빔국수5,6	꿀단호박찜,옥수수차	후레쉬번1,2,5,6,우유2	케이크1,2,5,6,요구르트2	
원산지 표기	오리고기:국내산	소고기:국내산(한우)	닭고기:국내산	코다리(동태):외국산(러시아)	새우살:외국산(베트남) 돼지고기:국내산	코다리(동태):외국산(러시아)
2주차	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토)
오전간식	신선과일(단감)	누룽지	경기도과일(배)	게살치즈죽2,5,8	신선과일(귤)	우유2(두유5)
점심	백미밥 소고기샤브샤브국5,6,16 마파두부조림5,6,10,12 호박나물5 백김치9	차조밥 어묵국5,6 닭살연근조림5,6,10 콩나물무침5 백김치9	백미밥 근대된장국5,6 떡갈비구이5,6,10,16,18 새송이버섯무침 백김치9	수수밥 안매운김칫국9 오징어브로콜리볶음5,6,17 김구이5 백김치9	백미밥 호박된장국5,6 돼지고기버섯볶음5,6 우엉조림5,6 백김치9	닭살하이라이스 2,5,6,12,15,16,18 김국5,6 게살브로콜리무침1,5,6,8 백김치9
오후간식	군달걀1,옥수수차	짜장면2,5,6,10,15,16	찐감자,보리차	미니핫도그1,2,5,6,10,12,15,16,18	치즈빵1,2,5,6,우유2	
원산지 표기	소고기:국내산(한우) 돼지고기:국내산 두부(콩):국내산	닭고기:국내산 돼지고기:국내산	돼지고기:국내산	오징어:외국산(중국) 돼지고기:국내산	돼지고기:국내산	닭고기:국내산
3주차	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
오전간식	신선과일(바나나)	브로콜리크림스프2,5,6,15,16	경기도과일(샤인머스켓)	떠먹는요거트2	경기도과일(배)	우유2(두유5)
점심	백미밥 안매운감자탕5,6,10,16 토마토달걀볶음1,5,12 시금치나물 백김치9	소고기무비빔밥5,6,16 팽이버섯미소된장국5,6 어묵양파볶음5,6 백김치9 짜먹는요거트2	흑미밥 맑은순두부국5,6 돼지고기채파프리카볶음5,6 매실청양상추무침5,6 백김치9	백미밥 감자양파국5,6 치킨너겟5,6,15&소스1,5 꽃맛살브로콜리샐러드1,5,6 백김치9	기장밥 달걀파국1 고등어무조림5,6 숙주무침 백김치9	백미밥 안매운김칫국9 채소달걀말이1,5 우엉조림5,6 백김치9
오후간식	잔치국수1,5,6	찐만두1,2,5,6,10,15,16,18	찐고구마,옥수수차	어묵탕5,6	찐빵5,6,10,16,18,우유2	
원산지 표기	돼지고기:국내산	소고기:국내산(한우) 돼지고기:국내산	순두부(콩):국내산 돼지고기:국내산	닭고기:국내산	고등어:국내산	
4주차	23(월) 급식모니터링	24(화) 급식모니터링	25(수)	26(목)	27(금)	28(토)
오전간식	신선과일(귤)	낙지김치죽9	경기도과일(배)	단호박스프2,5,6,15,16	신선과일(바나나)	우유2(두유5)
점심	백미밥 소고기뭇국5,6,16 가자미구이5,6 연근조림 백김치9	돼지고기카레라이스 2,5,6,12,15,16,18 채소달걀찜1 양배추코울슬로1,5 백김치9 요구르트2	기장밥 얼갈이된장국5,6 훈제오리파프리카볶음5,6 청포묵김무침5,6 백김치9	수수밥 맑은닭개장5,6,15 볼어묵조림5,6,9 청경채나물 백김치9	백미밥 콩가루배춧국5 돼지고기메추리알장조림1,5,6,10 오이배무침 백김치9	참치김치볶음밥5,6 들깨무채국 두부양념찜5,6 백김치9
오후간식	쌀국수5,6	만쥬1,2,5,6	군감자2,5,둥글레차	크림소스스파게티2,6,10	씨리얼5,6,우유2	
원산지 표기	소고기:국내산(한우) 가자미:외국산(미국)	돼지고기:국내산	오리고기:국내산	닭고기:국내산 돼지고기(베이컨):외국산	돼지고기:국내산	가다랑어(참치):외국산 두부(콩):국내산
5주차	30(월)		※안내사항※			
오전간식	신선과일(귤)					
점심	백미밥 시금치된장국5,6 찜닭5,6,15 도토리묵채소무침5,6 백김치9		*「경기도 어린이 건강과일」이 현재 주 1회 공급되고 있으나 추후 변경 및 중단 될 수 있습니다.			
오후간식	김가루주먹밥2,5					
원산지 표기	닭고기:국내산		*11월 제철식품★: 버섯, 고등어, 배, 홍합, 꼬막 등			

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

* 위 식단은 식자재 수급 상황에 따라 다른 식품으로 대체 될 수 있습니다.
* 특이한 체질이나 알레르기 등의 증상이 있는 경우에는 미리 알려주십시오. 건강상 특정 음식을 섭취하지 못 하는 영유아의 경우 부모님께서 별도의 반찬을 보내주시면 제공할 수 있습니다.
* 알레르기 표시사항은 달라질 수 있으니 알레르기가 있는 원아는 미리 알려주십시오.
* 작성자 : 영양사 이앵란 (성남시어린이급식지원센터 참고)

알레르기 유발식품

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.