



2026년 10월 (월-금) 1-2세 식단

(★1-2세 식단은 백김치 제공/ 3-5세에 비해 작게, 싱겁게, 덜 달게 조리한 음식을 제공합니다.)

1주				10월 1일 (목)	10월 2일 (금)
오전 간식				계란야채죽	매론 유기농우유
점심				차수수밥 부추채첩국 소고기찰스테이크 어묵곤약잡채 홍시깍두기	기장밥 근대된장국 오향장육 무쌈,오이스틱,쌈장 백김치
오후 간식				치즈엷은편감자 유기농우유	크림스프/크루통
저녁				백미밥 건새우아육된장국 가자미카레구이 무채나물 백김치	백미밥 두부김치국 안동점담 돌자반구이 백김치
간편석식					
2주	10월 5일 (월)	10월 6일 (화)	10월 7일 (수)	10월 8일 (목)	10월 9일 (금)
오전 간식		단팥빵 유기농우유	전복죽	한입고구마 유기농우유	
점심	대체휴일	홍국찰쌀밥 소고기당면국 훈제오리부추볶음/허니머스 도토리묵야채무침 백김치	클로렐라밥 콩가루배추된장국 소고기단호박볶음 토마토양상추샐러드 백김치 골드키위퓨레	단호박찰쌀밥 조갯살시금치된장국 돈육버섯불고기 쿠스쿠스샐러드 백김치	한글날
오후 간식		밋소스스파게티	경기도과일 치즈	참치야채주먹밥 유기농우유	
저녁		백미밥 오징어썩갓국 돈육숙주볶음 참나물무침 백김치	백미밥 소고기무국 삼치유자소스구이 단감채소샐러드 백김치	백미밥 들기름미역국 콩나물닭볶음탕 코울슬로 백김치	
간편석식					
3주	10월 12일 (월)	10월 13일 (화)	10월 14일 (수)	10월 15일 (목)	10월 16일 (금)
오전 간식	미니머핀 요플레	소고기청경채죽	부추스크림볼에그 유기농우유	모듬과일요거트범벅	닭야채죽
점심	차조밥 복어콩나물국 돈메추리알장조림 치커리사과무침 백김치	발아현미밥 참치김치찌개 닭고구마조림 실곤약초무침 백김치	치킨마크니커리 미역된장국 리코타샐러드 백김치 요거타임	강황찰쌀밥 다시마감자국 수제등심돈까스/소스 새우살비타민샐러드 백김치	귀리밥 어묵썩갓국 버섯소불고기 호박새우젓볶음 홍시깍두기
오후 간식	짜장면	경기도과일 우유미숫가루	순두부탕 양념간장	카스테라 유기농우유	만두국
저녁	백미밥 연두부계란국 삼치감자조림 사각어묵볶음 백김치	백미밥 유부썩갓국 돈육우영볶음 양배추채김무침 백김치	백미밥 콩비지찌개 고등어무조림 애호박전 백김치	뿌리채소하이라이스 팽이미소국 소고기청경채볶음 백김치 요구르트	백미밥 배추콩가루된장국 닭고기파인애플볶음 새송이버터구이 백김치
간편석식					
4주	10월 19일 (월)	10월 20일 (화)	10월 21일 (수)	10월 22일 (목)	10월 23일 (금)
오전 간식	완두빵 유기농우유	게살죽	사과 치즈	소고기야채죽	양송이크림스프 크루통
점심	흑미밥 소고기청포탕 목화송탕수육 마카로니샐러드 백김치	차조밥 순두부백탕 닭봉bbq구이 고사리들깨볶음 백김치 경기도과일	클로렐라밥 사골만두국 소고기바삭불고기 참나물두부무침 홍시깍두기	소고기콩나물밥/달래간장 청국장찌개 삼치카레구이 연두부 백김치	차수수밥 닭곰탕 오징어야채간장볶음 천사채샐러드 백김치
오후 간식	허니양념치킨	단호박점 유기농우유	찰수수부꾸미 보리차	맥반석구운계란 매실차	파인애플 유기농우유
저녁	백미밥 맑은콩나물국 닭파프리카볶음 무채들깨볶음 백김치	백미밥 육개장 마파두부 취나물사과무침 백김치	닭고기버섯덮밥 우동장국 미역줄기느타리볶음 코코넛버터플라이쉬림프 백김치	백미밥 도토리묵채국 소고기숙주볶음 얼갈이된장무침 백김치	백미밥 두부새우젓찌개 돈육야채불고기 야채연근전 백김치
간편석식					
5주	10월 26일 (월)	10월 27일 (화)	10월 28일 (수)	10월 29일 (목)	10월 30일 (금)
오전 간식	바나나요거트범벅	올리브치아바타 유기농우유	소고기버섯죽	닭고기크림푸실리	굴 치즈
점심	기장밥 유부우동장국 소고기야스파라거스볶음 콩나물겉은깨무침 백김치	흑미밥 순살우거지감자탕 새우살계란점 오이지족파무침 홍시깍두기	기장밥 호박된장국 로제점담 크렌베리멸치볶음 백김치	옛날짜장밥 계란탕 유리쌀간소새우 백김치 요구르트	흑미밥 밀피유나베 둘깨매일전병 망고샐러드 백김치
오후 간식	멸치주먹밥 오미자차	경기도과일 떠먹는 요거트	잔치국수	고구마맛탕 유기농우유	해물부추전 결명자차
저녁	백미밥 동태썩갓국 만두탕수 청포묵김무침 백김치	오므라이스 오색어묵탕 닭다리허브구이 백김치 방울토마토	백미밥 차돌된장국 고등어우거지조림 삼색감자채볶음 백김치	백미밥 유부김치국 돈육파프리카볶음 사과무생채 백김치	백미밥 근대된장국 대패묵살버섯구이 갯순나물 백김치
간편석식					