2026년

11월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시

1주	11월 2일	알레르기	11월 3일	알레르기	11월 4일	알레르기	11월 5일	알레르기	11월 6일	알레르기
	월	번호표시	화	번호표시	수	번호표시	목	번호표시	금	번호표시
오전 간식	모둠채소죽	5,6,9	찐고구마 유기농우유	 2	누룽지죽		바나나 그릭요거트	 2	버섯수제비	5,6,9
점심	찹쌀밥 순두부백탕 소고기양배추볶음 치커리사과무침 깍두기 (영아:백김치)	 5,6,9 5,6,16 5,6 9	차수수밥 배추된장국 순살닭갈비 무생채 배추김치 (영아:백김치)	 5,6,9 5,6,15 9	소고기비빔밥 두부맑은국 도토리묵쑥갓무침 사과 배추김치 (영아:백김치)	5,6,16 5,6,9 5,6 9	강황쌀밥 순살감자탕 임연수구이 비타민배무침 알타리김치 (영아:백김치)	 5,6,9,10 5 5,6 9	찹쌀밥 육개장 새우계란찜 우엉볶음 배추김치 (영아:백김치)	 5,6,9,16 1,9 5,6 9
오후 간식	부드러운모닝롤/유기농우유 경기도과일: 샤인머스캣	2,5,6/2	크림카레우동 옥수수차	2,5,6, 12,16,18	닭안심살샐러드 유기농우유	5,6,15 2	치즈김치전 보리차	2,5,6	기정떡(영아:찐단호박) 유기농우유	 2
저녁	백미밥 감자양파국 돈육곤약장조림 청포묵김무침 백김치	 5,6,9 5,6,10 5,6	백미밥 모둠버섯국 가자미구이 도라지배무침 백김치	 5,6,9 5 	백미밥 새우뭇국 훈제오리양파볶음 참나물무침 백김치	 5,6,9 5,6 	백미밥 소고기숙주국 두부조림 다시마튀각 백김치	 5,6,9,16 5,6 	닭고기버섯볶음밥 동태쑥갓국 감자조림 귤 백김치	5,6,15 5,6,9 5,6
영양량(영)kcal/g	562/25		513/21		598/29		677/26		609/25	
(유)kcal/g	749/34		684/28		798/39		903/35		812/33	
메뉴변동사항										

2주	11월 9일	알레르기	11월 10일	알레르기	11월 11일	알레르기	11월 12일	알레르기	11월 13일	알레르기
	월	번호표시	화	번호표시	수	번호표시	목	번호표시	금	번호표시
오전 간식	소고기버섯죽	5,6,9,16	오렌지 그릭요거트	 2	만둣국	5,6,10 15.16	닭살채소죽	5,6,9,15	샤인머스캣 스트링치즈	 2
점심	기장밥 황태뭇국 주꾸미돈육볶음 숙주나물 배추김치 (영아:백김치)	 5,6,9 5,6,10 9	차조밥 돈육김치찌개 소고기두부조림 시금치나물 깍두기 (영아:백김치)	 5,6,9,10 5,6,16 9	차조밥 소고기미역국 새우청경채볶음 가지볶음 깍두기 (영아:백김치)	 5,6,9,16 5,6,9 5,6 9	기장밥 팽이버섯된장국 수제함박스테이크 단감샐러드 배추김치 (영아:백김치)	 5,9 5,6,10,16 9	강황쌀밥 소고기버섯전골 코다리무조림 김구이 배추김치 (영아:백김치)	 5,6,9,16 5,6 9
오후 간식	루스틱/유기농우유 경기도과일: 배	2,5,6/2	새우토마토스파게티 둥글레차	5,6,9,12	사과핫케이크 유기농우유	2,5,6 2	참치마요밥/유기농우유 경기도과일: 배	5,6/2	백설기(영아:찐감자) 유기농우유	 2
저녁	백미밥 건새우호박된장국 닭채소볶음 새송이버섯조림 백김치	 5,6,9 5,6,15 5,6	백미밥 다시마감자국 임연수구이 들깨무나물 백김치	 5,6,9 5 	백미밥 유부된장국 돈육장똑똑이 오이무침 백김치	 5,9 5,6,10 	소고기숙주밥 순두부맑은국 양상추비타민리코타샐러드 방울토마토 백김치	5,6,16 5,6 2 12 	백미밥 얼갈이된장국 돈목살데리야끼 깻잎순나물 백김치	 5,9 5,6,10 5,6
영양량(영)kcal/g	568/20		513/24		517/18		507/24		663/28	
(유)kcal/g	757/27		684/32		689/24		676/32		884/37	
메뉴변동사항										

별이든어린이집 임수현 영양사 작성

2026년

11월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시

3주	11월 16일	알레르기	11월 17일	알레르기	11월 18일	알레르기	11월 19일	알레르기	11월 20일	알레르기
	월	번호표시	화	번호표시	수	번호표시	목	번호표시	금	번호표시
오전 간식	흰살생선죽	5,6,9	찐감자 유기농우유	 2	단호박죽		바나나 유기농우유	 2	순두부채소죽	5,6,9
점심	차조밥 느타리버섯된장국 차돌박이김치볶음 온두부 깍두기 (영아:백김치)	 5,9 5,6,9,16 5 9	찹쌀밥 오징어김치콩나물국 닭살간장조림 애호박볶음 알타리김치 (영아:백김치)	 5,6,9,17 5,6,15 9	해물자장밥 계란파국 리코타치즈샐러드 단무지무침 배추김치 (영아:백김치)	2,5,6,9,10,15,16,17 1,5,6,9 2	강황쌀밥 애호박감자국 가자미구이 연근조림 깍두기 (영아:백김치)	 5,6,9 5 5,6 9	차조밥 소고기우거지된장국 돈수육 무생채 배추김치 (영아:백김치)	 5,6,9,16 5,10 9
오후 간식	크랜베리깜빠뉴/유기농우유 경기도과일: 샤인머스캣	2,5,6/2	잔치국수	5,6,9	모둠과일 그릭요거트	 2	소고기우엉섞음밥 보리차	5,6,16	절편(영아:미니크로와상) 유기농우유	(2,5,6) 2
저녁	백미밥 콩비지찌개 새우표고버섯볶음 돌자반 백김치	 5,9 5,6,9	백미밥 소고기양배추국 삼치구이 청경채된장무침 백김치	 5,6,9,16 5 5	백미밥 닭곰탕 다진고기두부조림 상추무침 백김치	 5,6,9,15 5,6,10 5,6	백미밥 근대된장국 소고기당면볶음 양배추사과무침 백김치	 5,9 5,6,16 5,6	백미밥 맑은오징어국 닭채소볶음 브로콜리깨무침 백김치	 5,6,9,17 5,6,15 5,6
영양량(영)kcal/g	581/33		573/23		502/21		507/25		556/23	
(유)kcal/g	775/45		764/31		670/27		676/34		742/31	
메뉴변동사항										

4주	11월 23일	알레르기	11월 24일	알레르기	11월 25일	알레르기	11월 26일	알레르기	11월 27일	알레르기
	월	번호표시	화	번호표시	수	번호표시	목	번호표시	금	번호표시
오전 간식	닭살브로컬리죽	5,6,9,15	감자크림스프 조각식빵	2,5,6,15,16 6	소고기채소죽	5,6,9,16	찐단호박 유기농우유	 2	귤 그릭요거트	 2
점심	찹쌀밥 황태두부국 돈육콩나물볶음 양배추쌈 배추김치 (영아:백김치)	 5,6,9 5,6,10 5 9	차수수밥 소고기된장찌개 채소계란찜 새송이버섯조림 알타리김치 (영아:백김치)	 5,6,16 1 5,6 9	기장밥 김치어묵국 닭살고구마조림 미역줄기볶음 깍두기 (영아:백김치)	 5,6,9 5,6,15 5,6 9	강황쌀밥 청국장찌개 임연수구이 고사리들깨나물 배추김치 (영아:백김치)	 5,9,10 5 5,6 9	찹쌀밥 설렁탕 세멸치볶음 도토리묵오이무침 깍두기 (영아:백김치)	 16 5,6 9
오후 간식	통곡물깜빠뉴/유기농우유 경기도과일: 배	2,5,6/2	김가루섞음밥 유기농우유	5,6 2	샤인머스캣 그릭요거트	 2	베이컨크림스파게티 옥수수차	2,5,6,10	증편(영아: 찐고구마) 유기농우유	 2
저녁	백미밥 만둣국 코다리무조림 시금치나물 백김치	 5,6,10 15.16 5,6	백미밥 미역국 돈채파프리카볶음 치커리배무침 백김치	 5,6,9 5,6,10 5,6	백미밥 콩나물국 새우양배추볶음 도라지나물 백김치	 5,6,9 5,6,9	백미밥 애호박새우국 돈육버섯볶음 감자조림 백김치	 5,6,9 5,6,10 5,6	돈육카레라이스 아욱국 코올슬로 토마토 백김치	2,5,6,10,12,16,18 5,6,9 12
영양량(영)kcal/g	556/32		611/44		546/21		624/28		554/18	
(유)kcal/g	742/42		814/58		728/27		832/38		739/24	
메뉴변동사항										

별이든어린이집 임수현 영양사 작성

2026년

11월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시

5주	11월 30일	알레르기								
	월	번호표시								
오전 간식	새우살감자죽	5,6,9								
점심 	차조밥 닭미역국 돈육오징어볶음 숙주나물 배추김치 (영아:백김치)	 5,6,9,15 5,6,9,10 9								
오후 간식	찐빵/오렌지 유기농우유	2,5,6/- 2								
저녁 	백미밥 육개장 계란말이 파프리카어묵볶음 백김치	 5,6,9,16 1 5,6								
영양량(영)kcal/g	586/30									
(유)kcal/g	782/40									
메뉴변동사항										

별이든어린이집 임수현 영양사 작성

식 재 료 원 산 지 안 내

밥/죽/누룽지				배추김치		백김치	얼갈이/봄동		콩류			육류			
백미	현미	흑미	찹쌀	배추	고춧가루	배추	배추	고춧가루	두부류	콩국수	콩비지	소고기 (한우/육우/젖소)	돼지고기	닭고기	오리고기
국내산				국내산	국내산	국내산			국산		국산	국내산(한우)	국내산	국내산	국내산

수산물										수산가공품		식육가공품		기타			
명태 (동태)	명태 (코다리)	고등어	갈치	오징어	다랑어	아귀	주꾸미	전복	낙지	참치캔(다랑어)	진미채(오징어)	베이컨(돼지고기)	훈제오리(오리)				
러시아산	러시아산	국내산		국내산			국내산	국내산	국내산	원양산	페루산	국산	국산				

☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 꽃게, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, 낙지, 참조기, 전복, 방어, 부세, 볼락 사용 시 원산지 기재

*알레르기유발식품(19종) : ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기,⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴,전복,홍합), ⑲잣