동편하은별 ★ 어린이집

2026년 11월

만 1-2세 식단표(일반형)

안양시 어린이·사회복지급식관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

작성 : 안양시 어린이·사회복지급식관리지원센터 영양팀

	월	화	수	목	금	토
	2	3	4	5	6	7 입동
오전간식	누룽지죽	잘게자른바나나	크림스프②	잘게자른귤	샤인머스캣	우유②
점심	쌀밥 근대된장국⑤⑥ 안매운제육볶음⑤⑥⑩ 파프리카무침⑤⑥ 백김치(배추김치⑨)	기장밥 단호박국 두부우엉조림⑤⑥ 오이무침⑤ 백김치(배추김치⑨)	쇠고기숙주덮밥⑤⑥⑯ 배춧국⑤ 고구마조림⑤⑥ 백김치(배추김치⑨)	쌀밥 안매운김치찌개⑤⑨ 고등어조림⑤⑥⑦ 청포묵채소무침①⑤⑥ 백김치(배추김치⑨)	차조밥 청경챗국⑤⑥ 순살닭볶음탕⑤⑥⑮ 양상추샐러드⑤⑥ 백김치(배추김치⑨)	참치비빔밥&달걀후라이 ①⑤⑥ 시래기된장국⑤⑥ 백김치(배추김치⑨) 잘게자른씨없는포도
오후간식	치킨너겟/우유②	삶은달걀①/우유②	온메밀국수③⑤⑥	모닝빵①②⑥/우유②	물만두/우유②	
열량/단백질	423/16	468/17	517/16	432/17	353/17	382/15
	9	10	11	12	13	14
오전간식	순두부달걀탕	오이스틱	떠먹는요구르트②	잘게자른 사과	잘게자른배	우유②
점심	수수밥 우거지양팟국 브로콜리달걀찜① 명엽채조림⑤⑥ 백김치(배추김치⑨)	쌀밥 부추된장국⑤⑥ 쇠고기무조림⑤⑥⑯ 연근참깨소스무침⑤⑥ 백김치(배추김치⑨)	새우살달걀볶음밥①⑤⑨ 두부미역국⑤⑥ 당근샐러드 백김치(배추김치⑨)	찹쌀밥 팽이버섯국 간장닭갈비⑤⑥⑮ 콩나물무침⑤ 백김치(배추김치⑨)	쌀밥 감잣국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 백김치(배추김치⑨)	두부하이라이스⑤⑥ 대구살국⑤⑥ 백김치(배추김치⑨) 잘게자른파인애플
오후간식	김주먹밥/우유	찐고구마/우유②	어묵국	소보르빵①②⑥/우유②	팬케이크①②⑤⑥/우유②	
열량/단백질	368/16	505/14	493/17	414/18	472/19	402/17
	16	17	18	19	20	21
오전간식	누룽지죽	당근스틱/	유아치즈②	샤인머스캣	잘게자른키위	우유②
점심	쌀밥 미소장국⑤⑥ 쇠고기청경채볶음⑤⑥⑯ 잘게자른오징어실채무침 ⑤⑥⑰ 백김치(배추김치⑨)	차조밥 수제빗국①⑥ 임연수구이⑤⑥ 도토리묵상추무침⑤⑥ 백김치(배추김치⑨)	닭살카레라이스⑤⑥⑮ 숙주실팟국 연두부샐러드⑤⑥ 백김치(배추김치⑨)	쌀밥 근댓국⑤⑥ 돈가스&소스①⑤⑥⑩⑫ 양배추무침 백김치(배추김치⑨)	기장밥 쑥갓어묵국⑤⑥ 두부동그랑땡①⑤⑥ 고사리볶음⑤⑥ 백김치(배추김치⑨)	쇠고기파프리카볶음밥 ⑤⑯ 보리새우맑은국⑤⑥⑨ 백김치(배추김치⑨) 잘게자른단감
오후간식	약과/우유②	찐단호박/우유②	토마토스파게티⑤⑥⑫⑯	쌀찐빵①②⑥/우유②	깻잎부침개①⑤⑥/ 우유②	
열량/단백질	482/19	589/23	511/18	429/17	435/17	377/13
	23	24	25 Clean Day	26	27	28
오전간식	순두부달걀탕	파프리카스틱	우유in미숫가루②	잘게자른귤	잘게자른배	우유②
점심	찹쌀밥 맑은미역국⑤⑥ 오리부추찜⑤⑥ 감자조림⑤⑥ 백김치(배추김치⑨)	쌀밥 안매운콩나물김칫국⑤⑨ 두부간장조림⑤⑥ 호박나물⑤ 백김치(배추김치⑨)	돈육당근볶음밥⑤⑥⑩ 북어뭇국①⑤⑥ 치커리사과무침⑤⑥ 백김치(배추김치⑨)	수수밥 시금칫국⑤⑥ 연근스크램블에그①⑤ 느타리버섯나물⑤ 백김치(배추김치⑨)	쌀밥 얼갈이맑은국⑤⑥ 쇠고기오이볶음⑤⑥⑯ 우엉조림⑤⑥ 백김치(배추김치⑨)	닭살불고기덮밥⑤⑥⑮ 유부장국⑤⑥ 백김치(배추김치⑨) 잘게자른키위
오후간식	미니핫도그/우유②	찐감자/우유②	수제비국	단호박식빵0①②⑥ /우유②	당근채전①⑤⑥/ 우유②	
열량/단백질	414/12	419/17	479/18	427/16	431/14	387/16
	30					
오전간식	누룽지죽					
점심	쌀밥 건새우아욱국⑤⑥⑨ 두부구이&저염양념장⑤⑥ 브로콜리숙회 백김치(배추김치⑨)					
오후간식	약과/우유②					
열량/단백질	480/21					

저희원은  에서 고기류(소고기,돼지고기,닭고기)와 생선류 그 외 우유, 달걀 (유정란)등 기타(소금,설탕,참기름등의 부재료)이용하며,

 주로 채소를 이용 하고 있습니다.

 <- 이표시는 경기도건강과일 지원 과일입니다!!

원산지	쌀	배추김치	육류			수산물		식육·수산물 가공품				콩		
	밥/죽	배추	쇠고기		돼지고기	닭고기	고등어	오징어	참치(캔)		가쓰오부시		두부	연부	순부
			국내산(택 1)	외국산											
	국내산	국내산	☑ 한우 ☐ 육우 ☐ 젖소	-	국내산	국내산	국내산	국내산	다랑어	외국산	다랑어	-	국내산		
	누룽지	고춧가루	★알레르기 유발식품★ ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 ※⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있으므로 식품알레르기 식단에 별도표시하지 않았으니 참고해 주시기 바랍니다.										
	국내산	국내산													

가공품	훈제오리		너비아니		돈육완자		생선가스		떡갈비		치킨너겟
	오리고기	국내산	쇠고기	국내산	돼지고기	국내산	명태	러시아산	쇠고기/돼지고기	국내산	국내산