



< 2026년 10월 식단 / 간식표 >



결 재	영양사	원 장
	임재연	

주	일 자				1일(목)	2일(금)
1	오전간식				옥수수스프,식빵	플레인요거트,건블루베리
	점 심				차조밥 다시마양파국 달걀간장조림 브로콜리두부무침 배추김치	수수밥 모듬버섯국 쇠고기청경채볶음 열무무침 배추김치
	오후간식				제철과일,치즈	카스테라,우유
2	일 자	5일(월)	6일(화)	7일(수)	8일(목)	9일(금)
	오전간식		미숫가루,우유	누룽지죽,깍두기	양송이버섯스프,식빵	한글날
	점 심		강황쌀밥 안매운김치콩나물국 고등어구이 우영채조림 깍두기	기장밥 소고기미역국 잡채 치킨 배추김치	카무트쌀밥 우렁된장찌개 오삼불고기 미역줄거리볶음 깍두기	
	오후간식		크래미채소죽먹밥,보리차	잘게자른무지개떡,매실주스	제철과일,치즈	
3	일 자	12일(월)	13일(화)	14일(수)	15일(목)	16일(금)
	오전간식	녹두죽,야채스틱	제철과일	흑임자죽	미숫가루,우유	플레인요거트,건포도
	점 심	차조밥 안매운김치국 야채달걀찜 애호박나물 배추김치	클로렐라쌀밥 순두부찌개 오야꼬동 미나리숙주나물 깍두기	카무트쌀밥 쇠고기감자국 열무된장무침 참치감자조림 배추김치	차조밥 설렁탕&소면 썩갓스크램블 김구이 깍두기	간장수육덮밥 숙주맑은국 청포묵무침 깍두기 이오
	오후간식	찐단호박,우유	삶은달걀,결명자차	볶음우동	제철과일,치즈	시리얼,우유
4	일 자	19일(월)	20일(화)	21일(수)	22(목)	23일(금)
	오전간식	소고기김죽,야채스틱	제철과일	누룽지죽,깍두기	콘스프,크루통	플레인요거트,건블루베리
	점 심	클로렐라쌀밥 만둣국 두부연근조림 김구이 깍두기	참쌀밥 잘게자른오징어무국 버섯불고기 당근감자채볶음 깍두기	짜장밥 탕수육*과일소스 블루베리요거트과일샐러드 배추김치 젤리스틱	혼합잡곡밥 안매운닭개장 멸치건과볶음 콩나물무침 깍두기	울무밥 들깨수제비국 삼치카레구이 건파래자반 배추김치
	오후간식	짜장면,보리차	멸치김주먹밥,결명자차	고구마맛탕,우유	제철과일,치즈	핫도그&케첩,우유
5	일 자	26일(월)	27일(화)	28일(수)	29일(목)	30일(금)
	오전간식	애호박죽,야채스틱	제철과일	단호박죽	양송이버섯스프,식빵	플레인요거트,크랜베리
	점 심	흑미밥 유부국 유자소불고기 숙주나물 깍두기	수수밥 돈육콩비지찌개 코다리조림 고사리나물 배추김치	닭고기파인애플볶음밥 팽이된장국 오이양파무침 깍두기 치즈볼	클로렐라쌀밥 등뼈감자탕 브로콜리샐러드 얼갈이무침 깍두기	강황쌀밥 북어채콩나물국 두부양념구이 근대된장무침 배추김치
	오후간식	온모밀	갈비만두,보리차	피자떡볶이,보리차	제철과일,치즈	시리얼,우유

*상기메뉴는 수급 상황에 따라 <동일식품군/동일조리법>내에서 변경 될 수 있습니다.

*알레르기유발식품: 난류, 우유, 메밀, 땅콩, 대두, 밀, 고등어, 새우, 돼지고기, 토마토, 복숭아, 호두, 잣, 소고기, 돼지고기, 오징어, 조개류, 굴, 전복, 홍합, 야황산염 (알레르기가 있는 원아들은 식단을 미리 확인하여 주시고 알려 주시면 대체 식품을 제공하겠습니다.)

*영아반은 백김치가 제공됩니다. *육류는 모두 익힌 후 제공됩니다.

<원산지표시>: 수산물 15종류[넙치(광어),조피볼락(우럭),참돔,미꾸라지,낙지,뱅장어,명태,고등어,갈치,오징어,꽃게,참조기,다랑어(참치),아귀,주꾸미]

원산지 표시	쌀 (법,축, 누룽지)	김치		소고기		돼지고기	닭고기	농(두부류,콩 국수,콩비지)	수산물				가공품		
		배추,무	고춧가루	국거리, 죽용	불고기용 갈비				고등어	오징어	다랑어 (참치)	코다리 (명태)	치킨	탕수육	갈비만두
	국내산	국내산	국내산	국내산 한우	호주산	국내산	국내산	국내산& 수입산	국내산, 노르웨이	국내산	국내제조 (가다랑어 :원양산)	러시아	국내제조 (계육: 브라질산)	국내제조 (돈육,계육 :국산)	국내제조 (돼지고기: 국산)