[2026-109호]

11월 식 단 표

(만 3-5세)

구 분	11월 2일 (월)	11월 3일 (화)	11월 4일 (수)	11월 5일 (목) 세계음식의 날	11월 6일 (금)	11월 7일 (토)
오 전 간 식	우유② 바나나	우유② 시리얼⑤	햄채소볶음밥②⑤⑥⑩⑯	우유② 단감	햄김치볶음밥②⑤⑥⑨⑩⑯	두유⑤
점 심 식 단	현미밥 크래미달걀국①⑤⑥⑧ 돈육버섯볶음⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	검은콩밥 육개장⑤⑥⑯ 두부부침⑤&양념장⑤⑥ 애호박볶음⑤ 배추김치⑨	채소카레라이스 ①②⑤⑥⑫⑯⑱ 팽이버섯된장국⑤⑥ 치킨너겟①②⑤⑥⑮⑯ 요구르트② 깍두기⑨	수수밥 쇠고기미역국⑤⑥⑯ 달걀말이①⑤⑥ 올리비에(감자샐러드) ①②⑤⑥⑩⑯ 배추김치⑨	율무밥 청국장⑤⑥⑨⑩ 고등어구이⑤⑦ 참나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	우유② 치킨샌드위치 ①②⑤⑥⑫⑮
오 후 간 식	보리차 감자전	사과주스 딸기잼샌드위치②⑤⑥	우유② 샤인머스켓	잔치국수①⑤⑥	우유② 고구마크림빵②⑤⑥	-
원산지	쌀(밥)·돼지고기-국내산	쌀(밥)·두부(콩)-국내산 /쇠고기-호주산	쌀(밥)·햄(돼지고기,돈지방) ·치킨너겟(닭고기)-국내산	쌀(밥)-국내산 /쇠고기-호주산	쌀(밥)·햄(돼지고기,돈지방) ·청국장(콩)·두부(콩) ·돼지고기·고등어-국내산	치킨(닭고기)-국내산
칼로리(kcal) /단백질(g)	**651.2 / 25.6**	**647.7 / 24.8**	**651.5 / 26.0**	**627.2 / 23.4**	**681.0 / 25.7**	**597.0 / 23.2**
구 분	**11월 9일 (월)**	**11월 10일 (화)**	**11월 11일 (수) 세계음식의 날**	**11월 12일 (목)**	**11월 13일 (금)**	**11월 14일 (토)**
오 전 간 식	버섯스프①②⑤⑥⑯	날치알볶음밥	떠먹는요구르트② 찐당근스틱	우유② 배	치즈② 볶음멸치	떠먹는요구르트②
점 심 식 단	찹쌀밥 시래기된장국⑤⑥ 우유달걀찜①② 굴소스버섯볶음⑤⑱ 깍두기⑨	병아리콩밥 부대찌개①②⑤⑥⑨⑩⑱ 어묵볶음⑤⑥ 마카로니샐러드①②⑤⑥ 깍두기⑨	참치마요덮밥①⑤⑥ 유부된장국⑤⑥ 콩나물무침⑤ 짜먹는요구르트② 배추김치⑨	기장밥 달걀파국① 쇠고기청경채볶음⑤⑥⑯⑱ 숙주나물 깍두기⑨	보리밥 미역된장국⑤⑥ 돼지고기수육⑩ 무말랭이무침⑤⑥ 김장김치⑨	둥글레차 김밥①②⑤⑥⑩⑫
오 후 간 식	우유② 군고구마	우유② 샐러드빵①②⑤⑥⑩⑯	오꼬노모야끼 ①⑤⑥⑩⑫⑯	온메밀소바③⑤⑥	우유② 꿀호떡②⑤⑥	-
원산지	쌀(밥)-국내산	쌀(밥)·햄(돼지고기,돈지방) ·소시지(돼지고기,돈지방) ·두부(콩)-국내산	쌀(밥)-국내산 /참치캔(가다랑어)-원양산 /베이컨(돼지고기)-외국산	쌀(밥)-국내산 /쇠고기-호주산	쌀(밥)·돼지고기-국내산	쌀(밥)·햄(돼지고기, 돈지방)-국내산
칼로리(kcal) /단백질(g)	**641.1 / 26.7**	**653.1 / 24.4**	**661.0 / 27.3**	**624.1 /23.6**	**651.7 / 25.4**	**279.1 / 9.9**
구 분	**11월 16일 (월)**	**11월 17일 (화)**	**11월 18일 (수)**	**11월 19일 (목) 세계음식의 날**	**11월 20일 (금)**	**11월 21일 (토)**
오 전 간 식	우유② 사과	요구르트② 삶은달걀①	우유② 샤인머스켓	우유② 배	쇠고기콩나물된장죽⑤⑥⑯	두유⑤
점 심 식 단	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑮ 다시마쌈&초장⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 무채국⑤⑥ 쇠고기두부조림⑤⑥⑯ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	목살필라프⑤⑥⑩⑫ 얼갈이된장국⑤⑥ 진미채조림①⑤⑥⑰ 조미김 깍두기⑨	현미밥 김치순두부국①⑤⑥⑨ 부추돼지불고기⑤⑥⑩ 애호박볶음⑤ 깍두기⑨	완두콩밥 동태지리탕⑤⑥ 버섯메추리알장조림①⑤⑥ 취나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	우유② 햄치즈샌드위치 ①②⑤⑥⑩⑯
오 후 간 식	오렌지주스 단팥붕어빵①⑤⑥	우유② 김치전⑤⑥⑨	어묵탕⑤⑥	자장면①②⑤⑥⑩⑮⑯	우유② 땅콩크림빵①②④⑤⑥	-
원산지	쌀(밥)·닭고기-국내산	쌀(밥)·두부(콩)-국내산 /쇠고기-호주산	쌀(밥)·돼지고기-국내산 /진미채(오징어)-외국산	쌀(밥)·순두부(콩)·돼지고기 -국내산	쌀(밥,죽)-국내산 /쇠고기-호주산 /동태-러시아산	햄(돼지고기,돈지방) -국내산
칼로리(kcal) /단백질(g)	**653.3 / 25.6**	**641.1 / 26.5**	**671.0 / 28.1**	**652.4 / 24.6**	**661.0 / 22.4**	**462.5 / 16.0**
구 분	**11월 23일 (월)**	**11월 24일 (화)**	**11월 25일 (수) 세계음식의 날**	**11월 26일 (목) 생일파티**	**11월 27일 (금) 식판데이**	**11월 28일 (토)**
오 전 간 식	떠먹는요구르트② 파프리카스틱	참치채소죽⑤	우유② 배	우유② 시리얼⑤	우유② 방울토마토⑫	떠먹는요구르트②
점 심 식 단	수수밥 근대된장국⑤⑥ 해물동그랑땡①⑤⑥⑫⑮⑯⑰ 우엉조림⑤⑥ 깍두기⑨	율무밥 애호박찜닭⑤⑥⑮ 도토리묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	오곡밥 배추된장국⑤⑥ 돈가스⑤⑥⑩ &소스⑤⑥⑫⑯⑱ 양배추샐러드①⑤ 깍두기⑨	팥찰밥 북어채미역국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑯ 참나물유자무침⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 들깨버섯국 두부조림⑤⑥ 콩나물무침⑤ 깍두기⑨	보리차 꼬마김밥①②⑤⑥⑩⑫
오 후 간 식	연두부찜 오리엔탈소스⑤⑥	우유② 핫케이크①②⑤⑥	뇨끼(크림수제비) ②⑤⑥⑩⑫⑮⑯	우동⑤⑥⑦	포도주스 고구마치즈케익①②⑤⑥	-
원산지	쌀(밥)-국내산/연두부(콩) -외국산/[동그랑땡(오징어 -외국산,닭고기-국내산)]	쌀(밥,죽)·두부(콩)·닭고기 -국내산/참치캔(가다랑어) -원양산	쌀(밥)·돈가스(돼지고기) -국내산/베이컨(돼지고기) -외국산	쌀(밥)-국내산 /쇠고기-호주산	쌀(밥)·두부(콩)-국내산	쌀(밥)·햄(돼지고기, 돈지방)-국내산
칼로리(kcal) /단백질(g)	**643.5 / 25.7**	**675.4 / 26.1**	**669.7 / 29.4**	**645.1 / 25.6**	**655.8 / 28.7**	**369.2 / 12.0**

구 분	11월 30일 (월)
오 전 간 식	우유② 바나나
점 심 식 단	보리밥 콩비지찌개⑤⑥⑨⑩ 스크램블에그①⑤ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨
오 후 간 식	사과주스 매콤치즈떡볶이②⑤⑥
원산지	쌀(밥)·돼지고기·콩비지(콩) ·두부(콩)-국내산
칼로리(kcal) /단백질(g)	**671.4 / 25.6**

*** 알레르기 유발 식품 번호**

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

*** 별도 표시 되지 않은 알레르기 유발 식품 번호**

⑬아황산류
(표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함)

※ **배추김치, 깍두기**는 **배추, 무, 고춧가루, 소금**은 **국내산 재료**를 사용하여 직접 담가 제공 또는 구매하여 제공

근로복지공단안산어린이집 ☎ 031-491-4210~1

[2026-109호]

11월 식 단 표

(만 1-2세)

구 분	11월 2일 (월)	11월 3일 (화)	11월 4일 (수)	11월 5일 (목) 세계음식의 날	11월 6일 (금)	11월 7일 (토)
오 전 간 식	우유② 바나나	우유② 시리얼⑤	햄채소볶음밥②⑤⑥⑩⑯	우유② 단감	김가루볶음밥①⑤⑥	두유⑤
점 심 식 단	현미밥 크래미달걀국①⑤⑥⑧ 돈육버섯볶음⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 백김치⑨	검은콩밥 육개장⑤⑥⑯ 두부부침⑤&양념장⑤⑥ 애호박볶음⑤ 백김치⑨	채소카레라이스 ①②⑤⑥⑫⑯⑱ 팽이버섯된장국⑤⑥ 치킨너겟①②⑤⑥⑮⑯ 요구르트② 백김치⑨	수수밥 쇠고기미역국⑤⑥⑯ 달걀말이①⑤⑥ 올리비에(감자샐러드) ①②⑤⑥⑩⑯ 백김치⑨	율무밥 청국장⑤⑥⑨⑩ 고등어구이⑤⑦ 참나물무침⑤⑥ 백김치⑨	우유② 치킨샌드위치 ①②⑤⑥⑫⑮
오 후 간 식	보리차 감자전	사과주스 딸기잼샌드위치②⑤⑥	우유② 샤인머스켓	잔치국수①⑤⑥	우유② 고구마크림빵②⑤⑥	-
원산지	쌀(밥)·돼지고기-국내산	쌀(밥)·두부(콩)-국내산 /쇠고기-호주산	쌀(밥)·햄(돼지고기,돈지방) ·치킨너겟(닭고기)-국내산	쌀(밥)-국내산 /쇠고기-호주산	쌀(밥)·청국장(콩)·두부(콩) ·돼지고기·고등어-국내산	치킨(닭고기)-국내산
칼로리(kcal) /단백질(g)	**455.8 / 17.9**	**453.4 / 17.4**	**456.1 / 18.2**	**439.0 / 16.4**	**476.7 / 18.0**	**417.9 / 16.2**
구 분	**11월 9일 (월)**	**11월 10일 (화)**	**11월 11일 (수) 세계음식의 날**	**11월 12일 (목)**	**11월 13일 (금)**	**11월 14일 (토)**
오 전 간 식	버섯스프①②⑤⑥⑯	날치알볶음밥	떠먹는요구르트② 찐당근스틱	우유② 배	치즈② 볶음멸치	떠먹는요구르트②
점 심 식 단	찹쌀밥 시래기된장국⑤⑥ 우유달걀찜①② 굴소스버섯볶음⑤⑱ 백김치⑨	병아리콩밥 콩나물두부국⑤⑥ 어묵볶음⑤⑥ 마카로니샐러드①②⑤⑥ 백김치⑨	참치마요덮밥①⑤⑥ 유부된장국⑤⑥ 콩나물무침⑤ 짜먹는요구르트② 백김치⑨	기장밥 달걀파국① 쇠고기청경채볶음⑤⑥⑯⑱ 숙주나물 백김치⑨	보리밥 미역된장국⑤⑥ 돼지고기수육⑩ 무말랭이무침⑤⑥ 백김치⑨	둥글레차 김밥①②⑤⑥⑩⑫
오 후 간 식	우유② 군고구마	우유② 샐러드빵①②⑤⑥⑩⑯	오꼬노모야끼 ①⑤⑥⑩⑫⑯	온메밀소바③⑤⑥	우유② 꿀호떡②⑤⑥	-
원산지	쌀(밥)-국내산	쌀(밥)·두부(콩)-국내산	쌀(밥)-국내산 /참치캔(가다랑어)-원양산 /베이컨(돼지고기)-외국산	쌀(밥)-국내산 /쇠고기-호주산	쌀(밥)·돼지고기-국내산	쌀(밥)·햄(돼지고기, 돈지방)-국내산
칼로리(kcal) /단백질(g)	**448.8 / 18.7**	**457.2 / 17.1**	**462.7 / 19.1**	**436.9 / 16.5**	**456.2 / 17.8**	**195.4 / 6.9**
구 분	**11월 16일 (월)**	**11월 17일 (화)**	**11월 18일 (수)**	**11월 19일 (목) 세계음식의 날**	**11월 20일 (금)**	**11월 21일 (토)**
오 전 간 식	우유② 사과	요구르트② 삶은달걀①	우유② 샤인머스켓	우유② 배	쇠고기콩나물된장죽⑤⑥⑯	두유⑤
점 심 식 단	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑮ 다시마쌈&초장⑤⑥ 백김치⑨	차조밥 무채국⑤⑥ 쇠고기두부조림⑤⑥⑯ 시금치나물⑤⑥ 백김치⑨	목살필라프⑤⑥⑩⑫ 얼갈이된장국⑤⑥ 진미채조림①⑤⑥⑰ 조미김 백김치⑨	현미밥 달걀순두부국①⑤⑥ 파채돼지불고기⑤⑥⑩ 애호박볶음⑤ 백김치⑨	완두콩밥 동태지리탕⑤⑥ 버섯메추리알장조림①⑤⑥ 취나물무침⑤⑥ 백김치⑨	우유② 햄치즈샌드위치 ①②⑤⑥⑩⑭
오 후 간 식	오렌지주스 단팥붕어빵①⑤⑥	우유② 부추전⑤⑥	어묵탕⑤⑥	자장면①②⑤⑥⑩⑮⑯	우유② 땅콩크림빵①②④⑤⑥	-
원산지	쌀(밥)·닭고기-국내산	쌀(밥)·두부(콩)-국내산 /쇠고기-호주산	쌀(밥)·돼지고기-국내산 /진미채(오징어)-외국산	쌀(밥)·순두부(콩)·돼지고기 -국내산	쌀(밥,죽)-국내산 /쇠고기-호주산 /동태-러시아산	햄(돼지고기,돈지방) -국내산
칼로리(kcal) /단백질(g)	**457.3 / 17.9**	**448.8 / 18.6**	**469.7 / 19.7**	**456.7 / 17.2**	**462.7 / 15.7**	**323.8 / 11.2**
구 분	**11월 23일 (월)**	**11월 24일 (화)**	**11월 25일 (수) 세계음식의 날**	**11월 26일 (목) 생일파티**	**11월 27일 (금) 식판데이**	**11월 28일 (토)**
오 전 간 식	떠먹는요구르트② 파프리카스틱	참치채소죽⑤	우유② 배	우유② 시리얼⑤	우유② 방울토마토⑫	떠먹는요구르트②
점 심 식 단	수수밥 근대된장국⑤⑥ 해물동그랑땡①⑤⑥⑫⑮⑯⑰ 우엉조림⑤⑥ 백김치⑨	율무밥 애호박찜닭⑤⑥⑮ 단호박찜닭⑤⑥⑮ 도토리묵무침⑤⑥ 백김치⑨	오곡밥 배추된장국⑤⑥ 돈가스⑤⑥⑩ &소스⑤⑥⑫⑯⑱ 양배추샐러드①⑤ 백김치⑨	팥찰밥 북어채미역국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑯ 참나물유자무침⑤⑥ 백김치⑨	기장밥 들깨버섯국 두부조림⑤⑥ 콩나물무침⑤ 백김치⑨	보리차 꼬마김밥①②⑤⑥⑩⑫
오 후 간 식	연두부찜 오리엔탈소스⑤⑥	우유② 핫케이크①②⑤⑥	뇨끼(크림수제비) ②⑤⑥⑩⑫⑮⑯	우동⑤⑥⑦	포도주스 고구마치즈케익①②⑤⑥	-
원산지	쌀(밥)-국내산/연두부(콩) -외국산/[동그랑땡(오징어 -외국산,닭고기-국내산)]	쌀(밥,죽)·두부(콩)·닭고기 -국내산/참치캔(가다랑어) -원양산	쌀(밥)·돈가스(돼지고기) -국내산/베이컨(돼지고기) -외국산	쌀(밥)-국내산 /쇠고기-호주산	쌀(밥)·두부(콩)-국내산	쌀(밥)·햄(돼지고기, 돈지방)-국내산
칼로리(kcal) /단백질(g)	**450.5 / 18.0**	**472.8 / 18.3**	**468.8 / 20.6**	**451.6 / 17.9**	**459.1 / 20.1**	**25.8.4 / 8.4**

구 분	11월 30일 (월)
오 전 간 식	우유② 바나나
점 심 식 단	보리밥 콩비지찌개⑤⑥⑨⑩ 스크램블에그①⑤ 시금치나물⑤⑥ 백김치⑨
오 후 간 식	사과주스 간장볼어묵볶음⑤⑥
원산지	쌀(밥)·돼지고기·콩비지(콩) ·두부(콩)-국내산
칼로리(kcal) /단백질(g)	**470.0 / 17.9**

*** 알레르기 유발 식품 번호**

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

*** 별도 표시 되지 않은 알레르기 유발 식품 번호**

⑬아황산류

(표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함)

※ **백김치(배추, 소금)는 국내산으로** 구매하여 제공

근로복지공단안산어린이집 ☎ 031-491-4210~1

[2026-109호]

✉ 식단 안내사항 ✉

* **2010년 5월부터 「영.유아 우유급식 지원 사업」으로 매일(월요일~금요일) 우유(유제품) 를 제공(안산시 지원)**
* **2019년 6월부터「어린이 건강과일 공급사업」으로 매주 1~2회 제철과일을 제공(경기도·안산시 지원)**
* 매달 **'생일 미역국'** 제공 - 생일을 맞은 친구들과 선생님 모두 **생일 축하합니다 ♥**
* **식단은 식자재 수급 사정 및 어린이집 사정에 따라 변동될 수 있습니다.**
* **토요보육을 신청한 원아는 해당 식단이 제공 / 신청하지 않았을 경우, 미제공**
* 천연조미료(건새우·멸치, 다시마, 양파, 대파 등) 사용
* 수산물은 전량 '방사능 측정' 후 적합으로 확인된 물품으로 조리하여 제공
* 단품 간식이 나가는 경우, 물 또는 차 등을 함께 제공

* **식품 알레르기**가 있는 원아는 해당 알레르기 식품을 **제외하고** 조리하여 제공
  (같은 식품군으로 제공하는 것을 희망하는 경우, 가정에서 대체식을 준비하여 제공가능)
* 알레르기, 종교 대체식으로 제공되는 **두부류(콩)은 국내산**으로 제공
* **배추김치, 깍두기는 배추, 무, 고춧가루, 소금은 국내산 재료를** 사용하여 직접 담가제공
  / 그 외, **김치(백김치, 열무김치, 동치미 등 : 국내산)** 구매하여 제공
* 나들이(소풍) 도시락으로 **햄(돼지고기, 돈지방 : 국내산), 배추김치(배추,고춧가루, 소금 : 국내산)**으로 만든
  '햄채소볶음밥' 또는 '햄김치볶음밥' 등 제공



세계음식의 날

국기가 표시된 식단은 **'세계음식의 날'** 식단입니다. 아이들이 여러 나라의 음식을 맛보며 자연스럽게 다른 문화와 전통을 경험할 수 있는 날입니다. 맛있는 식사를 통해 다양한 문화를 경험할 수 있도록 마련되었습니다.

✉ [어린이 식단운영·관리지침 개정 안내]

질식 위험 식품에 대한 우려가 커지며 정부는 전국 어린이집·유치원에 적용될 급식 지침을 **개정했습니다**.

◍ 주요 개정 내용

◆ 이유식기(12개월 이전-신설)
- 방울토마토, 포도 등 매끄럽고 동글동글한 음식, 콩, 견과류 등 딱딱한 음식 **제외**
- 떡 등 찰기 있는 음식 **제외**

◆ 만 2세 이하(35개월 이하)
– 떡류, 콩, 견과류, 옥수수 등 급식 금지
– 방울토마토, 포도, 메추리알 등은 세로방향으로 썰기
– 소시지: 1cm 미만으로 잘라 제공
* 전통식품(송편,떡국 등) 제공 시 운영위원회 협의 및 학부모 안내 필수

◆ 만 3세 이후 유아
– 떡 제공 가능하나, 자른 형태로 제공

◆ 전 연령 공통
– **젤리, 사탕 등 간식 제공 금지**

▶ 알레르기 유발 식품 번호

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

해당식품에 특정 증상을 보이는 어린이 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 어린이는 급식 시 각별히 주의하여 제한해 주시기 바랍니다.

「식품 등의 표시기준」(식품의약품안전처고시)'에 따라 어린이 급식소의 장은 식품알레르기 유발 물질 정보 및 응급조치 체계를 게시판 공지하여야 합니다. 이에 따라 메뉴별 알레르기 유발물질을 표기한 식단(대체식)이 제공됩니다.

▶ 별도 표시 되지 않은 알레르기 유발 식품 번호

⑬아황산류(표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함)

근로복지공단안산어린이집 식품 알레르기 지침

식품알레르기 지침 안내를 아래와 같이 하오니 영·유아들이 건강하게 생활할 수 있도록 내용을 참고하시기 바랍니다.

• **식품알레르기란?**
특정 개인에서 나타나는 우리 몸의 면역 이상반응으로 특정 음식물을 병원체와 같이 인식하는 것이다.

• **알레르기 발생 주요 부위 및 증상**
1. **입** : 가려움, 따가움 및 부풀어 오름(입술, 혀, 입안)
2. **피부** : 가려움, 붉어짐, 두드러기, 얼굴이나 피부가 부풀어 오름
3. **소화기** : 구토, 설사, 메스꺼움, 복부 경련
4. **목** : 목이 조여옴, 목이 쉼, 기침
5. **폐** : 숨이 가쁨, 기침, 천식
6. **심장** : 저혈압, 기절, 창백해짐, 얼굴과 피부가 푸르게 변함

• **알레르기 유발식품**



• **어린이 응급대처 방법**
1. 알레르기 증상 원아가 발견되면 즉시 원인 인자를 제거한다.
2. 원장이나 주임교사에게 보고한다.
3. 보호자에게 연락하여 영·유아의 상황을 알린다.
4. **아나필락시스(쇼크)**가 의심되는 경우, 119로 연락하거나 병원 진료를 한다.

• **알레르기 증상 원아 대체식**
조리과정에서 해당 알레르기식품을 제외한 뒤 조리하여 제공 및 가정에서 대체식을 보내주시면 급·간식으로 제공합니다.

★ 알레르기 증상 원아 대체식 ★

1. 알레르기 유발식품 제한은 완벽하게, 영양섭취는 충분하게 한다.
2. 알레르기 유발 식품이 소량 들어있거나, 가공 처리되어 있어도 모두 제한하는 것을 원칙으로 한다.
3. 가공식품을 선택할 때, 알레르기 유발 식품의 유무를 꼼꼼하게 살핀다.
4. 식품을 제한할 때에는 다양한 영양섭취에 신경을 써서 같은 식품군 내에서 대체 식품을 선택하여 영양부족을 피한다.
5. 포장의 라벨을 꼼꼼히 확인한다.
   * 과자에 견과류가 들어간 경우.
   * 쇼트닝(대두, 부분경화유), 생크림, 가공버터, 달걀(난류), 볶음대두분, 아몬드 분말 등 해산물이 들어간 경우.
   * 새우, 오징어류, 문어, 조개류, 해삼 등도 교차반응 주의.
   * 해산물 조미향.

근로복지공단안산어린이집

우리 함께 지구를 살려요

'매월 마지막주 금요일' 식판을 챙겨주세요!



하루 평균 급식실 물 사용량 약 600L

매월 마지막 주 금요일 '식판데이'가 진행됩니다.

아이들은 가정에서 직접 가져온 식판으로

친구들과 맛있는 점심을 먹게 됩니다!

많은 관심과 참여로 지구를 살리기 위한

작은 발걸음에 동행해 주세요 :D



근로복지공단안산어린이집 ☎ 031-491-4210~1