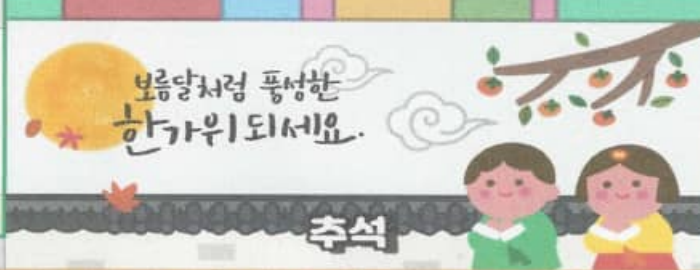


날짜(요일)		9월 1일(화)	9월 2일(수)	9월 3일(목)	9월 4일(금)	9월 5일(토)
오전간식		떠먹는요구르트②	포도	미숫가루⑤, 우유②	고구마스틱	우유②
중식		흰쌀밥/깍두기⑨ 미역국⑤⑥ 쇠고기피망조림⑤⑥⑩ 마카로니샐러드①⑤⑥	돼지고기짜장밥 ②⑤⑥⑩⑫⑭ 맑은우거지국⑤⑥ 새송이버섯나물⑤ 깍두기⑨ 요구르트②	차조밥/(백)배추김치⑨ 쇠고기감자국⑤⑥⑩ 두부까스+돈까스소스 ①⑤⑥⑫⑭⑯ 근대나물무침⑤⑥	흑미밥/(백)배추김치⑨ 콩가루시래기국⑤ 고구마달걀비⑤⑥⑯ 김치반	기장밥/깍두기⑨ 청국장국⑤ 해물등그랑탕①⑤⑥⑦⑧ 호박잎나물⑤⑥
오후간식		단호박우유스프②, 유기농쌀과자	잔치국수⑤⑥	머핀①②⑤⑥, 둥글레차	채소주먹밥, 옥수수차	-
열량/단백질		488/18	371/13	494/18	360/16	344/13
날짜(요일)	9월 7일(월)	9월 8일(화)	9월 9일(수)	9월 10일(목)	9월 11일(금)	9월 12일(토)
오전간식	바나나	두부과자①⑤⑥, 우유②	포도	파프리카스틱 슬라이스치즈②	오이스틱	두유⑤
중식	흰쌀밥/(백)배추김치⑨ 채개장국⑤⑥ 돼지고기당근찜⑤⑥⑩ 저당브로콜리흑임자소스무침 ①⑤	흑미밥/(백)배추김치⑨ 청경채된장국⑤⑥ 함박스테이크+케첩 ①②⑤⑥⑩⑫⑭⑯ 단호박블루베리무스②	쇠불고기비빔밥⑤⑥⑩ 연두부국⑤⑥ 어묵파프리카볶음⑤⑥ 깍두기⑨ 짜먹는요구르트②	수수밥/(백)배추김치⑨ 온도토리묵국⑤⑥ 달콤용담⑤⑥⑯ 비름나물⑤⑥	기장밥/깍두기⑨ 수제비국⑥ 고등어카레구이 ②⑤⑥⑦⑫⑭⑯ (돼지고기)피망조림②③⑥⑩⑫⑯ 애호박무침⑤⑥	차조밥/깍두기⑨ 건새우아욱국⑤⑥⑨ 달고기파프리카볶음⑤⑥⑯ 양상추무침
오후간식	삶은달걀①, 식혜	마들렌①②⑤⑥, 보리차	부추채소전①⑤⑥	곡물씨리얼⑤⑥, 우유②	찐감자, 둥글레차	-
열량/단백질	381/20	509/16	404/16	491/19	386/16 359/15	365/17
날짜(요일)	9월 14일(월)	9월 15일(화)	9월 16일(수)	9월 17일(목)	9월 18일(금)	9월 19일(토)
오전간식	아오리사과	미숫가루⑤, 우유②	복숭아	유기농쌀과자, 우유②	양배추스틱	크림스프②⑤⑥⑯⑰
중식	수수밥/깍두기⑨ 노타리버섯국⑤⑥ 오리고기주물럭⑤⑥ 고구마볶음⑤⑥	(선택유) 단호박밥 맑은콩나물국⑤ 돼지고기바베큐조림 ⑤⑥⑩⑫⑭ 오이무침⑤⑥ (백)배추김치⑨	간장마파두부덮밥⑤⑥ 만둣국⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨ 요구르트②	기장밥/깍두기⑨ 양지설렁탕②⑤⑥⑯⑰ 달걀말이①⑤ 상추사과무침⑤⑥	차조밥/(백)배추김치⑨ 시래기된장국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑯ (선택유) 콩나물무침⑤⑥	흑미밥/(백)배추김치⑨ 참치미역국⑤⑥ 쇠고기굴소스조림⑤⑥⑯⑰ 얼무나물
오후간식	달걀주먹밥①⑤, 옥수수차	모닝빵①②⑤⑥, 과채주스	토마토스파게티②③⑥⑩⑫⑯⑰	찐고구마, 보리차	모듬어묵탕⑤⑥	-
열량/단백질	397/14	426/21	398/13	475/18	331/24	322/16
날짜(요일)	9월 21일(월)	9월 22일(화)	9월 23일(수)	9월 24일(목)	9월 25일(금)	9월 26일(토)
오전간식	감귤	곡물씨리얼⑤⑥, 우유②	슬라이스치즈	 보름달처럼 풍성한 한가위 되세요. 추석		
중식	기장밥/깍두기⑨ 맑은콩비지찌개⑤⑨ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑰ 아욱나물⑤⑥	흑미밥/(백)배추김치⑨ 저염달걀탕①⑤⑥ 삼치옛장조림⑤⑥ (과일소스)돼지고기찜⑤⑥⑯ 브로콜리볶음⑤	파프리카잡채밥⑤⑥ 돌깨미역국⑤⑥ 동태전①⑤⑥ (치킨너겟)①②③⑥⑯ 깍두기⑨ 짜먹는요구르트②			
오후간식	미니우동⑤⑥	찐단호박, 둥글레차	소보로빵①②④⑤⑥, 두유⑤			
열량/단백질	390/12	489/20 480/20	460/17 475/16			
날짜(요일)	9월 28일(월)	9월 29일(화)	9월 30일(수)	식단 작성자 : 김현정, 엄유민 영양사 / 발행일 2026.8.20.(목)		
오전간식	바나나	떠먹는요구르트②	배	[식단 내 유색 글자 및 표시] ① 빨간색 글자 : 자연식품 ② 초록색 글자 : 원산지 의무 표기 대상 식품 ③ 체절과일 : 체절과일 또는 채소스틱으로 선택 제공 후 세부 메뉴명 작성 필요 ④ (백)배추김치로 표기하오니 어린이 급식소에서 선택 제공 후 세부 메뉴명 작성 필요 [대체 메뉴 제공] 식단표 내 수산물 대체 제공을 위한 (수산물 대체식품)을 안내하오니 참고 후 변경하여 제공할 수 있으며 수산물 대체 메뉴 제공 시 별도로 산출된 열량, 단백질 및 해당 식재료의 원산지를 확인하시기 바랍니다.		
중식	흰쌀밥/(백)배추김치⑨ 오징어묵국⑤⑥⑦ (쇠고기)묵국⑤⑥⑯ 달걀장조림①⑤⑥ 청경채무침⑤⑥	차조밥/깍두기⑨ 고구마순된장국⑤⑥ 돼지고기수육⑩ 양배추찜	쇠고기하이라이스 ②⑤⑥⑫⑭⑯⑰ 북엇국⑤⑥ 건취나물무침⑤⑥ 깍두기⑨ 요구르트②			
오후간식	김가루주먹밥, 보리차	헛케이크①②⑤⑥, 우유②	찐만두⑤⑥⑯			
열량/단백질	386/19 382/14	506/23	397/18	이미지 출처 : 미리캔버스		

밥	배추김치		백김치	콩류			쇠고기(국내산은 종류도 함께 표기)			돼지고기	닭고기
쌀(백미,흑미)	배추	고춧가루	배추	두부	연두부	콩비지	국용	볶음용	조림용		
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산 (양지)	호주산	호주산	국내산	국내산
오리고기	수산물			식육 가공품	함박스테이크		떡갈비		치킨너겟	해물등그랑탕	참치
	고등어	동태	오징어		쇠고기	돼지고기	쇠고기	돼지고기	닭고기	수산물 가공품	다랑어
국내산	네덜란드 산	러시아산	원양산		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	원양산	원양산

■ 알레르기 유발 식품 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산란 ⑭닭고기 ⑮쇠고기 ⑯오징어 ⑰조개류(전복, 홍합 포함) ⑱젓
 ■ 알레르기 유발 식품 번호는 사용하는 제품에 따라 다를 수 있으니 구입시 확인해 주시고, 어린이집의 장은 식품알레르기 유발 식품 정보 및 응급조치 체계를 게시판 등에 공지해야 합니다.
 (근거 자료 : 식약처 고시 「식품 등의 표시기준」)