

# 점심 식단 이용 시 안내사항



본 식단은 「2020 한국인 영양섭취 기준」에 준하였으며, 영양소 산출은 어린이·사회복지급식관리지원센터 어린이 식단 작성 프로그램으로 분석하였습니다.

| 연령      | 하루 권장 열량 | 급·간식 제공 열량 | 하루 권장 단백질량 | 급·간식 제공 단백질량 |
|---------|----------|------------|------------|--------------|
| 1-2세 영아 | 900kcal  | 420kcal 내외 | 20g        | 10g 이상       |

※ 점심 열량은 1일 섭취기준에서 28%, 간식 열량은 전체 열량필요량의 18% 전후로 제공함

## 원산지 표시 항목 (농수산물 원산지 표시에 관한 법률에 근거)

▶ 건강·안전 및 소비자의 알권리 확보를 위해 [식단표 하단]에 원산지를 기재 → **미표시 및 표시방법 위반 시 과태료 부과**

|              |                                                                                                                                                    |            |                                                                    |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------------------------------------------------|
| 쌀            | 밥, 죽, 누룽지                                                                                                                                          | 배추김치       | 배추 00산, 고춧가루 00산으로 표기                                              |
| 대두(콩)        | 두부류, 콩국수, 콩비지                                                                                                                                      | 육류 및 식육가공품 | 소고기 (국내산의 경우 한우, 젓소, 육우 구분표기)<br>돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기(염소고기, 산양 포함) |
| 수산물 및 수산물가공품 | 고등어, 오징어(진미채), 주꾸미, 낙지, 꽃게, 다랑어(참치, 가쓰오부시 포함), 넙치, 조피볼락, 참돔, 갈치, 참조기, 아귀, 명태 (황태, 북어 등 건조한 것은 제외, 단, 코다리(표시), 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁챙이(멍게), 전복, 방어, 부세 |            |                                                                    |

## 알레르기 유발 식품 표시 / 영유아 식단 구성 및 주의 식품 안내

- ▶ 알레르기 반응을 보이는 아동에게는 **해당 식품이 들어간 메뉴 및 가공식품**에 각별한 주의를 요함  
 ①난류(가금류에 한함) ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 \*⑬야황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣  
 \*야황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함됨
- ▶ 영유아 식단 구성 및 주의 식품 안내
  - **연령별 음식의 크기, 저작 및 소화기능** 등을 고려하여 **맵거나, 짜지 않게 조리**하고, 배식 시 **뼈나 가시는 전부 제거 후 제공**함  
 → 맵고 끈적한 음식(방울토마토, 포도, 메추리알 등) 제공 시 세로 방향으로 작게 썰고 가급적 껍질을 제거하며 제공 시 주의함  
 ※ 딱딱한 음식(콩, 땅콩 등 견과류), 찢기있는 음식(떡 등)을 제공하지 않음
  - **당이 높은 식품(제품)**은 제공을 **지양**함(초코시리얼, 주스, 아이스크림, 과자 등)  
 → 식단 내 빵류: **당 함량이 적은 빵**[퍼거스틱, 후레쉬번, 크루아상, 카스테라, 식빵, 모닝빵, 치즈빵]으로 구성  
 ※ 조리간식으로 제공되는 [잼샌드위치, 샐러드빵, 프렌치토스트 등]은 **당 섭취에 유의**하여 조리함

## 식단 감수

- ▶ 시설에서 식자재 수급이 어려운 경우 별도의 식단감수 없이 식단 변경 가능 함 \*식단 감수 안내문 참고
- 식단 감수가 필요한 경우  
 → 원내 행사 등 시설의 특성에 따라 식단을 변경해야 하는 경우 / **다른 식품군, 다른 조리방법으로** 메뉴를 변경하는 경우
- 식단 감수가 불필요한 경우  
 → 영양사가 작성한 식단에서 추가로 메뉴를 더 제공하는 경우/ **동일 식품군, 동일 조리방법으로** 메뉴를 변경하는 경우
- ▶ 식단 감수 신청 방법
  - ① 월간 식단 내 식단 감수 신청서를 다운받아 작성한다.
  - ② 변경한 메뉴(생일, 견학식 포함)를 식단표에 파란색으로 표시한다.
  - ③ 메일 제목에 '**식단 감수 신청\_식단 월\_기관명**'을 작성하고, 신청서와 식단표를 첨부하여 발송한다.

## 하남시만의 Up&Down 식단

|                              |                                                                                                     |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>푸드데이</b><br>(푸드브릿지)       | 편식 식재료를 여러 단계를 통해 점층적으로 노출시켜 거부감 줄이기<br>→ 푸드브릿지로 선정된 채소를 꾸준히 만나본다면? 편식 타파! 파워 Up!                   |
| <b>신선데이</b><br>(신선한 채소과일 섭취) | 신선한 채소·과일 주 3회 제공(오전·오후 간식으로 제공됨)<br>→ 최소한의 조리로 식재료 본연의 맛을 느껴봄과 동시에 건강까지 Up!                        |
| <b>그린데이</b><br>(탄소 저감화)      | 고기 없는 월요일! 탄소배출 줄이는 날!<br>→ 탄소배출 Down! 탄소배출 저감 식단으로 건강한 지구환경 만들기! 앞장서는 하남어린이!                       |
| <b>저염데이</b><br>(나트륨 조절)      | 저염 식단 : <국 없는 날>로 수요일·토요일 격주로 "맑은 숯농" 제공<br>→ 나트륨 Down! 영·유아때부터 자리잡는 싱겁게 먹기 습관!                     |
| <b>저당데이</b><br>(당 조절)        | 저당 식단 : 간식으로 제공되는 요구르트, 주스 대신 당 함류량이 낮은 "차"를 제공<br>→ 당 Down! 충치·소아비만 예방에 한걸음, 조금씩 줄여보자! 당 줄이기 프로젝트! |

| 일자(요일)          | <식단 안내사항 및 설명> 이달의  푸드브릿지 식재료                                                                                                                                                                     |                                                                                          | 1(목)                                                                                                                           | 2(금)                                                               | 3(토) 개천절                                                                            |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 오전간식            | 저장 후, QR을 길게 눌러 확인해 주세요                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                          | 미역죽⑤⑥                                                                                                                          | 달걀부추죽①⑤⑥<br>키위                                                     |  |
| 점심              |  <b>&lt;청경채&gt;</b><br>▶ 푸드브릿지란?<br>편식 식재료를 단계별로 다양한 음식을 제공하여 싫어하는 음식을 친숙하게 만드는 방법이에요!<br>▶ 청경채는,<br>① 비타민C가 풍부해서 면역력을 증진시켜 줘요!<br>② 칼슘이 풍부해서 뼈의 생성과 유지에 도움을 줘요!<br>③ 비닐봉지에 밀봉하여 냉장 보관 하는 것이 좋아요! |                                                                                          | 백미밥<br>근대된장국⑤⑥<br>달걀음탕⑤⑥⑩<br>연근야채무침<br>깍두기⑨                                                                                    | 수수밥<br>유부맑은국⑤⑥<br>소고기단호박조림⑤⑥⑩<br>참나물무침⑤⑥<br>백김치⑨<br>잔멸치주먹밥⑤<br>매실차 |                                                                                     |
| 오후간식            |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                          | 비빔국수⑤⑥                                                                                                                         |                                                                    |                                                                                     |
| 열량/단백질 (kcal/g) |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                          | 475/17                                                                                                                         | 453/19                                                             |                                                                                     |
| 일자(요일)          | 5(월) 대체 휴일                                                                                                                                                                                                                                                                         | 6(화)                                                                                     | 7(수)                                                                                                                           | 8(목)                                                               | 9(금) 한글날                                                                            |
| 오전간식            |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  청경채죽⑤⑥ | 새우살죽⑤⑥⑨                                                                                                                        | 당근수프<br>②⑤⑥⑩⑬                                                      | 우유②                                                                                 |
| 점심              |                                                                                                                                                                                                   | 차조밥<br>미소장국⑤⑥<br>돼지고기수육⑤⑥⑩<br>오이무침⑤⑥<br>깍두기⑨                                             | < 국 없는 날 ><br>가지밥+양념장⑤⑥<br>맑은송능<br>소고기채소볶음⑤⑥⑩<br>백김치⑨                                                                          | 흑미밥<br>콩나물배춧국⑤⑨<br>고등어구이⑤⑥⑦<br>열무나물⑤⑥<br>깍두기⑨                      | 달걀굴소스볶음밥⑤⑥⑩⑬<br>수제빳국⑤⑥<br>고사리나물⑤⑥<br>깍두기⑨                                           |
| 오후간식            |                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 찐감자<br>우유②                                                                               | 소보로빵①②④⑤⑥<br>우유②                                                                                                               | 오곡시리얼⑤⑥<br>우유②                                                     |                                                                                     |
| 열량/단백질 (kcal/g) |                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 423/20                                                                                   | 497/19                                                                                                                         | 475/17                                                             | 306/11                                                                              |
| 일자(요일)          | 12(월)                                                                                                                                                                                                                                                                              | 13(화)                                                                                    | 14(수)                                                                                                                          | 15(목)                                                              | 16(금) 견학식단                                                                          |
| 오전간식            | 얼갈이된장죽⑤⑥<br>사과                                                                                                                                                                                                                                                                     | 누룽지죽                                                                                     | 양배추죽⑤⑥                                                                                                                         | 브로콜리치즈죽②                                                           | 가지죽⑤⑥<br>포도                                                                         |
| 점심              | 백미밥<br>오징어국⑤⑥⑦<br>치즈달걀찜①②<br>시금치무침⑤⑥<br>백김치⑨                                                                                                                                                                                                                                       | 발아현미밥<br>순두부백탕⑤⑥<br>훈제오리양파볶음⑤<br>숙주나물⑤⑥<br>깍두기⑨                                          |  돼지고기청경채덮밥<br>⑤⑥⑩<br>버섯전골⑤⑥<br>어묵조림⑤⑥<br>백김치⑨ | 백미밥<br>아욱된장국⑤⑥<br>너비아니구이⑤⑥⑩⑬<br>애호박나물⑤⑥<br>깍두기⑨                    | < 국 없는 날 ><br>참치깻잎비빔밥⑤⑥<br>맑은송능<br>달걀프라이①⑤<br>깍두기⑨                                  |
| 오후간식            | 채소튀김⑤⑥<br>보리차                                                                                                                                                                                                                                                                      | 찐단호박<br>우유②                                                                              | 후레쉬번①②⑤⑥<br>우유②                                                                                                                | 우영주먹밥⑤⑥<br>둥굴레차                                                    | 쌀국수⑤⑥                                                                               |
| 열량/단백질 (kcal/g) | 420/15                                                                                                                                                                                                                                                                             | 420/18                                                                                   | 438/16                                                                                                                         | 444/16                                                             | 231/6<br>[외부음식 열량 제외]                                                               |
| 일자(요일)          | 19(월)                                                                                                                                                                                                                                                                              | 20(화)                                                                                    | 21(수)                                                                                                                          | 22(목) 생일식단                                                         | 23(금)                                                                               |
| 오전간식            | 버섯죽⑤⑥<br>키위                                                                                                                                                                                                                                                                        | 흰살생선죽⑤⑥                                                                                  | 연두부죽⑤⑥                                                                                                                         | 치즈채소죽②                                                             | 아욱죽⑤⑥<br>단감                                                                         |
| 점심              | 백미밥<br>감장국⑤⑥<br>두부조림⑤⑥<br>취나물볶음⑤⑥<br>백김치⑨                                                                                                                                                                                                                                          | 수수밥<br>우동장국⑤⑥<br>돈가스+소스①⑤⑥⑩⑬<br>양배추샐러드⑤⑥<br>깍두기⑨                                         | < 국 없는 날 ><br>달걀파프리카볶음밥⑤⑥⑩⑬<br>맑은송능<br>브로콜리개소스무침⑤⑥<br>백김치⑨                                                                     | 백미밥<br>미역국⑤⑥<br>떡갈비구이⑤⑥⑩⑬<br>잡채⑤⑥<br>깍두기⑨                          | 백미밥<br>무채국⑤⑥<br>소불고기⑤⑥⑩<br>가지나물⑤⑥<br>백김치⑨                                           |
| 오후간식            | 부침개①⑤⑥<br>매실차                                                                                                                                                                                                                                                                      | 곡물식빵(+잼)①②⑤⑥⑭<br>우유②                                                                     | 찐고구마<br>우유②                                                                                                                    | 저당케이크①②⑤⑥<br>요구르트②                                                 | 찐만두⑤⑥⑩<br>우유②                                                                       |
| 열량/단백질 (kcal/g) | 423/11                                                                                                                                                                                                                                                                             | 469/20                                                                                   | 424/14                                                                                                                         | 440/12                                                             | 475/18                                                                              |
| 일자(요일)          | 26(월)                                                                                                                                                                                                                                                                              | 27(화)                                                                                    | 28(수)                                                                                                                          | 29(목)                                                              | 30(금)                                                                               |
| 오전간식            | 연근죽⑤⑥<br>굴                                                                                                                                                                                                                                                                         | 흑임자죽                                                                                     | 항태찹쌀죽⑤⑥                                                                                                                        | 양파수프<br>②⑤⑥⑩⑬                                                      | 참치죽⑤⑥<br>사과                                                                         |
| 점심              | 발아현미밥<br>애호박맑은국⑤⑥<br>달걀장조림①⑤⑥<br>무생채<br>백김치⑨                                                                                                                                                                                                                                       | 백미밥<br>미역국⑤⑥<br>소고기숙주볶음⑤⑥⑩<br>얼갈이나물⑤⑥<br>깍두기⑨                                            | 자장밥②⑤⑥⑩⑬⑭<br>달걀국①⑤⑥<br>동그랑땡구이⑤⑥⑩<br>백김치⑨                                                                                       | 흑미밥<br>온도토리묵국⑤⑥<br>달걀비⑤⑥⑩<br>청경채나물⑤⑥<br>깍두기⑨                       | 백미밥<br>된장찌개⑤⑥<br>돼지사태찜⑤⑥⑩<br>근대나물⑤⑥<br>백김치⑨                                         |
| 오후간식            |  삼색유부주먹밥⑤⑥<br>보리차                                                                                                                                                                               | 찐감자<br>우유②                                                                               | 치즈빵①②⑤⑥<br>우유②                                                                                                                 | 고구마맛탕⑤<br>우유②                                                      | 칼국수⑤⑥                                                                               |
| 열량/단백질 (kcal/g) | 420/12                                                                                                                                                                                                                                                                             | 442/16                                                                                   | 506/20                                                                                                                         | 481/18                                                             | 482/19                                                                              |
| 일자(요일)          | 31(토)                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                          |                                                                                                                                |                                                                    |                                                                                     |

★ 뽕/가시는 전부 제거하며, [견과류, 빵, 떡, 과일 등] 표면이 날카롭거나 미끄럽고 질식 위험이 있는 음식들은 잘게 자르고 교사의 관찰 아래 안전하게 제공해 주시기 바랍니다.

★ 알레르기 유발 식품 표시: 알레르기 반응을 보이는 아동에게는 해당 식품이 들어간 식품 및 가공식품에 각별한 주의를 요함  
알레르기 유발 식품 표시 ①난류(가금류에 한함) ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산란류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲갯 (※갯에 알레르기가 있는 영유아의 경우 들깨메뉴 제공 시 주의해 주세요)  
\* 야생산란류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.

| 원산지 표시 | 쌀 (밥/죽/누룽지)<br>(백미/초밥/흑미/수출/가정) | 콩     | 김치                      |     | 소고기 (빨간색 표시)       |        | 돼지고기 | 닭고기 | 오리고기 | 수산물                 |     |        |                          |     |      |      |
|--------|---------------------------------|-------|-------------------------|-----|--------------------|--------|------|-----|------|---------------------|-----|--------|--------------------------|-----|------|------|
|        |                                 | 두부류   | 고춧가루                    | 배추  | 한우                 | 육우     |      |     |      | 절소                  | 고등어 | 오징어    | 명태                       |     |      |      |
|        |                                 | 국내산   | 국내산                     | 국내산 | 국내산                | 한우 국내산 |      |     |      | 국내산                 | 국내산 | 국내산    | 노르웨이산                    | 국내산 | 러시아산 |      |
|        |                                 | 식육가공품 | 너비아니[15일]<br>(소고기/돼지고기) |     | 돈가스[20일]<br>(돼지고기) |        |      |     |      | 동그랑땡[28일]<br>(돼지고기) |     | 수산물가공품 | 참치(캔)[17일, 30일]<br>(다랑어) |     |      |      |
|        |                                 |       |                         | 국내산 |                    | 국내산    |      |     |      |                     | 국내산 |        |                          |     |      | 원양어산 |

★ 가공식품의 항목은 발주 품목에 따라 매달 달라질 수 있으므로 필요시 해당하는 종류로 수정 및 삭제하고, 제품의 원산지 및 알레르기 유발 식품 표시를 확인 후 기재 바랍니다.

## [안내 사항]

- ▶ 생일식단 및 건강식단은 **1~5번 식단 중 한 가지를 선택하여** 해당(생일 잔치, 건강) 일자에 기재하여 사용합니다.
- ▶ 원 내 사정에 맞게 변경할 수 있으나, 월 50% 이내로 식재료 중복이 없도록 동일 식품군 & 동일 조리법 내에서 변경하여 사용합니다. [예시: 사과 → 바나나 / 배추김치 → 깍두기 등 변경 가능]
- ▶ 원산지표시에 해당하는 메뉴에 한하여, **변경된 식단(생일식단/건강식단)의 원산지**는 확인 후 식단표에 **추가 기재**하고, 삭제되는 식단(기존 식단)의 원산지는 식단표에서 삭제합니다.

## [생일식단]

- ▶ **떡케이크 제공 시**에는 아래와 같이 유의해 주시기 바랍니다.
  - ① 떡케이크 제공 관련하여 **운영위원회를 통해 부모 동의를 받은 후 증빙 서류를 보관**해 주세요.
  - ② 질식 위험을 예방할 수 있도록 반드시 **음료와 함께 제공**해 주세요.
  - ③ **잘게 잘라 섭취하도록** 지도하는 등 각별한 주의를 기울여 주세요.

| 유형                   | 생일식단 1                                  | 생일식단 2                                    | 생일식단 3                                      | 생일식단 4                                        | 생일식단 5                                           |
|----------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| 오전간식                 | 치즈채소죽②<br>(사과/플레인요거트②)                  | 치즈채소죽②<br>(바나나/플레인요거트②)                   | 치즈채소죽②<br>(포도/플레인요거트②)                      | 치즈채소죽②<br>(귤/플레인요거트②)                         | 치즈채소죽②<br>(딸기/플레인요거트②)                           |
| 점심                   | 백미밥<br>미역국⑤⑥<br>소불고기⑤⑥⑬<br>잡채⑤⑥<br>백김치⑨ | 백미밥<br>미역국⑤⑥<br>떡갈비구이⑤⑥⑩⑬<br>잡채⑤⑥<br>깍두기⑨ | 백미밥<br>미역국⑤⑥<br>돼지갈비찜⑤⑥⑩<br>콩나물무침⑤⑥<br>백김치⑨ | 백미밥<br>소고기미역국⑤⑥⑬<br>달걀말이①⑤<br>시금치나물⑤⑥<br>깍두기⑨ | 백미밥<br>소고기미역국⑤⑥⑬<br>치킨너겟①②⑤⑥⑬⑩<br>버섯나물⑤⑥<br>백김치⑨ |
| 오후간식                 | (떡)케이크①②⑤⑥<br>우유②                       | (떡)케이크①②⑤⑥<br>우유②                         | (떡)케이크①②⑤⑥<br>우유②                           | (떡)케이크①②⑤⑥<br>우유②                             | (떡)케이크①②⑤⑥<br>우유②                                |
| 열량/단백질<br>( kcal/g ) | 486/16<br>(485/17)                      | 491/16<br>(498/18)                        | 449/15<br>(453/17)                          | 465/16<br>(459/18)                            | 487/17<br>(480/19)                               |
| 원산지표시<br>(식육가공품)     |                                         | 떡갈비<br>(소고기/돼지고기)                         |                                             |                                               | 치킨너겟<br>(닭고기)                                    |

## [건강식단] 원 내 급식 제공 시에만 사용 가능 「집단급식소 급식안전관리 매뉴얼」(식품의약품안전처) 참고

- ▶ 건강식단은 **원 내 건강 일정에 맞추어** 사용할 수 있으며, 건강 전·후 **원에서 급식을** 제공합니다.
  - \* 건강으로 인한 급식 간소화 운영에 대해 보호자에게 사전 안내해 주시기 바랍니다.
- ▶ 간소화된 식단으로 열량/단백질이 다소 낮아질 수 있어 열량을 보충하기 충분한 배식량을 제공합니다.
- ▶ 급식소에서 조리한 음식을 **외부로 이동하여 배식하지 않도록 하며**, 외부에서 식사 시 **외부도시락**(일반음식점, 식품제조·가공업에서 구입한 완제품(도시락, 빵, 주스 등)) 또는 **가정도시락**을 제공합니다.
  - \* 외부도시락 제공 시 보호자에게 제공 동의를 받아주시기 바랍니다.

| 유형                       | 건강식단 1                               | 건강식단 2                               | 건강식단 3                                  | 건강식단 4                                 | 건강식단 5                                 |
|--------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|
| 오전간식                     | 사과<br>치즈②                            | 귤<br>치즈②                             | 포도<br>치즈②                               | 바나나<br>치즈②                             | 배<br>치즈②                               |
| 점심                       | 김밥①⑤⑥⑩⑫⑬<br>치킨너겟①②⑤⑥⑬⑩<br>깍두기⑨<br>주스 | 유부초밥⑤⑥<br>소시지채소볶음⑤⑥⑩⑫⑬<br>백김치⑨<br>주스 | 김가루주먹밥⑤⑥<br>꼬마돈가스+소스①⑤⑥⑩⑫<br>깍두기⑨<br>주스 | 햄채소볶음밥⑤⑥⑩⑫⑬<br>미소장국⑤⑥<br>김자반⑤⑥<br>백김치⑨ | 소고기볶음밥⑤⑥⑬<br>우동장국⑤⑥<br>잔멸치조림⑤⑥<br>깍두기⑨ |
| 오후간식                     | 핑거스틱①②⑤⑥<br>우유②                      | 모닝빵(+잼)①②⑤⑥<br>우유②                   | 카스테라①②⑤⑥<br>우유②                         | 소보로빵①②④⑤⑥<br>우유②                       | 후레쉬번①②⑤⑥<br>우유②                        |
| 열량/단백질<br>( kcal/g )     | 487/18                               | 496/18                               | 462/18                                  | 439/16                                 | 435/18                                 |
| 원산지표시<br>(식육·수산물<br>가공품) | 햄<br>(돼지고기)                          | 치킨너겟<br>(닭고기)                        | 소시지<br>(돼지고기)                           | 꼬마돈가스<br>(돼지고기)                        | 햄<br>(돼지고기)                            |