용인시 어린이·사회복지급식관리지원센터

수 신: 쏠티어린이집

제 목: **식단 감수 요청 확인 결과 안내**

1. 귀 기관의 무궁한 발전을 기원합니다.
2. 2026년 11월 식단 감수 요청하신 메뉴를 확인하였습니다.
3. 식단의 식품 알레르기 번호 및 원산지는 본 센터의 표준레시피에 의거하여 표기하였으니, 변경된 메뉴에 대한 사항은 어린이 급식소에서 반드시 확인 후 사용하시기 바랍니다.

첨부: 11월 식단 감수 확인서 1부. 끝.

용인시 어린이·사회복지급식관리지원센터장

담당 김태희 팀장 임승희 부센터장 정소연 센터장 이영미

협조자

시행 영양·교육지원-896 (2026.10.27.) 접수

우 17058 경기도 용인시 처인구 명지로 116(남동, 명지대학교) 산학협력관 17202호 https://dietary4u.mfds.go.kr/yongin/

전화 (031)338-8200 /전송 (031)338-8201 / yifoodnara1@naver.com / 비공개

(11)월 식단 감수 확인서

시설명	쏠티어린이집	신청일자	2026년 10월 26일
담당자	김은경	사용하는 식단	만3-5세 일반형
감수자(영양사)	김태희		

감수 확인 내용

감수 요청 내용	감수 결과
1. 운영상황과 원아의 기호도에 따라 식단변경(4, 5, 11 , 13, 18, 19, 20일)	변경가능
2. 원아의 기호도, 행사 일정, 건강과일 지급 및 오후 간식 1,2차 추가 분리로 간식변경(2, 3, 4, 5, 6, 7, 11, 12, 13, 16, 17, 18, 19, 23, 24, 25, 30일)	변경가능
3. 매일 쌀밥(백미)외에 잡곡밥으로 변경	변경가능

영양사 의견

- 요청하신 식단 감수 내용 확인하여 열량 및 단백질, 알레르기 유발물질 번호, 원산지 변경하여 감수하였습니다.
- 음료 없이 떡이나 빵이 제공될 경우, 기도 질식을 유발할 수 있기에 물 또는 음료와 함께 섭취할 수 있도록 지도 바랍니다.
- 한국인 영양소 섭취기준에 따라 하루 총 열량과 단백질양은 1-2세 900kcal, 20g 이고 3-5세 1400kcal, 25g입니다. 저녁을 제외한 오전간식+점심+오후간식은 1-2세 450kcal, 3-5세 650kcal 내외로 맞게 식단을 구성하고 있습니다. 참고하시어 배식량을 조절해주세요.^^

위 내용을 확인하여 감수하였습니다.

2026.10.27

용인시 어린이·사회복지급식관리지원센터

감수 확인

붙임 1. 변경 전 식단
2. 변경 후 식단



2026년 11월 건강식단 - 일반형
<3~5세>

용인시 어린이·사회복지급식관리지원센터
영양·교육지원팀

발행일: 2026. 10. 15

	월	화	수	목	금	토
날짜	2	3	☘4	5	6	7
오전간식	⭐배	전복죽⑱	파프리카스틱+떠먹는요구르트②	고구마수프②	바나나	검은콩두유⑤
점심	기장밥/배추김치⑨ 근대된장국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑯ 참나물무침⑤⑥ [우엉무침⑤⑥]	쌀밥/백김치 ⭐맑은뭇국⑤⑥ ⭐돼지고기유자청조림⑤⑥⑩ 미역줄기볶음⑤ [김자반⑤]	*닭살백김치볶음밥⑤⑥⑮⑱ 청국장국⑤⑥/깍두기⑨ ⭐새송이버섯시금치나물 [⭐귤]	수수밥/홍시깍두기[깍두기⑨] 맑은순두부국⑤ ⭐고등어간장조림⑤⑥⑦ ⭐양배추당근무침	보리밥/배추김치⑨ 부추수제비국⑤⑥⑨ 스크램블에그①② 잔멸치볶음⑤⑥	쇠고기콩나물밥⑤⑥⑯ 우거지된장국⑤⑥ 채소샐러드② 깍두기⑨
오후간식	딸기잼식빵①⑤⑥+우유②	소보로①⑤⑥[채소전①⑤⑥] +결명호차	로제파스타②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ +옥수수차	후리가케주먹밥⑤⑥ [머핀①②⑤⑥]+매실차	웨지감자구이②[찐(군)감자] +우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	655/22	618/22	585/35	661/24	685/26	524/23
원산지 표시	★쇠고기:	전복: 돼지고기:	닭고기: 두부(콩):	순두부(콩): 고등어:		★쇠고기:
날짜	9	10	11	12	13	14
오전간식	⭐단감	얼갈이죽	키위	대구살죽	⭐귤	블루베리쉐이크②
점심	차조밥/깍두기⑨ ⭐청경채맑은국⑤⑥ 오징어볶음⑤⑥⑰ [해물완자전①⑤⑥⑨⑰⑱] 청포묵무침⑤⑥	기장밥/배추김치⑨ ▮•▮치킨포솔레(치킨수프)⑫⑮ 두부구이⑤⑥ 곤드레나물 [취나물무침]	쇠고기카레라이스②⑤⑥⑫⑯⑱ 단호박된장국⑤⑥/배추김치⑨ ⭐무들깨찜⑤⑨ [오렌지주스]	현미밥⭐사과깍두기⭐무파클 ⭐양배추맑은국⑤⑥ 돈가스&소스①⑤⑥⑩⑫⑯ ⭐브로콜리무침	쌀밥/백김치 건새우아욱국⑤⑥⑨ 닭가슴살장조림①⑤⑥⑮ 파프리카양파볶음⑤	해물칼국수⑤⑥⑨⑰ 꼬마주먹밥 오이지무침 깍두기⑨
오후간식	카스텔라①②⑥+우유②	구운달걀①[삶은달걀①]+우유②	치즈스틱①②⑤⑥[가래떡&조청] +보리차	물만두⑤⑥⑩+⭐유자차	찐(군)고구마+우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	639/28	693/35	772/34	660/27	660/26	468/18
원산지 표시	오징어:	닭고기: 두부(콩):	★쇠고기: 두부(콩):	현미: 돼지고기:	닭고기:	오징어:
날짜	16	☘17	18	19	20	21
오전간식	바나나	녹두죽	⭐당근스틱+떠먹는요구르트②	양파크림수프②⑥	⭐단감	두유⑤
점심	쌀밥/깍두기⑨ 느타리된장국⑤⑥ 돼지고기케첩볶음⑤⑥⑩⑫ 우거지나물⑤⑥	수수밥/배추김치⑨ 콩나물국⑤ *닭살간장구이⑤⑥⑮ 오이채볶음⑤	나물비빔밥⑤⑥ 유부된장국⑤⑥/백김치 ⭐삼치구이⑤ [⭐배]	찹쌀밥/배추김치⑨ 쇠고깃국⑤⑥⑯ 치즈달걀말이①②⑤ 애호박나물⑤⑥⑨	기장밥/깍두기⑨ 백김치찌개⑤ 쇠고기토마토조림⑤⑥⑫⑯ ⭐시금치나물⑤⑥	돼지고기덮밥⑤⑥⑩⑱ 게살된장국⑤⑥⑧ ⭐양배추볶음⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	오곡시리얼⑥+우유②	롤케이크①②⑤⑥+메밀차③	잔치국수①⑤⑥	잔멸치주먹밥⑤⑥[꿀호떡②④⑤⑥] +작두콩차⑤⑥	찐(군)감자+우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	623/26	635/27	606/30	692/24	668/25	488/24
원산지 표시	두부(콩): 돼지고기:	닭고기:		찹쌀: ★쇠고기:	★쇠고기:	돼지고기: 꽃게:
날짜	23	24	25	26	☘27	28
오전간식	⭐귤	미역죽	⭐사과	밤죽	⭐배	떠먹는요구르트②
점심	흑미밥/깍두기⑨ 만둣국⑤⑥⑩ 두부조림⑤⑥ ⭐브로콜리볶음⑤⑥⑱	쌀밥/백김치 ⭐맑은무챗국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑯ ⭐양상추유자청무침	돼지고기양송이팔라프①⑤⑥⑩⑱ 숙주된장국⑤⑥/배추김치⑨ ⭐단감오이무침 [짜먹는요구르트②]	현미밥/백김치 시래깃국⑤⑥ 닭살연근조림⑤⑥⑮ 고사리나물⑤⑥	차조밥/배추김치⑨ 달걀국①⑤⑥ *갈릭마요새우볶음①⑤⑨ 파프리카샐러드⑤⑥	⭐시금치크림파스타②⑥⑨ 두부소보로주먹밥⑤ ⭐무비트피클 배추김치⑨
오후간식	프렌치토스트①②⑤⑥+우유②	찐(군)단호박[호박설기]+우유②	해물부추전⑤⑥⑨⑰⑱+매실차	유부초밥⑤⑥[크루아상①②⑥] +둥굴레차	고구마범벅①⑤[찐(군)고구마] +우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	667/26	668/26	588/27	599/26	759/29	505/18
원산지 표시	흑미: 두부(콩):	★쇠고기:	돼지고기: 오징어:	현미: 닭고기:		두부(콩):
날짜	30					
오전간식	⭐단감					
점심	현미밥/배추김치⑨ 미역국⑤⑥ 훈제오리채소볶음⑤⑥ 도라지나물⑤[애호박나물⑤⑥⑨]					
오후간식	호빵②⑤⑥+우유②					
열량(kcal)/단백질(g)	682/22					
원산지 표시	현미: 오리고기:					

★ 11월 10일(화): ▮•▮ 멕시코 음식 '치킨포솔레(치킨수프)'

※ 자세한 내용은 「세계 여러 나라의 음식 이야기」 가정통신문을 확인해 주세요.



⭐11월의 제철식품

단감, 사과, 배, 귤, 유자, 무, 배추, 양배추, 브로콜리, 당근, 시금치, 청경채, 고등어, 삼치

☘ 11월의 저나트륨·저당 메뉴

날 짜		메 뉴	점심 중 함량
저나트륨 메뉴	4일	닭살백김치볶음밥	나트륨 160mg
저나트륨 메뉴	17일	닭살간장구이	나트륨 163mg
저당 메뉴	27일	갈릭마요새우볶음	당 1g

* 만성질환 위험 감소를 위한 3~5세 어린이의 1일 나트륨 섭취량은 1,500mg 이내, 총당류 섭취량은 총 에너지섭취량의 20% 이내로 제한합니다.

원산지 표시	쌀(백미)	배추김치(백김치)	
	밥, 죽, 누룽지	배추	고춧가루
	산	산	산

– 쌀, 배추김치(백김치): 매일 동일한 원산지로 제공하는 경우 위의 칸에 원산지 표시
– 쌀, 배추김치(백김치) 외 식품: 식단표 '원산지 표시' 칸에 일별로 표시
★ 쇠고기: 국내산일 경우, 한우 · 육우 · 젖소 구분표시
예시) 쇠고기(국내산 한우), 쇠고기(국내산 육우), 쇠고기(호주산)

– 빨간색 괄호: 대체가 가능한 메뉴
– 파란색 괄호: 추가로 제공할 수 있는 메뉴
※ 대체 및 추가메뉴를 제공하지 않는 경우 괄호 메뉴 삭제 후 사용해 주세요.

식품알레르기 유발물질 표시: ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣

* 자세한 내용은 식단 안내의 「식품알레르기 유발물질 표시」를 참고해 주세요.

※ 원산지 및 식품알레르기 유발물질 표시는 센터에서 제공하는 표준레시피에 준하여 표시하였으며, 가공품 사용 시 식재료 뒷면의 식품 표시사항을 참고하여 정확하게 표시해야 합니다.

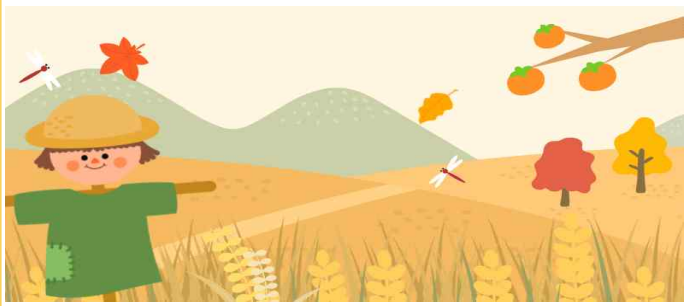
2026년 11월 쏠티건강식단 - 일반형
<만0~2세,3~5세기준>

만 0세는 모든 김치를 백김치로 제공되며 연령에 맞춰 다짐식으로 제공됩니다.

용인시 어린이·사회복지급식관리지원센터
영양·교육지원팀

발행일: 2026. 10. 15

	월	화	수	목	금	토
날짜	2	3	☘4	5	6	7
오전간식	샤인머스켓	전복죽⑱	샤인머스켓	치즈②	당근죽	검은콩두유⑤
점심	잡곡밥/배추김치⑨ 근대된장국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑯ [우엉무침⑤⑥]	쌀밥/백김치 ⭐맑은무국⑤⑥ ⭐돼지고기유자청조림⑤⑥⑩ 미역줄기볶음⑤	자장밥①⑤⑥⑩⑮⑯⑱/ 양파계란국①⑤⑥ 깍두기⑨ ⭐새송이버섯시금치나물	잡곡밥/홍시깍두기 맑은순두부국⑤ ⭐고등어간장조림⑤⑥⑦ ⭐양배추당근볶음⑤	잡곡밥/배추김치⑨ 부추수제비국⑤⑥⑨ 스크램블에그①② 잔멸치볶음⑤⑥	쇠고기콩나물밥⑤⑥⑯ 우거지된장국⑤⑥ 채소샐러드② 깍두기⑨
오후간식	딸기잼식빵①②⑤⑥/우유②	[채소전①⑤⑥]/[요구르트②]	토마토파스타②⑤⑥⑩⑫⑮⑯⑱ /옥수수차	[머핀①②⑤⑥]/매실차	샤인머스켓/우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	655/27	671/24	586/26	575/25	684/26	524/23
원산지 표시	★쇠고기:국내산 한우	전복:국내산 돼지고기:국내산	왜지고기:국내산 두부(콩):외국산 (미국,캐나다,중국등)	순두부(콩):국내산 고등어:국내산		★쇠고기:국내산 한우
날짜	9	10	11	12	13	14
오전간식	소고기수프②⑥	얼갈이죽	배	치즈②	배	블루베리쉐이크②
점심	잡곡밥/깍두기⑨ ⭐청경채맑은국⑤⑥ 오징어볶음⑤⑥⑰ 청포묵무침⑤⑥	잡곡밥/배추김치⑨ 치킨포솔레(치킨수프)⑫⑮ 두부구이⑤⑥ [취나물무침]	돼지고기카레라이스②⑤⑥⑫⑯⑱ 애호박된장국⑤⑥/배추김치⑨ ⭐무들깨찜⑤⑨	잡곡밥/[⭐무피클] ⭐양배추맑은국⑤⑥ 돈가스&소스①⑤⑥⑩⑫⑯ ⭐브로콜리무침	쌀밥/백김치 두부아욱국⑤⑥⑨ 닭가슴살장조림①⑤⑥⑮ 파프리카양파볶음⑤	해물칼국수⑤⑥⑨⑰ 꼬마주먹밥 오이지무침 깍두기⑨
오후간식	카스텔라①②⑥/우유②	[삶은달걀①]/우유②	[가래떡&조청]/우유②	물만두⑤⑥⑩/⭐유자차	찐(군)고구마+우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	700/32	685/35	769/28	595/26	601/25	468/18
원산지 표시	오징어:국내산	닭고기:국내산 두부(콩):외국산 (미국,캐나다,중국등)	돼지고기:국내산 두부(콩):외국산 (미국,캐나다,중국등)	돼지고기:국내산	닭고기:국내산 두부(콩):외국산 (미국,캐나다,중국등)	오징어:국내산
날짜	16	☘17	18	19	20	21
오전간식	양송이수프②⑥	녹두죽	샤인머스켓	양파크림수프②⑥	⭐단감	두유⑤
점심	쌀밥/깍두기⑨ 느타리된장국⑤⑥ 돼지고기케첩볶음⑤⑥⑩⑫ 우거지나물⑤⑥	잡곡밥/배추김치⑨ 콩나물국⑤ *닭살간장구이⑤⑥⑮ 오이채볶음⑤	나물비빔밥⑤⑥ 두부된장국⑤⑥/백김치 ⭐삼치조림⑤⑥	(김장체험) 쌀밥,김장김치 맑은뭇국⑤⑥,상추 돼지고기수육⑤⑥⑩ 쌈장	잡곡밥/깍두기⑨ 백김치찌개⑤ 소불고기⑤⑥⑯ ⭐시금치나물⑤⑥	돼지고기덮밥⑤⑥⑩⑱ 게살된장국⑤⑥⑧ ⭐양배추볶음⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	오곡시리얼⑥+우유②/배	롤케이크①②⑤⑥+옥수수차/우유②	잔치국수①⑤⑥/우유②	꿀호떡②④⑤⑥/치즈②	찐감자/우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	693/27	753/33	647/31	694/25	607/26	488/24
원산지 표시	두부(콩):외국산 (미국,캐나다,중국등) 돼지고기:국내산	닭고기:국내산	두부(콩):외국산 (미국,캐나다,중국등)	돼지고기:국내산	★쇠고기:국내산 한우	돼지고기:국내산 꽃게:국내산
날짜	23	24	25	26	☘27	28
오전간식	크림수프②⑥	떡국①⑤⑥⑯	배	방죽	⭐배	떠먹는요구르트②
점심	잡곡밥/깍두기⑨ 만둣국⑤⑥⑩ 두부조림⑤⑥ ⭐브로콜리볶음⑤⑥⑱	쌀밥/백김치 ⭐맑은무챗국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑯ ⭐양상추유자청무침	돼지고기양송이필라프①⑤⑥⑩⑱ 숙주된장국⑤⑥/배추김치⑨ ⭐단감오이무침	잡곡밥/백김치 시래깃국⑤⑥ 닭살연근조림⑤⑥⑮ 고사리나물⑤⑥	잡곡밥/배추김치⑨ 달걀국①⑤⑥ *갈릭마요새우볶음①⑤⑨ 파프리카샐러드⑤⑥	⭐시금치크림파스타②⑥⑨ 두부소보로주먹밥⑤ ⭐무비트피클 배추김치⑨
오후간식	프렌치토스트①②⑤⑥/우유②	[호박설기]/우유②	해물부추전⑤⑥⑨⑰⑱/매실차	유부초밥⑤⑥/둥굴레차	찐고구마/우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	758/28	697/26	583/27	591/26	738/28	505/18
원산지 표시	두부(콩):외국산 (미국,캐나다,중국등)	★쇠고기:국내산 한우	돼지고기:국내산 오징어:국내산	닭고기:국내산		두부(콩):외국산 (미국,캐나다,중국등)
날짜	30					
오전간식	⭐단감					
점심	잡곡밥/배추김치⑨ 미역국⑤⑥ 훈제오리채소볶음⑤⑥ [애호박나물⑤⑥⑨]	★ 11월 10일(화): 멕시코 음식 '치킨포솔레(치킨수프)' ※ 자세한 내용은 「세계 여러 나라의 음식 이야기」 가정통신문을 확인해 주세요.				
오후간식	찐빵②⑤⑥/우유②					
열량(kcal)/단백질(g)	684/22					
원산지 표시	오리고기:국내산					



⭐11월의 제철식품
단감, 사과, 배, 귤, 유자, 무, 배추, 양배추, 브로콜리, 당근, 시금치, 청경채, 고등어, 삼치

☘ 11월의 저나트륨·저당 메뉴

날 짜		메 뉴	점심 중 함량
저나트륨 메뉴	4일	닭살백김치볶음밥	나트륨 160mg
저나트륨 메뉴	17일	닭살간장구이	나트륨 163mg
저당 메뉴	27일	갈릭마요새우볶음	당 1g

* 만성질환 위험 감소를 위한 3~5세 어린이의 1일 나트륨 섭취량은 1,500mg 이내, 총당류 섭취량은 총 에너지섭취량의 20% 이내로 제한합니다.

원산지 표시	쌀(백미)	배추김치(백김치)	
	밥, 죽, 누룽지	배추	고춧가루
	국내산	국내산	국내산

- 쌀, 배추김치(백김치): 매일 동일한 원산지로 제공하는 경우 위의 칸에 원산지 표시
- 쌀, 배추김치(백김치) 외 식품: 식단표 '원산지 표시' 칸에 일별로 표시
★ 쇠고기: 국내산일 경우, 한우 · 육우 · 젖소 구분표시
예시) 쇠고기(국내산 한우), 쇠고기(국내산 육우), 쇠고기(호주산)

- 빨간색 괄호: 대체가 가능한 메뉴
- 파란색 괄호: 추가로 제공할 수 있는 메뉴

※ 대체 및 추가메뉴를 제공하지 않는 경우 괄호 메뉴 삭제 후 사용해 주세요.

식품알레르기 유발물질 표시
①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣
* 자세한 내용은 식단 안내의 「식품알레르기 유발물질 표시」를 참고해 주세요.

※ **원산지 및 식품알레르기 유발물질 표시**는 센터에서 제공하는 표준레시피에 준하여 표시하였으며, 가공품 사용 시 식재료 뒷면의 식품 표시사항을 참고하여 정확하게 표시해야 합니다.