용인시 어린이·사회복지급식관리지원센터

수 신: 기흥구청어린이집

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 신리라 팀장 임승희 부센터장 정소연 센터장 이영미

협조자

시행 영양·교육지원-907 (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	기흥구청어린이집	신청일자	2026년 10월 27일
담당자	유미진	사용하는 식단	3-5세 죽식형(오전과일)
감수자(영양사)	신리라		

감수 확인 내용

감수 요청 내용	감수 결과
1. 오후 간식에 우유를 제공하고 있습니다.	변경 가능
2. 오전 죽+ 과일, 채소, 요구르트, 치즈를 번갈아 추가 제공하고 있습니다.	변경 가능

영양사 의견

- 변경 및 추가된 메뉴에 대한 알레르기번호, 열량 및 단백질 기입하였습니다.
- 추가로 주는 간식들로 열량과 단백질이 평균보다 높아 섭취율을 조절하였습니다. 배식 시 적절한 양을 제공해 주세요.
- 유선상으로 협의 후 궁중떡볶이, 장국죽 쇠고기의 원산지를 추가하였습니다.

위 내용을 확인하여 감수하였습니다.

2026. 10. 27.

붙임 1. 변경 전 식단
2. 변경 후 식단

용인시 어린이·사회복지급식관리지원센터

감수 확인



2026년 11월 건강식단 - 죽식형
<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	⭐브로콜리죽+⭐배	전복죽⑱	타락죽②+파프리카스틱	고구마수프②	참깨죽+바나나	양파치즈죽②
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	딸기잼식빵①②⑤⑥+우유②	채소튀김①⑤⑥[채소전①⑤⑥] +결명자차	로제파스타②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ +옥수수차	후리가케주먹밥⑤⑥ [머핀①②⑤⑥]+요구르트②	웨지감자구이② [찐(군)감자]+우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	764/29	618/22	648/35	704/26	812/30	461/20
원산지 표시	★쇠고기:	전복: 돼지고기:	닭고기: 두부(콩):	순두부(콩): 고등어:		★쇠고기:
날짜	9	10	11	12	13	14
오전간식	장국죽⑤⑥⑯+⭐단감	얼갈이죽	병아리콩죽⑤+키위	대구살죽	⭐당근죽+⭐귤	흑임자죽
점심	차조밥/깍두기⑨ ⭐청경채맑은국⑤⑥ 오징어볶음⑤⑥⑰ [해물완자전①⑤⑥⑨⑰⑱] 청포묵무침⑤⑥	기장밥/배추김치⑨ ▮•▮치킨포솔레(치킨수프)⑫⑮ 두부구이⑤⑥ 곤드레나물[취나물무침]	쇠고기카레라이스②⑤⑥⑫⑯⑱ 단호박된장국⑤⑥/배추김치⑨ ⭐무들깨찜⑤⑨ [오렌지주스]	현미밥/사과깍두기[⭐무피클] ⭐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)	754/31	693/35	882/37	660/27	706/28	492/17
원산지 표시	★쇠고기: 오징어:	닭고기: 두부(콩):	★쇠고기: 두부(콩):	현미: 돼지고기:	닭고기:	오징어:
날짜	16	☘17	18	19	20	21
오전간식	가지죽+바나나	녹두죽	새우살채소죽⑨+⭐당근스틱	양파크림수프②⑥	달걀죽①+⭐단감	단팥죽⑤
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+우유②	잔치국수①⑤⑥	잔멸치주먹밥⑤⑥[꿀호떡②④⑤⑥] +작두콩차⑤⑥	찐(군)감자+우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	729/28	762/33	634/29	692/24	783/28	506/23
원산지 표시	두부(콩): 돼지고기:	닭고기:		찹쌀: ★쇠고기:	★쇠고기:	돼지고기: 꽃게:
날짜	23	24	25	26	☘27	28
오전간식	근대죽+⭐귤	미역죽	닭살죽⑮+⭐사과	밤죽	쇠고기우엉죽⑯+⭐배	잔멸치죽
점심	흑미밥/깍두기⑨ 만둣국⑤⑥⑩ 두부조림⑤⑥ ⭐브로콜리볶음⑤⑥⑱	쌀밥/백김치 ⭐맑은무챗국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑯ ⭐양상추유자청무침	돼지고기양송이딸라프①⑤⑥⑩⑱ 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)	772/28	688/26	697/31	599/26	885/33	547/20
원산지 표시	흑미: 두부(콩):	★쇠고기:	닭고기: 돼지고기: 오징어:	현미: 닭고기:	★쇠고기:	두부(콩):
날짜	30					
오전간식	누룽지죽+⭐단감					
점심	현미밥/배추김치⑨ 미역국⑤⑥ 훈제오리채소볶음⑤⑥ 도라지나물⑤[애호박나물⑤⑥⑨]					
오후간식	호빵②⑤⑥+우유②					
열량(kcal)/단백질(g)	773/24					
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

- 쌀, 배추김치(백김치): 매일 동일한 원산지를 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)

감수 확인

- 백미색 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 건강식단 - 죽식형
<0~2, 3~5세>

용인시 어린이·사회복지급식관리지원센터
영양·교육지원팀
발행일: 2026. 10. 15

	월	화	수	목	금
날짜	2	3	4	5	6
오전간식	타락죽②+떠먹는요구르트②	전복죽⑱+⭐배	⭐브로콜리죽+샤인머스캣	고구마수프②+모닝빵①②⑤⑥	참깨죽+바나나
점심	기장밥/배추김치⑨ 근대된장국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑯ 참나물무침⑤⑥	쌀밥/백김치 ⭐맑은뭇국⑤⑥ 돼지고기유자청조림⑤⑥⑩ 미역줄기볶음⑤	*닭살백김치볶음밥⑤⑥⑮⑱ 청국장국⑤⑥/깍두기⑨ ⭐새송이버섯시금치나물 [⭐귤]	수수밥/깍두기⑨ 맑은순두부국⑤ ⭐고등어간장조림⑤⑥⑦ ⭐양배추당근무침	보리밥/배추김치⑨ 부추수제비국⑤⑥⑨ 스크램블에그①② 잔멸치볶음⑤⑥
오후간식	채소전①⑤⑥+우유②	찐고구마+우유②	로제파스타②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ +우유②	궁중떡볶이⑤⑥⑯+우유②	카스텔라①②⑥+우유②
열량(kcal)/단백질(g)	714/34	682/27	672/38	748/33	766/32
원산지 표시	★쇠고기:국내산한우	전복:국내산 돼지고기:국내산	닭고기:국내산 두부(콩):국내산	순두부(콩):국내산 고등어:국내산 ★쇠고기:국내산한우	
날짜	9	10	11	12	13
오전간식	장국죽⑤⑥⑯+치즈②	얼갈이죽+⭐단감	병아리콩죽⑤+키위	대구살죽+⭐사과	⭐당근죽+⭐귤
점심	쌀밥/백김치 건새우아욱국⑤⑥⑨ 닭가슴살장조림①⑤⑥⑮ 파프리카양파볶음⑤	기장밥/배추김치⑨ 치킨포솔레(치킨수프)⑫⑮ 두부구이⑤⑥ 곤드레나물	쇠고기카레라이스②⑤⑥⑫⑯⑱ 단호박된장국⑤⑥/배추김치⑨ ⭐무들깨찜⑤⑨ [오렌지주스]	현미밥/깍두기⑨ ⭐양배추맑은국⑤⑥ 돈가스&소스①⑤⑥⑩⑫⑯ ⭐브로콜리무침	차조밥/깍두기⑨ ⭐청경채맑은국⑤⑥ 오징어볶음⑤⑥⑰ 청포묵무침⑤⑥
오후간식	찐감자+우유②	삶은달걀①+우유②	가래떡&조청+우유②	물만두⑤⑥⑩+우유②	딸기잼식빵①②⑤⑥+우유②
열량(kcal)/단백질(g)	705/35	618/35	847/32	769/33	729/29
원산지 표시	★쇠고기:국내산한우 닭고기:국내산	닭고기:국내산 두부(콩):국내산	★쇠고기:국내산 한우 두부(콩):국내산	현미:국내산 돼지고기:국내산	★쇠고기:국내산 한우 오징어:국내산
날짜	16	17	18	19	20
오전간식	가지죽+떠먹는요구르트②	녹두죽+바나나	새우살채소죽⑨+샤인머스캣	양파크림수프②⑥+모닝빵①②⑤⑥	달걀죽①+⭐단감
점심	쌀밥/깍두기⑨ 느타리된장국⑤⑥ 돼지고기케첩볶음⑤⑥⑩⑫ 우거지나물⑤⑥	수수밥/배추김치⑨ 콩나물국⑤ *닭살간장구이⑤⑥⑮ 오이채볶음⑤	나물비빔밥⑤⑥ 유부된장국⑤⑥/백김치 ⭐삼치구이⑤ [김자반⑤]	찹쌀밥/배추김치⑨ 쇠고깃국⑤⑥⑯ 치즈달걀말이①②⑤ 애호박나물⑤⑥⑨	기장밥/깍두기⑨ 백김치찌개⑤ 쇠고기토마토조림⑤⑥⑫⑯ ⭐시금치나물⑤⑥
오후간식	잔치국수①⑤⑥+우유②	고구마범벅①⑤+우유②	오곡시리얼⑥+우유②	잔멸치주먹밥⑤⑥+우유②	롤케이크①②⑤⑥+우유②
열량(kcal)/단백질(g)	724/36	687/31	721/31	844/33	758/29
원산지 표시	두부(콩):국내산 돼지고기:국내산	닭고기:국내산		찹쌀:국내산 ★쇠고기:국내산한우	★쇠고기:국내산한우
날짜	23	24	25	26	27
오전간식	근대죽+치즈②	미역죽+⭐귤	닭살죽⑮+⭐배	밤죽+⭐사과	쇠고기우엉죽⑯+⭐단감
점심	흑미밥/깍두기⑨ 만둣국⑤⑥⑩ 두부조림⑤⑥ ⭐브로콜리볶음⑤⑥⑱	쌀밥/백김치 ⭐맑은무챗국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑯ ⭐양상추유자청무침	돼지고기양송이필라프①⑤⑥⑩⑱ 숙주된장국⑤⑥/배추김치⑨ ⭐단감오이무침 [짜먹는요구르트②]	현미밥/백김치 시래깃국⑤⑥ 닭살연근조림⑤⑥⑮ 고사리나물⑤⑥	차조밥/배추김치⑨ 달걀국①⑤⑥ *갈릭마요새우볶음①⑤⑨ 파프리카샐러드⑤⑥
오후간식	호박설기+우유②	프렌치토스트①②⑤⑥+우유②	치즈스틱①②⑤⑥+우유②	유부초밥⑤⑥+우유②	찐감자+우유②
열량(kcal)/단백질(g)	710/29	645/29	753/38	653/32	722/33
원산지 표시	흑미:국내산 두부(콩):국내산	★쇠고기:국내산한우	닭고기:국내산 돼지고기:국내산	현미:국내산 닭고기:국내산	★쇠고기:국내산한우
날짜	30				
오전간식	누룽지죽+떠먹는요구르트②				
점심	현미밥/배추김치⑨ 미역국⑤⑥ 훈제오리채소볶음⑤⑥ 애호박나물⑤⑥⑨				
오후간식	호빵②⑤⑥+우유②				
열량(kcal)/단백질(g)	682/24				
원산지 표시	현미:국내산 오리고기:국내산				

★ 11월 10일(화): 멕시코 음식
'치킨포솔레(치킨수프)'

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



★연령 특성에 맞게 급, 간식 제공 시 0~2세는 잘게 잘라 제공하고 있습니다.

⭐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 위와 같이 원산지 표시
- 쌀, 배추김치(백김치) 외 식품: 식단표 '원산지' 칸에 일괄로 표시
★ 쇠고기: 국내산일 경우, 한우 · 육우 구분 표시
예시) 쇠고기(국내산 한우), 쇠고기(국내산 육우), 쇠고기(호주산)



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.

기흥구청어린이집