

식단안내사항

만 1-2세

- ▶ 식단 필수 표기사항 : 열량, 단백질, 알레르기 유발물질 표시 등
- ▶ (대체메뉴) : 만 1-2세 대체 메뉴
- ▶ 선택 메뉴 제공 : 배추김치, 생선, 수산물 등 (대체메뉴)의 경우 선택하여 제공 (+추가 메뉴)의 경우 선택하여 추가제공
- *주의* 선택 메뉴 제공시 미제공 메뉴는 삭제 후 식단 발행
- ▶ 제철과일, 채소스틱, 채소주스, 빵의 정확한 메뉴명을 기재하여 사용해 주시기 바랍니다.
예시) 제철과일-사과, 채소스틱-오이스틱, 채소주스-당근사과주스, 빵-소금빵
- ▶ 어린이 간식 구입 시, 어린이가호식품품질인증 제품 사용을 권장합니다.
- ▶ 만1-2세 식단은 만 12개월이 지난 영아에 한하여 보호자(학부모) 협의의 통해 제공 가능합니다.



식단 감수 방법 견학&생일식단 사용법

<< 원산지 표시 대상 품목 >>

쌀(참쌀, 현미, 찰쌀, 쌀 가공품 포함)	배추김치(배추김치 가공품 포함)	콩(콩 가공품 포함)
밥, 죽, 누룽지	배추(얼갈이·봄동 배추 포함), 고춧가루	두부류(순두부, 연두부), 콩버찌, 콩국수 / 가공두부 제외
육류 (식육, 포장육, 식육가공품 포함)	돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소(유산 양 포함)고기 쇠고기 ▶ 국내산은 육종(한우, 육우, 젖소) 표기 필수 ▶ 수입산은 정확한 나라 명 표기 *하단 일괄표기는 한 가지 원산지를 사용할 때만 표기 가능(가공품 포함) <예시> 쇠고기: 국내산 한우 *쇠고기 2가지 이상의 원산지 사용 시 메뉴별 각각 표기 <예시> 소고기국(쇠고기: 호추산), 소고기당근볶음밥(쇠고기: 국내산 한우)	*식육·포장육·식육가공품 표시사항 확인 <예시> 배합비율 3순위 안에 해당육류 있는 경우 표기 ▶ 함박스테이크(돼지고기: 국내산, 쇠고기: 호추산) ▶ 햄(돼지고기: 국내산, 닭고기: 국내산) *표시사항에 원재료(식재료)가 외국산(00국, 00국, 00국 등)으로 기재되어 있을 경우 외국산으로 표기 가능
수산물 (수산가공품 포함)	고등어, 오징어(진미채), 다랑어(참치, 가쓰오부시), 전복, 명태(황태, 북어 등 건조한 것 제외), 참조기, 갈치, 낙지, 우럭, 꽃게, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뽕창어, 아귀, 가리비, 우렁창(명게), 방어, 부세 *명태(동태, 코다리)의 경우 국내포획이 금지되어 90% 이상이 러시아산입니다. *참치통조림(다랑어)의 경우 90% 이상이 원양산입니다.	*수산물가공품 표시사항 확인(26.4 개정 반영) 식품유형(3종) 해당 확인 후, 주원료가 표시대상 수산물인 경우 작성 *수산물가공품 원산지 표시대상 식품유형(3종) ① 어육살 ② 건포류 ③ 기타 수산물가공품 *식단표 내 자주 사용하는 식재료(예시) ▶ 진미채(오징어), 참치캔(가다랑어), 해물등그랑탕(오징어), 가쓰오부시(건가다랑어포), 생선까스(명태)

식단의 출처, 연령 기재

만1-2세는 본 메뉴 삭제 후 대체 메뉴 제공

쇠고기 용도별 구분사용 시 메뉴별 각각 표기

당일 식단의 열량/단백질 표기

삼삼데이 저염메뉴 제공

알레르기 유발 식품 알레르기 번호 표기
*24년 9월 부터 알레르기 표기방법 변경 ①-1

식단표						
발행일 : ○○년 ○○월 ○○일 발행처 : 영양지원팀 = 만1-2세 간식발행						
일자	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
오전간식	제철과일	배추김치5.6+우유2	제철과일	배추김치5.6+우유2	채소스틱+치즈2	농촌지육
점심	백미밥 미소장국5.6 순고기탕5.6+소고기5.6 김치5.6 계란5.6 배추김치5.6(해동김치)	채소밥 순두부백김치5.6 채소수육5.6 채소김치5.6(해동김치)	백미밥 순두부백김치5.6 채소수육5.6 채소김치5.6(해동김치)	백미밥 순두부백김치5.6 채소수육5.6 채소김치5.6(해동김치)	백미밥 순두부백김치5.6 채소수육5.6 채소김치5.6(해동김치)	백미밥 순두부백김치5.6 채소수육5.6 채소김치5.6(해동김치)
오후간식	쌀12.6+우유2	쌀12.6+우유2	쌀12.6+우유2	쌀12.6+우유2	쌀12.6+우유2	쌀12.6+우유2
영양/단백질	431/13	413/14	396/15	387/16	388/17	283/8
일자	22(일)	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)
오전간식	제철과일	배추김치5.6+우유2	제철과일	배추김치5.6+우유2	채소스틱+치즈2	농촌지육
점심	백미밥 미소장국5.6 순고기탕5.6+소고기5.6 김치5.6 계란5.6 배추김치5.6(해동김치)	채소밥 순두부백김치5.6 채소수육5.6 채소김치5.6(해동김치)	백미밥 순두부백김치5.6 채소수육5.6 채소김치5.6(해동김치)	백미밥 순두부백김치5.6 채소수육5.6 채소김치5.6(해동김치)	백미밥 순두부백김치5.6 채소수육5.6 채소김치5.6(해동김치)	백미밥 순두부백김치5.6 채소수육5.6 채소김치5.6(해동김치)
오후간식	쌀12.6+우유2	쌀12.6+우유2	쌀12.6+우유2	쌀12.6+우유2	쌀12.6+우유2	쌀12.6+우유2
영양/단백질	417/13	413/14	396/15	387/16	388/17	283/8
일자	30(월)	31(화)	1(수)	2(목)	3(금)	4(토)
오전간식	제철과일	배추김치5.6+우유2	제철과일	배추김치5.6+우유2	채소스틱+치즈2	농촌지육
점심	백미밥 미소장국5.6 순고기탕5.6+소고기5.6 김치5.6 계란5.6 배추김치5.6(해동김치)	채소밥 순두부백김치5.6 채소수육5.6 채소김치5.6(해동김치)	백미밥 순두부백김치5.6 채소수육5.6 채소김치5.6(해동김치)	백미밥 순두부백김치5.6 채소수육5.6 채소김치5.6(해동김치)	백미밥 순두부백김치5.6 채소수육5.6 채소김치5.6(해동김치)	백미밥 순두부백김치5.6 채소수육5.6 채소김치5.6(해동김치)
오후간식	쌀12.6+우유2	쌀12.6+우유2	쌀12.6+우유2	쌀12.6+우유2	쌀12.6+우유2	쌀12.6+우유2
영양/단백질	417/13	413/14	396/15	387/16	388/17	283/8

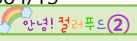
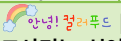
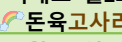
토요일 미운영시 토요일 식단 삭제 가능
*단, 토요일 운영에 관한 서류 보관 필수 (수요조사, 운영위원회 회의록 등)

식단의 (대체)메뉴 미제공 시 삭제

표준레시피 제공

*견학 식단 3종
*생일 식단 5종 별도 제공 (홈페이지 확인)

원산지 법적 의무표시대상 (29가지) 원산지 작성

월간 오전간식	※ 10월 제철 식재료 안내 과일 : 사과, 귤, 배, 석류 채소 : 고구마, 무, 늙은호박 해산물 : 삼치, 고등어, 홍합, 전복, 갈치, 대하			※ 레시피 바로가기 			1(목) 브로콜리죽 두부카레라이스 2.5.6.12.15.16.18 버섯된장국5.6 사과치즈샐러드2.5.6 깍두기9	2(금) 샤인머스켓 수수밥 어묵국5.6 돈육고사리볶음5.6.10 애호박나물5.6 배추김치9										
점심																		
오후간식	※분홍색 글씨는 식단에 반영된 제철 식재료입니다.																	
열량/단백질																		
일자	5(월) 대체휴일			6(화)			7(수)			8(목)			9(금) 한글날			10(토)		
오전간식				두부청경채죽5			바나나			당근스틱+떠먹는요구르트2								
점심				차조밥 배추된장국5.6 치즈달걀찜1.2 잔멸치볶음5.6 깍두기9			백미밥 감자맑은국5.6 돼지고기장조림5.6.16 숙주나물 배추김치9			<생일잔치> 백미밥, 미역국5.6 닭다리찜5.6.15 파프리카잡채5.6 케이크1.2.5.6						♥		
오후간식				바나나+우유2			모듬채소주먹밥5+치즈2			바나나+수박+우유								
열량/단백질				385/13			398/16			423/14								
일자	12(월)			13(화) 삼삼데이			14(수)			15(목)			16(금)			17(토)		
오전간식	수박			단호박죽			배			달걀양배추죽1			귤+떠먹는요구르트2					
점심	백미밥 감자된장국5.6 채소스크램블에그1.2.5 어묵조림5.6 배추김치9			차조밥 미역국5.6 돼지고기수육5.6.10 양배추나물 깍두기9			백미밥 아욱된장국5.6 달걀데리야끼조림5.6.15.18 새송이버섯볶음5 배추김치9			소고기무밥16(+양념장5.6) 순두부백당5.6 김구이 배추김치9			수수밥 미소장국5.6 돈육채소볶음5.6.10 파프리카새콤무침 깍두기9			♥		
오후간식	치즈스틱1.2.6+우유2			(저염) 두부들깨우유리조또2.5			핫도그1.2.5.6.10.15+우유2			찐감자+우유2			카레채소주먹밥2.5.6.12.15.16.18					
열량/단백질	436/13			417/14			384/16			413/15								
일자	19(월)			20(화)			21(수)			22(목)			23(금)			24(토)		
오전간식	샤인머스켓			사과죽			사과			두부브로콜리죽5			오이스틱+떠먹는요구르트2					
점심	백미밥 무찜국5.6 소불고기5.6.16 브로콜리찜까마오무침1.5.6 배추김치9			차조밥 돈육우거지된장국5.6.10 두부조림5.6 가지볶음5.6 깍두기9			백미밥 콩나물국5.6 달걀고구마조림5.6.15 오이나물 배추김치9			새우살채소볶음밥5.6.9 들깨된장국5.6 시금치나물5.6 배추김치9			차조밥 수제비국5.6 돈육참스테이크5.6.10.12.16 사과양배추코울슬로1.5 깍두기9			♥		
오후간식	버터롤빵1.2.6+우유2			깻잎채소전1.5.6			젓치즈샌드위치1.2.5.6+우유2			찐고구마+우유2			영양주먹밥5					
열량/단백질	426/14			384/13			430/17			421/17			384/13					
일자	26(월)			27(화) 			28(수)			29(목)			30(금)			31(토)		
오전간식	배			모듬버섯죽			바나나			달걀무죽15			당근스틱+떠먹는요구르트2					
점심	백미밥 미역장국5.6 간장찜닭5.6.15 무나물 배추김치9			기장밥 애호박새우전국9 떡갈비5.6.10.16 고사리숙주나물 배추김치9			백미밥 시금치된장국5.6 두부조림5.6 연근조림5.6 배추김치9			돈육짜장밥 2.5.6.10.15.16 채소당면국5.6 모듬버섯볶음5.6 깍두기9			기장밥 소고기무우국5.6.16 연두부찜5(+양념장5.6) 배추된장나물5.6 깍두기9			♥		
오후간식	순우유후라이드1.2.6+우유2			잔치국수5.6			찐만두5.6.10+우유2			찐고구마+우유2			후리가케주먹밥5.6					
열량/단백질	417/16			385/13			349/10			435/14			416/16					
 [10월 김치 고사리] 신메뉴 : 돈육고사리볶음 고사리는 식이섬유가 풍부해 소화를 돕고, 칼슘이 풍부해 뼈 건강에 도움을 줍니다. → 컬러푸드 식재료 월2회 반영으로 친숙도 높이기 ①10월2일:  돈육고사리볶음 ②10월27일:  고사리숙주나물 삼삼데이 : [10월 13일] 저염 신메뉴 : 두부들깨우유리조또 건강한 식습관 형성을 위한 『저염의 날』 - 점심 저염 메뉴 제공 → 매월 3이 들어가는 날(3일, 13일 등) 중 하루를 저염의 날로 운영(휴일 제외) ※ 빵, 주스류 제공시 당 함량이 적은 간식으로 제공 ※ 빵, 찐고구마 등의 간식은 작게 토막 내고, 마르지 않은 상태로 마실 것과 함께 제공 ※ 김치류(배추김치, 깍두기 등)는 잘게 잘라 맵지 않게 제공																		
원산지 표시 (당월사용 식재료 표기필수)	쌀, 찹쌀, 현미, 흑미			배추김치			콩 (두부, 순두부, 연두부, 콩버찌, 콩국수)			수산물			다량어					
	밥	죽	누룽지	배추	고춧가루	두부	순두부	연두부	고등어	오징어	명태 (코다리, 통태)	참치	가쓰오부시					
	국내산			국내산			국내산			국내산	—	—	원양산	인도네시아				
	*식고기 국내산 한우육용절단 표기 필수			돼지고기	닭고기	오리고기	식육가공품/ 수산물가공품	식재료명 육류수산물명 (소·돼지·닭· 오징어 등)	햄[8일]		돈까스[16일]		떡갈비[27일]					
일대리기 유발물질	1난류 2우유 및 유제품 3메밀 4땅콩 5대두 6밀 7고등어 8계 9새우 10돼지고기 11복숭아 12토마토 13아황산류 14호두 15닭고기 16소고기 17오징어 18조개류(굴, 전복, 홍합) 19참깨 20아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다. ※ 카레가루, 하이라이프가루, 짜장가루는 우유, 토마토, 닭고기, 소고기 등이 포함된 기준으로 알레르기 번호를 표기하였습니다.																	
※ 안내되는 다음 달 식단표의 원사지는 수급 상황에 따라 달라질 수 있으며, 변경되는 즉시 재 안내를 해드리도록 하겠습니다.																		

알레르기 유발물질 1난류 2우유 및 유제품 3메밀 4강콩 5대두 6밀 7고등어 8게 9새우 10돼지고기 11복숭아 12도마토 13아황산류 14호두 15닭고기 16소고기 17오징어 18조개류(굴, 전복, 홍합) 19차 20아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제, 착색제, 향료, 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다. * 카레가루, 허브, 라이시신은 짜장가루는 대두유, 대두박, 닭고기 등이 포함된 기준으로 알레르기 반응을 일으킬 수 있습니다.

※ 안내되는 다음 달 식단표의 원산지는 수급 상황에 따라 달라질 수 있으며, 변경되는 즉시 재 안내를 해드리도록 하겠습니다.