

확성치
어린이·사회복지급식관리지원센터
 Children and Social Welfare Menu Management Support Center
발행처 : 시립송산리첼어린이집

2026년 7월 식단표 (야간연장형)

일자		* 알레르기 유발식품 표시제			1일(수)		2일(목)		3일(금)		4일(토)		
저녁		①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣 * 1~2세는 백김치, 3~5세는 배추김치를 제공함			쌀밥 버섯된장국⑤⑥ 돼지고기미나리볶음 ⑤⑥⑩ 미역초무침⑤⑥ 백김치⑨		오리고기채소볶음밥 ⑤⑥ 냉도토리묵사발⑤⑥⑨ 무조림⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 새우살맑은국⑤⑥⑨ 달걀장조림①⑤⑥ 아욱나물⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 열갈이된장국⑤⑥ 닭고기구이⑤⑮ 숙주무침 깍두기⑨		
		1~2세		3~5세		231/13	361/20	253/7	394/11	223/11	343/17	232/13	357/20
열량/단백질													
일자		6일(월)		7일(화)		8일(수)		9일(목)		10일(금)		11일(토)	
저녁		쌀밥 무된장국⑤⑥ 돈가스①⑤⑥⑩ 양배추들깨무침 백김치⑨		기장밥 황태콩나물국⑤⑥ 두부김치찜⑤⑥⑨ 열무나물⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 가지된장국⑤⑥ 닭고기카레조림 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑰ 애호박나물⑤⑥ 백김치⑨		소고기새싹비빔밥 ⑤⑥⑬ 감자맑은국⑤⑥ 참나물무침⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 연두부국⑤⑥ 삼치엿장구이⑤⑥ 청경채나물⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 미소국⑤⑥ 돼지고기브로콜리조림 ⑤⑥⑩ 유부채소무침⑤⑥ 깍두기⑨	
		270/11	420/17	242/12	372/18	233/12	363/19	256/7	394/11	251/13	391/20	280/14	431/22
열량/단백질													
일자		13일(월)		14일(화)		15일(수)		16일(목)		17일(금)		18일(토)	
저녁		쌀밥 만둣국⑤⑥⑩⑰ 삼색달걀말이①⑤ 깻잎된장나물⑤⑥ 백김치⑨		보리밥 열갈이된장국⑤⑥ 닭고기자장볶음 ②⑤⑥⑩⑮⑯⑰ 연근깨소스무침①⑤ 깍두기⑨		쌀밥 달걀김국①⑤⑥ 돼지고기조림⑤⑥⑩ 오이생채 백김치⑨		두부소보로볶음밥⑤⑥ 버섯탕⑤⑥ 건새우조림⑤⑥⑨ 백김치⑨		 제헌절		쌀밥 쪽파된장국⑤⑥ 생선가스①⑤⑥ 과일샐러드②⑫ 백김치⑨	
		270/10	420/16	252/13	387/20	243/13	378/20	228/10	357/16			279/12	434/19
열량/단백질													
일자		20일(월)		21일(화)		22일(수)		23일(목)		24일(금)		25일(토)	
저녁		쌀밥 순살감자탕⑤⑥⑩ 들기름두부구이⑤ 브로콜리무침⑤⑥ 백김치⑨		기장밥 소고기뭇국⑤⑥⑬ 달걀오믈렛①②⑤ 콩나물냉채⑤ 백김치⑨		쌀밥 순두부찌개⑤⑥ 임연수데리야끼조림 ⑤⑥⑮⑰ 김구이 깍두기⑨		닭고기양배추덮밥 ⑤⑥⑮ 애호박맑은국⑤⑥ 어묵조림⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 청경채된장국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑬ 감자조림⑤⑥ 백김치⑨/배추김치⑨		쌀밥 다시마양파국⑤⑥ 오리고기단호박조림 ⑤⑥ 가지볶음⑤⑥ 백김치⑨/배추김치⑨	
		256/10	398/16	263/10	410/16	251/13	387/20	242/11	372/17	266/10	414/16	263/10	408/15
열량/단백질													
일자		27일(월)		28일(화)		29일(수)		30일(목)		31일(금)		* 영양사 : 배유빈 * 식단 유형 : ㉠ 시간연장형, 1~2세 식단	
저녁		쌀밥 미역국⑤⑥ 동그랑땡①⑤⑥⑩ 느타리버섯무침⑤⑥ 깍두기⑨		보리밥 열무된장국⑤⑥ 돼지고기찜⑤⑥⑩ 고구마채볶음⑤ 백김치⑨		쌀밥 갈비탕⑤⑥⑬ 치즈달걀찜①② 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨		닭고기부추볶음밥 ⑤⑥⑮ 숙주맑은국⑤⑥ 잔멸치조림⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 어묵국⑤⑥ 마파두부⑤⑥⑩⑰ 근대나물⑤⑥ 백김치⑨			
		272/12	418/18	259/12	402/19	263/11	404/18	243/11	379/17	254/9	395/15		
열량/단백질													
원산지 표시	쌀류	배추김치(백김치)		콩	돼지고기	닭고기	오리고기	소고기 (볶음·조림류)		소고기 (국·죽류)			
	국내산	배추	고춧가루	두부류	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산(한우)		국내산(한우)		
		국내산	국내산	국내산									
	수산물		참치캔		돈가스	생선가스	동그랑땡						
	고등어	명태·동태	오징어	다랑어	돼지고기	명태·동태	돼지고기						
국내산	러시아	국내산	원양산	국내산	러시아	국내산							