

화성시
어린이·사회복지급식관리지원센터
 Children and Social Welfare Meal Management Support Center
발행처 : 시립병점한일어린이집

일자		1일(목)		2일(금)		3일(토)	
오전간식		채소죽		배			
점심		현미밥 우거짚국⑤⑥ 돼지고기가지조림⑤⑥⑩ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨		산나물비빔밥①⑤⑥ 새우살국⑤⑥⑨ 두부양념찜⑤⑥ 깍두기⑨		 개천절	
오후간식		메밀전③⑤⑥		소보로빵①②④⑤⑥ /우유②			
영양/단백질		1~2세		3~5세		411/16 633/24 416/20 606/29	
일자		5일(월)		6일(화)		7일(수)	
오전간식				브로콜리죽		샤인머스켓	
점심		대체공휴일		보리밥 하얀팜부국⑤⑥⑨⑩⑪⑫ 오리고기조림⑤⑥ 부추무침⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 무칫국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑫ 상추치커리무침⑤⑥ 백김치⑨	
오후간식				찐고구마/우유②		모듬어묵탕⑤⑥	
영양/단백질				459/21 676/31		356/16 553/25	
일자		12일(월)		13일(화)		14일(수)	
오전간식		배		김가루죽⑤⑥		샤인머스켓	
점심		쌀밥 소고기미역국⑤⑥⑫ 달걀오믈렛①②③ 콩나물무침⑤⑥ 백김치⑨		기장밥 버섯탕⑤⑥ 돼지고기찜⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 북어찜국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑫ 양배추샐러드①⑤ 깍두기⑨	
오후간식		연근주먹밥⑤⑥		찐단호박 /우유②		잔치국수⑤⑥	
영양/단백질		389/15 602/23		388/18 562/27		402/19 618/29	
일자		19일(월)		20일(화)		21일(수)	
오전간식		익힌당근스틱 /플레인요구르트②		방울토마토스프 ②⑤⑥⑫⑬⑭		배/배주스	
점심		쌀밥 배추된장국⑤⑥ 완자파인애플조림 ①⑤⑥⑩ 브로콜리초무침⑤⑥ 깍두기⑨		보리밥 닭곰탕⑤⑥⑫ 삼치구이⑤⑥ 아욱나물⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 차돌박이된장찌개⑤⑥⑫ 메추리알장조림①⑤⑥ 오이무침 깍두기⑨	
오후간식		부추전①⑤⑥		찐고구마/우유②		들깨칼국수⑤⑥	
영양/단백질		409/19 629/30		470/20 689/29		359/14 553/21	
일자		26일(월)		27일(화)		28일(수)	
오전간식		감귤		녹두찜쌀죽		샤인머스켓	
점심		쌀밥 늙은호박국⑤⑥ 닭고기조림⑤⑥⑫ 김자반⑤ 백김치⑨		기장밥 동태살맑은국⑤⑥ 달걀찜① 시금치나물⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 사골국⑫ 돼지고기골소스볶음 ⑤⑥⑩⑫ 팽이버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식		한케이크①②⑤⑥ /우유②		찐감자 /우유②		삼색주먹밥⑤⑥⑫	
영양/단백질		424/18 621/27		404/20 591/30		397/16 611/25	
일자		31일(토)		1일(일)		2일(월)	
오전간식		배		김가루죽⑤⑥		샤인머스켓	
점심		쌀밥 소고기미역국⑤⑥⑫ 달걀오믈렛①②③ 콩나물무침⑤⑥ 백김치⑨		기장밥 버섯탕⑤⑥ 돼지고기찜⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 북어찜국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑫ 양배추샐러드①⑤ 깍두기⑨	
오후간식		연근주먹밥⑤⑥		찐단호박 /우유②		잔치국수⑤⑥	
영양/단백질		389/15 602/23		388/18 562/27		402/19 618/29	
일자		19일(월)		20일(화)		21일(수)	
오전간식		익힌당근스틱 /플레인요구르트②		방울토마토스프 ②⑤⑥⑫⑬⑭		배/배주스	
점심		쌀밥 배추된장국⑤⑥ 완자파인애플조림 ①⑤⑥⑩ 브로콜리초무침⑤⑥ 깍두기⑨		보리밥 닭곰탕⑤⑥⑫ 삼치구이⑤⑥ 아욱나물⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 차돌박이된장찌개⑤⑥⑫ 메추리알장조림①⑤⑥ 오이무침 깍두기⑨	
오후간식		부추전①⑤⑥		찐고구마/우유②		들깨칼국수⑤⑥	
영양/단백질		409/19 629/30		470/20 689/29		359/14 553/21	
일자		26일(월)		27일(화)		28일(수)	
오전간식		감귤		녹두찜쌀죽		샤인머스켓	
점심		쌀밥 늙은호박국⑤⑥ 닭고기조림⑤⑥⑫ 김자반⑤ 백김치⑨		기장밥 동태살맑은국⑤⑥ 달걀찜① 시금치나물⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 사골국⑫ 돼지고기골소스볶음 ⑤⑥⑩⑫ 팽이버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식		한케이크①②⑤⑥ /우유②		찐감자 /우유②		삼색주먹밥⑤⑥⑫	
영양/단백질		424/18 621/27		404/20 591/30		397/16 611/25	
일자		31일(토)		1일(일)		2일(월)	
오전간식		배		김가루죽⑤⑥		샤인머스켓	
점심		쌀밥 소고기미역국⑤⑥⑫ 달걀오믈렛①②③ 콩나물무침⑤⑥ 백김치⑨		기장밥 버섯탕⑤⑥ 돼지고기찜⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 북어찜국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑫ 양배추샐러드①⑤ 깍두기⑨	
오후간식		연근주먹밥⑤⑥		찐단호박 /우유②		잔치국수⑤⑥	
영양/단백질		389/15 602/23		388/18 562/27		402/19 618/29	
일자		19일(월)		20일(화)		21일(수)	
오전간식		익힌당근스틱 /플레인요구르트②		방울토마토스프 ②⑤⑥⑫⑬⑭		배/배주스	
점심		쌀밥 배추된장국⑤⑥ 완자파인애플조림 ①⑤⑥⑩ 브로콜리초무침⑤⑥ 깍두기⑨		보리밥 닭곰탕⑤⑥⑫ 삼치구이⑤⑥ 아욱나물⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 차돌박이된장찌개⑤⑥⑫ 메추리알장조림①⑤⑥ 오이무침 깍두기⑨	
오후간식		부추전①⑤⑥		찐고구마/우유②		들깨칼국수⑤⑥	
영양/단백질		409/19 629/30		470/20 689/29		359/14 553/21	
일자		26일(월)		27일(화)		28일(수)	
오전간식		감귤		녹두찜쌀죽		샤인머스켓	
점심		쌀밥 늙은호박국⑤⑥ 닭고기조림⑤⑥⑫ 김자반⑤ 백김치⑨		기장밥 동태살맑은국⑤⑥ 달걀찜① 시금치나물⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 사골국⑫ 돼지고기골소스볶음 ⑤⑥⑩⑫ 팽이버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식		한케이크①②⑤⑥ /우유②		찐감자 /우유②		삼색주먹밥⑤⑥⑫	
영양/단백질		424/18 621/27		404/20 591/30		397/16 611/25	
일자		31일(토)		1일(일)		2일(월)	
오전간식		배		김가루죽⑤⑥		샤인머스켓	
점심		쌀밥 소고기미역국⑤⑥⑫ 달걀오믈렛①②③ 콩나물무침⑤⑥ 백김치⑨		기장밥 버섯탕⑤⑥ 돼지고기찜⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 북어찜국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑫ 양배추샐러드①⑤ 깍두기⑨	
오후간식		연근주먹밥⑤⑥		찐단호박 /우유②		잔치국수⑤⑥	
영양/단백질		389/15 602/23		388/18 562/27		402/19 618/29	
일자		19일(월)		20일(화)		21일(수)	
오전간식		익힌당근스틱 /플레인요구르트②		방울토마토스프 ②⑤⑥⑫⑬⑭		배/배주스	
점심		쌀밥 배추된장국⑤⑥ 완자파인애플조림 ①⑤⑥⑩ 브로콜리초무침⑤⑥ 깍두기⑨		보리밥 닭곰탕⑤⑥⑫ 삼치구이⑤⑥ 아욱나물⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 차돌박이된장찌개⑤⑥⑫ 메추리알장조림①⑤⑥ 오이무침 깍두기⑨	
오후간식		부추전①⑤⑥		찐고구마/우유②		들깨칼국수⑤⑥	
영양/단백질		409/19 629/30		470/20 689/29		359/14 553/21	
일자		26일(월)		27일(화)		28일(수)	
오전간식		감귤		녹두찜쌀죽		샤인머스켓	
점심		쌀밥 늙은호박국⑤⑥ 닭고기조림⑤⑥⑫ 김자반⑤ 백김치⑨		기장밥 동태살맑은국⑤⑥ 달걀찜① 시금치나물⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 사골국⑫ 돼지고기골소스볶음 ⑤⑥⑩⑫ 팽이버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식		한케이크①②⑤⑥ /우유②		찐감자 /우유②		삼색주먹밥⑤⑥⑫	
영양/단백질		424/18 621/27		404/20 591/30		397/16 611/25	
일자		31일(토)		1일(일)		2일(월)	
오전간식		배		김가루죽⑤⑥		샤인머스켓	
점심		쌀밥 소고기미역국⑤⑥⑫ 달걀오믈렛①②③ 콩나물무침⑤⑥ 백김치⑨		기장밥 버섯탕⑤⑥ 돼지고기찜⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 북어찜국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑫ 양배추샐러드①⑤ 깍두기⑨	
오후간식		연근주먹밥⑤⑥		찐단호박 /우유②		잔치국수⑤⑥	
영양/단백질		389/15 602/23		388/18 562/27		402/19 618/29	
일자		19일(월)		20일(화)		21일(수)	
오전간식		익힌당근스틱 /플레인요구르트②		방울토마토스프 ②⑤⑥⑫⑬⑭		배/배주스	
점심		쌀밥 배추된장국⑤⑥ 완자파인애플조림 ①⑤⑥⑩ 브로콜리초무침⑤⑥ 깍두기⑨		보리밥 닭곰탕⑤⑥⑫ 삼치구이⑤⑥ 아욱나물⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 차돌박이된장찌개⑤⑥⑫ 메추리알장조림①⑤⑥ 오이무침 깍두기⑨	
오후간식		부추전①⑤⑥		찐고구마/우유②		들깨칼국수⑤⑥	
영양/단백질		409/19 629/30		470/20 689/29		359/14 553/21	
일자		26일(월)		27일(화)		28일(수)	
오전간식		감귤		녹두찜쌀죽		샤인머스켓	
점심		쌀밥 늙은호박국⑤⑥ 닭고기조림⑤⑥⑫ 김자반⑤ 백김치⑨		기장밥 동태살맑은국⑤⑥ 달걀찜① 시금치나물⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 사골국⑫ 돼지고기골소스볶음 ⑤⑥⑩⑫ 팽이버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식		한케이크①②⑤⑥ /우유②		찐감자 /우유②		삼색주먹밥⑤⑥⑫	
영양/단백질		424/18 621/27		404/20 591/30		397/16 611/25	
일자		31일(토)		1일(일)		2일(월)	
오전간식		배		김가루죽⑤⑥		샤인머스켓	
점심		쌀밥 소고기미역국⑤⑥⑫ 달걀오믈렛①②③ 콩나물무침⑤⑥ 백김치⑨		기장밥 버섯탕⑤⑥ 돼지고기찜⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 북어찜국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑫ 양배추샐러드①⑤ 깍두기⑨	
오후간식		연근주먹밥⑤⑥		찐단호박 /우유②		잔치국수⑤⑥	
영양/단백질							

2026년 10월 식단표 (1~2세)

화성시
어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center
발행처 : 시립병점한일어린이집

일자	* 알레르기 유발식품 표시제				1일(목)		2일(금)		3일(토)			
저녁	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣				닭고기채소볶음밥 ⑤⑥⑩ 애호박전국⑨ 우거지나물⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 두부찌개①⑤⑥ 돼지고기콩나물불고기 ⑤⑥⑩ 김자반⑤ 깍두기⑨		 개천절			
	* 영양사 : 천유정											
	* 식단 유형 : ㉔ 시간연장형, 1~2세, 3~5세 식단											
	* 1~2세는 백김치, 3~5세는 배추김치를 제공함											
열량/단백질	1~2세		3~5세		233/13	358/20	286/14	440/21				
일자	5일(월)		6일(화)		7일(수)		8일(목)		9일(금)			
저녁	대체공휴일		보리밥 부추미소국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 으깬두부브로콜리무침 ⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 양배춧국⑤⑥ 오리고기구이⑤ 무생채 백김치⑨		소고기하와이언뎃밥 ⑤⑥⑩ 감자맑은국⑤⑥ 당근나물⑤⑥ 깍두기⑨		 한글날			
									쌀밥 유부된장국⑤⑥ 돼지고기숙주볶음 ⑤⑥⑩ 오이나물⑤⑥ 백김치⑨			
			247/11		385/17	224/12	349/18	325/9	499/14	295/13	434/19	
열량/단백질												
일자	12일(월)		13일(화)		14일(수)		15일(목)		16일(금)			
저녁	쌀밥 콩나물국⑤⑥ 두부스테이크①⑤⑥ 연근깨소스무침①⑤ 백김치⑨		기장밥 청경채맑은국⑤⑥ 소고기볶음⑤⑥⑩ 버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 쪽파된장국⑤⑥ 돼지고기양배추조림 ⑤⑥⑩ 고구마채볶음⑤ 깍두기⑨		닭고기뎃밥⑤⑥⑩ 온천포묵국⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 연두부국⑤⑥ 가지미양념구이⑤⑥ 가지나물⑤⑥ 백김치⑨			
	281/11		437/16	272/13	418/19	264/11	407/17	212/13	331/20	247/13	384/20	
열량/단백질												
일자	19일(월)		20일(화)		21일(수)		22일(목)		23일(금)			
저녁	쌀밥 완자탕①⑤⑥⑩ 닭고기간장구이⑤⑥⑩ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨		보리밥 아욱된장국⑤⑥ 돼지고기고구마조림 ⑤⑥⑩ 방울토마토샐러드 ②⑩ 깍두기⑨		쌀밥 버섯탕⑤⑥ 삼치양념조림⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨		돼지고기마파두부뎃밥 ⑤⑥⑩⑩ 숙주맑은국⑤⑥ 감자채볶음⑤ 백김치⑨		쌀밥 근대된장국⑤⑥ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 김구이 깍두기⑨			
	277/11		427/17	262/11	403/17	244/14	376/21	226/10	352/15	222/12	341/19	
열량/단백질												
일자	26일(월)		27일(화)		28일(수)		29일(목)		30일(금)			
저녁	쌀밥 황태국①⑤⑥ 베이컨채소볶음⑤⑥⑩ 파프리카무침 백김치⑨		기장밥 시금치된장국⑤⑥ 찜닭⑤⑥⑩ 무나물⑤⑥ 백김치⑨		쌀밥 팽이버섯맑은국⑤⑥ 달걀치즈볶음①②⑤ 단감샐러드② 깍두기⑨		돼지고기볶음밥 ⑤⑥⑩ 어묵탕⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨		쌀밥 달걀찜국①⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 청경채나물⑤⑥ 백김치⑨			
	275/12		428/19	230/13	358/21	256/11	394/17	272/13	419/20	237/11	369/17	
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	한우	국내산	한우	
		국내산	국내산	국내산								
	수산물			참치캔	미트볼	완자	베이컨					
	고등어	명태·동태	오징어	다랑어	돼지고기	돼지고기	돼지고기					
국내산	국내산	국내산	원양산	국내산	국내산	국내산						

2026년 10월 식단표 (9~11개월)

화성시
어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

발행처 : 시립병점한일린이집

일자	* 알레르기 유발식품 표시제			1일(목)	2일(금)	3일(토)	
오전간식	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣			채소죽	오트밀죽②	 개천절	
점심				두부애호박 무른밥⑤	두부표고버섯 무른밥⑤		
오후간식	* 영양사 : 천유정			당근퓨레	배		
열량/단백질	* 식단 유형 : ㉠㉡ 이유식_후기, 9개월~11개월			202/6	206/6		
일자	5일(월)	6일(화)	7일(수)	8일(목)	9일(금)	10일(토)	
오전간식	대체공휴일	브로콜리죽	플레인요구르트②	노른자죽①	 한글날	누룽지죽	
점심		소고기부추 무른밥⑥	소고기무 무른밥⑥	닭고기배추 무른밥⑤		닭고기양파 무른밥⑤	
오후간식		진고구마	감귤	감자퓨레		바나나	
열량/단백질		287/9	231/10	250/10		210/8	
일자	12일(월)	13일(화)	14일(수)	15일(목)	16일(금)	17일(토)	
오전간식	고구마죽	김가루죽	북어죽	치즈죽②	얼갈이죽	플레인요구르트②	
점심	노른자미역 무른밥①	노른자청경채 무른밥①	노른자양배추 무른밥①	가자미시금치 무른밥	가자미가지 무른밥	가자미당근 무른밥	
오후간식	우유식빵①②⑤⑥ /보리차	진단호박	사과	배퓨레	단감	바나나	
열량/단백질	296/8	261/7	260/9	227/10	213/8	233/11	
일자	19일(월)	20일(화)	21일(수)	22일(목)	23일(금)	24일(토)	
오전간식	애호박죽	누룽지죽	버섯죽	두부죽⑤	미역죽	오트밀죽②	
점심	닭고기브로콜리 무른밥⑤	닭고기야육 무른밥⑤	닭고기애호박 무른밥⑤	소고기감자 무른밥⑥	소고기근대 무른밥⑥	소고기열무 무른밥⑥	
오후간식	연두부⑤	진고구마	배	바나나퓨레	사과	감귤	
열량/단백질	203/9	265/8	202/8	242/8	224/7	226/9	
일자	26일(월)	27일(화)	28일(수)	29일(목)	30일(금)	31일(토)	
오전간식	우영죽	녹두찰쌀죽	소고기죽⑥	닭고기죽⑤	황태죽	플레인요구르트②	
점심	노른자당근 무른밥①	노른자시금치 무른밥①	노른자팽이버섯 무른밥①	두부양파 무른밥⑤	두부청경채 무른밥⑤	두부감자 무른밥⑤	
오후간식	모닝빵①②⑤⑥ /옥수수차	진감자	단감	고구마퓨레	바나나	사과	
열량/단백질	296/8	275/9	260/8	273/7	219/8	219/8	
원산지	쌀류		소고기	닭고기	오리고기	콩(두부)	수산물
표시	국내산	국내산	한우/육우	국내산	국내산	두부류	명태·동태
						국내산	국내산

* 후기 이유식 (9~11개월) - 고품식

- 식재료의 크기는 5mm-7mm(쌀알 그대로 사용)정도, 농도도 되직한 5배죽(무른밥 형태)으로 제공합니다.
- 1일 3회 제공이 가능하며 수유횟수를 줄이고 이유식이 하루 세끼 주식이 될 수 있도록 습관을 들입니다.
- 반드시 숟가락을 사용 합니다.
- 1회 적정량은 최소 100g, 최대 120g-150g이 적당합니다.
- 어른 밥, 반찬의 섭취는 피해주세요.
- 간식: 과일류-익혀서 제공하는 것이 기본이며, 작게 자르거나 과일즙 형태로 제공
빵류, 면류, 전류-0.5cm 크기로 제공, 감자 등-으깨서 제공