딩동댕어린이집 2026년 11월 식단표(만0-2세/오전간식죽2형)

경기광주시 어린이·사회복지급식관리지원센터 영양팀

구 분	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
일자	2	3	4	5	6
오전간식	삼색채소죽	과일(배)	달걀파죽①	씨리얼/우유	어묵죽⑤⑥
점 심	쌀밥 갈은건새우열무된장국⑤⑥⑨ 치즈달걀말이①②⑤ 우엉채조림⑤⑥ 백김치(깍두기)⑨	잡곡밥(기장) 느타리맑은국 소고기배추찜⑤⑥⑯ 김자반볶음⑤ 백김치(깍두기)⑨	해물볶음밥⑤⑥⑨⑱ 부추장국⑤⑥ 푸실리샐러드①⑤⑥ 백김치(깍두기)⑨	쌀밥 갈은북어맑은국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 근대나물 백김치(깍두기)⑨	잡곡밥(수수) 순두부백탕⑤⑥ 닭살데리야끼볶음⑤⑥⑫⑮⑯ 오이무침 백김치(깍두기)⑨
오후간식	들깨칼국수⑥	잼모닝빵/우유①②⑥	찐단호박/두유⑤	감자채전①⑤⑥	빵(카스테라)/우유①②⑥
영양소	495/22	473/20	466/17	441/20	519/21
원산지		소고기:국내산한우,호주산		돼지고기:국내산	순두부-콩:국내산,외국산 닭고기:국내산
일자	9	10	11 얼쑤데이	12	13
오전간식	닭죽⑮	과일(샤인머스캣)	떠먹는요구르트	누룽지죽	연두부죽⑤⑥
점 심	쌀밥 청국장찌개⑤⑥⑨ 제육볶음⑤⑥⑩ 상추사과무침 백김치(깍두기)⑨	잡곡밥(찹쌀) 콩나물국⑤ 순살고등어조림⑤⑥⑦ 시금치나물 백김치(깍두기)⑨	쌀밥 아욱된장국⑤⑥ 영양찜닭⑤⑥⑮ 도토리묵&양념장⑤⑥ 백김치(깍두기)⑨	소보로채소비빔밥①⑤⑥ 맑은미역국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑯ 백김치(깍두기)⑨	잡곡밥(차조) 맑은육개장⑤⑥⑯ 잔멸치조림⑤⑥ 애호박나물⑤ 백김치(깍두기)⑨
오후간식	※로제스파게티②⑥⑫	채소전/ 보리차	찐감자/우유⑤	참치주먹밥⑤⑬	빵(소보로빵)/우유①②④⑥
영양소	491/20	492/25	468/19	508/21	535/23
원산지	청국장)두부-콩:국내산 돼지고기:국내산	닭고기:국내산 고등어:외국산	닭고기:국내산	떡갈비)소고기:국내산한우,호주산 참치-다랑어:원양산	연두부-콩:국내산,외국산 소고기:국내산한우,호주산
일자	16	17	18	19	20
오전간식	갈은황태죽	과일(배)	김가루채소죽	과일(배)	새우살죽⑨
점 심	쌀밥 숙주당면국⑤⑥ 소고기청경채볶음⑭⑱ 새송이버섯나물 백김치(깍두기)⑨	잡곡밥(기장) 유부된장국⑤⑥ 오리불고기⑤⑥ 얼갈이나물무침 백김치(깍두기)⑨	돈육짜장덮밥 ②⑤⑥⑩⑮⑯ 달걀국① ※콘샐러드①⑤⑬ 백김치(깍두기)⑨	쌀밥 우동면국⑤⑥ 생선까스&소스①②⑤⑥ 양상추유자무침 백김치(깍두기)⑨	잡곡밥(수수) 무채맑은국 돈육콩나물볶음⑤⑥⑩ 브로콜리숙회&양념된장⑤⑥ 백김치(깍두기)⑨
오후간식	감자수제비⑥	팬케이크/우유①②⑤⑥	찐고구마/두유⑤	납작김밥⑤	빵(크림빵)/우유①②⑥
영양소	465/21	478/18	493/17	502/21	551/22
원산지	소고기:국내산한우,호주산	오리고기:국내산	돼지고기:국내산		돼지고기:국내산
일자	23	24	25	26 마이나슈데이	27
오전간식	미역죽⑤⑥	과일(샤인머스캣)	당근치즈죽②	※채소스틱(토마토)/치즈②⑫	시금치당근죽
점 심	쌀밥 근대된장국⑤⑥ 소고기찹스테이크⑤⑥⑫⑯ 숙주나물무침 백김치(깍두기)⑨	잡곡밥(찹쌀) 청경채맑은국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 양배추된장무침⑤⑥ 백김치(깍두기)⑨	소고기감자영양밥&양념장 ⑤⑥⑯ 어묵국⑤⑥ 채소전⑤⑥ 백김치(깍두기)⑨	쌀밥 선택)승능or맑은콩나물국⑤ 삼치단호박조림⑤⑥ 들깨모듬버섯볶음⑤ 백김치(깍두기)⑨	잡곡밥(흑미) 뼈없는감자탕⑤⑥⑩ 달걀찜①② 김구이 백김치(깍두기)⑨
오후간식	비빔국수⑤⑥	찐만두&양념장⑤⑥⑩	※찐달걀/두유①⑤	소고기우엉주먹밥⑤⑥⑯	빵(머핀)/우유①②⑥
영양소	449/19	473/20	511/22	승능)447/22 | 국)441/23	538/22
원산지	소고기:국내산한우,호주산	돼지고기:국내산	소고기:국내산한우,호주산	소고기:국내산한우,호주산	감자탕)돈등뼈:국내산 돼지고기:국내산
일자	30				
오전간식	버섯우유죽				
점 심	견학식단 소고기채소볶음밥 과일(귤) 곡물과자				
오후간식	잔치국수⑤⑥				
영양소	475/21				
원산지	소고기:국내산한우,호주산 두부-콩:국내산,외국산 맛살-꽃게:원양산				

- (괄호) 메뉴는 식재수급상황에 따라 동일식품군으로 변경 가능합니다. (잡곡, 과일, 빵, 떡, 김치류 등)
- 경기도지원과일(주1~2회) 제공 시 추가제공 또는 간식과 변경하여 제공할 수 있습니다.(과일명 기록)
- '※'표시가 된 메뉴는 영유아 섭취 주의(저작 주의) 메뉴입니다. 식사 시 특별히 주의할 수 있도록 지도 부탁드립니다.
- 영유아 급·간식 섭취 시에는 성인(보호자, 교사 등)의 모니터링이 필수적으로 동반되어야 합니다.

원산지	쌀	배추김치	
	(밥,죽,누룽지,흑미,찹쌀,현미)	배추	고춧가루
	국내산	국내산	국내산

[2026년 식단표 내 원산지 및 알레르기 표시 안내]

- 쌀(밥, 죽, 누룽지 등), 김치(배추, 고춧가루)의 경우 동일 원산지 사용 시 일괄로 표시합니다.
- 일괄표시 제외 축산물(6품목), 수산물(20품목), 농산물(3품목)은 해당일에 표시합니다.
- 식품알레르기 유발식품(19종)은 해당 식품을 포함한 메뉴에 번호로 표시합니다.
- 원산지 및 식품알레르기 표시는 사용하는 식재료에 따라 변동이 발생할 수 있습니다.