

《 식단이용 안내사항 》



■ 영양섭취기준

연령 / 구분	만 1~2세	만 3~5세	●양주시 어린이급식관리지원센터는 “2025년 어린이급식관리지원센터 식단운영 관리지침”에 따라 식단 작성 ●에너지 구성 비율(오전 간식 8%, 점심 28%, 오후 간식 10%) : 만 1~2세의 경우 414kcal 내외, 만 3~5세의 경우 644kcal 내외로 제공
총 열량(kcal)	900	1,400	
단백질(g)	20	25	

■ 식단 변경 안내

식단감수	감수신청기간	■ 아동복지시설: 매월 6일~11일 ■ 어린이집·유치원: 매월 20일~26일 ※ 기간 초과하여 접수 시 감수 불가
	감수신청방법	■ 양식에 맞게 식단감수요청서를 작성하시어 센터 메일로 발송 ■ 전화: 031-860-5250, 메일: foodyangju@ccfsm.or.kr ■ 같은 식품군같은 조리방법 내에서 메뉴를 변경하여 사용하는 경우 (예: 쇠고기장조림 → 돈육장조림) ※ 한 달 식단 기준 10일까지 같은 식품군같은 조리 방법 내 자체적으로 변경 가능
	감수가 필요하지 않은 경우	■ 기존 식단에서 추가 메뉴를 제공 하는 경우 (인스턴트나 가공식품, 고열량저열량 식품의 추가제공 제외) ■ 센터에서 제공하는 견학식단·생일식단·방학식단을 변경 없이 통째로(오전간식·점심·오후 간식) 사용 하는 경우
	감수가 필요한 경우	■ 오전간식·점심·오후간식 메뉴를 다른 날짜와 통째로(견학식단·생일식단·방학식단의부음식·도시락 제외) 변경 하여 사용하는 경우
대체가능 식품	식자재 수급 상황에 따라 같은 식품군내에서 조리법 변경 없이 변동하여 사용할 수 있습니다. (1달 10일 이내) (그 외, 임의로 식단을 변경 사용하실 경우 센터로고 사용이 불가함)	
	밥	밥은 잡곡 종류로 시설에서 구매 가능 한 어느 잡곡이나 사용하셔도 됩니다.
	국	채소국 호박국, 근대국, 감자부추국, 열무된장국, 미역국, 콩나물국, 김치국 등 고깃국 소고기국, 육개장, 닭개장, 복어채국, 황태채국, 어묵국, 오징어국 등
	주반찬	육류 쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기 등 어류 삼치, 고등어, 가자미, 대구, 임연수 등
	알류 및 콩류	달걀, 메추리알, 두부
	부반찬	오이, 애호박, चु키니, 양파, 근대, 부추, 감자, 양상추, 가지, 피망, 노각, 열무, 양배추, 고구마순 등
	김치	말갈이 겉절이, 오이소박이, 백김치, 배추김치, 깍두기
	과일	참외, 수박, 복숭아, 자두, 토마토, 포도, 바나나, 사과, 배, 딸기, 귤 등
	떡	시루떡, 바람떡, 백설기, 중편, 꿀떡 등
	빵	소보로, 슈크림빵, 도넛, 머핀, 롤케이크, 식빵, 단팃빵 등
	견과류	견과류 알레르기가 있는 영유아는 비슷한 모양의 견과일로 대체
	우유	우유 알레르기가 있는 어린이는 두유로 대체

■ 원산지표시 미표시 및 표시방법 위반 시 과태료 부과

농축산물	①쌀(밥, 죽, 누룽지) ②배추김치(배추, 고춧가루) ③쇠고기 ④돼지고기 ⑤닭고기 ⑥오리고기 ⑦양(염소, 산양)고기 ⑧콩(가공두부, 유바제외), 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩 ※ 배추김치를 직접 담가 사용하는 경우 배추, 고춧가루 원산지 각각 표기 [예: 배추김치(배추: 국내산, 고춧가루: 국내산)]
수산물	①넙치 ②조피볼락 ③참돔 ④미꾸라지 ⑤뽕장어 ⑥낙지 ⑦명태(동태, 코다리) ⑧고등어 ⑨갈치 ⑩참조기 ⑪오징어 ⑫꽃게 ⑬다랑어 ⑭아귀 ⑮주꾸미 ⑯가리비 ⑰우렁쉥이(명게) ⑱방어 ⑲전복 ⑳부세
식육·어육 가공식품	등그랑땡, 베이컨, 햄, 소시지, 함박스테이크, 떡갈비, 너비아니, 완자전, 해물완자전, 미트볼, 어묵, 맛살, 핫바, 치킨, 치킨텐더, 치킨너겟, 돈가스, 생선까스 등

♥생일식단♥			♥견학식단♥		
과일(사과) or당일오전간식	과일(바나나) or당일오전간식	과일(사과) or당일오전간식	과일(바나나) or당일오전간식	과일(사과) or당일오전간식	과일(바나나) or당일오전간식
백미밥 미역국5.6 치킨너겟1.5,6,15 잡채5.6 배추김치9	백미밥 미역국5.6 쇠불고기5.6,16 콩나물무침5.6 배추김치9	백미밥 미역국5.6 돼지갈비찜5.6,10 탕평채5.6 배추김치9	김밥1.5,6,10,15 과일(배) 과일주스(사과주스)	달걀볶음밥1.5,6 과일(바나나) 과일주스(포도주스)	쇠고기채소주먹밥 5.6,16 치킨너겟1.5,6,15 과일(사과)
생일케이크1,2,5,6 &유제품(우유)2	생일케이크1,2,5,6 &유제품(우유)2	생일케이크1,2,5,6 &유제품(우유)2	유제품(우유)2 or당일오후간식	유제품(우유)2 or당일오후간식	유제품(우유)2 or당일오후간식
502	464	452	396	392	412
12	15	12	11	9	10

※ **콩나물무침**은 원 사정에 맞추어 같은 식품군의 다른 나물로 조리방법 변경 없이 대체하여 사용할 수 있습니다. (예: 시금치무침)

※ 급식소에서 조리한 음식을 외부로 이동하여 배식하지 않도록 해주시고, 외부에서 식사가 필요한 경우는 일반음식점 또는 식품제조·가공업에서 구입한 원재료(도시락, 빵, 주스 등) 또는 가정도시락 지참하여 제공할 수 있습니다. (외부음식 제공 동의서를 받아주시기 바랍니다.)

※ 생일식단, 견학식단, 방학식단, 신학기식단은 원 사정에 맞게 선택하여 사용해 주시고 메뉴변경을 원할 경우에는 식단감수를 하시기 바랍니다.

※ 제공 드린 센터 식단에 추가되는 가공식품원산지는 식단표에 추가하여 작성해주시기 바랍니다. [견학식단 및 방학식단 (예: 햄 돼지고기·국내산)]

작성자: 어린이급식팀



크리덴셜이키아지

공립태영어린이집

날짜	<10월 제철식품> ▶ 고구마, 나트륨버섯, 양송이버섯, 무, 양배추, 열갈이배추, 시금치, 애호박, 아욱, 우엉, 꿀, 사과, 멜론, 고추아, 삼치, 오징어, 홍합, 파래 ※ 과일류·생류 유제품은 시장에서 제공하는 구체적인 매뉴얼으로 수정하신 후 사용 해주시고, 예: 과일(사과), 생류(나트륨버섯), 유제품(우유) 등 ※ 주재료(배추)는 대체재료(양배추) 희망하지않는 시설은 식단에서 삭제하여 사용 하시기 바랍니다. ※ 금요일 오후간식자 제공되는 날에는 음료를 추가 제공 권장드립니다. ※ 매주 수요일 제공되는 유제품 및 고기제품은 어린이보호식품인증증 받은 제품으로 제공해 주시기 바랍니다. ※ 12:35분을 유하는 메달과 등굣길에 음식 제공 시 세로 방향으로 작게 넣고 가급적 양을 줄여 제공 및 제공 시 주조하여 주시기 바랍니다.		1(목)	2(금)	3(토)·개천절-	
오전간식			브로콜리죽 5,6	달걀배추죽 5,6,15		
점심			수수밥 감자죽 5,6 돈육사태조림 5,6,10 청경채나물 5,6 배추김치9	백미밥 시금치된장국 5,6 훈제오리양파구이 5,6 오이무침 5,6 배추김치9		
오후간식			복숭아11&어묵핫바 1,2,5,6	포도&잔멸치주먹밥 5,6(+보리차)		
열량(kcal)			416	436		
단백질(g)			20	16		
날짜	5(월)·대추휴일-	6(화)	7(수)	8(목)♥생일잔치♥	9(금)·한글날-	10(토)
오전간식	두부양파죽 5,6		시금치죽 5,6	달걀감죽 5,6,15	사과&우유2	
점심	 차조밥 유부장국 5,6 달걀양배추죽 5,6,15 청고추김치 5,6 배추김치9		쇠고기짜장라이스 2,5,6,12,16,18 팽이버섯국 5,6 진단소 5,6,10 각두기9 (+포도주스)	홍미국 5,6 미역국 5,6 치킨니겟 5,6,15 잡채 5,6 배추김치9	잔치국수 5,6 (+추가반) 배추김치9	
오후간식	바나나&우유2		진고구마&우유2	생일케이크1,2,5,6& 우유2		
열량(kcal)	460		423(+32)	502	259(+59)	
단백질(g)	19		13(+1)	12	8(+1)	
날짜	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금)	17(토)
오전간식	단호박죽	두부감자죽 5,6	노른자무죽 1,5,6	삼색채소죽 5,6	콩나물죽 5,6	감귤&우유2
점심	백미밥 무채된장국 5,6 쇠고기브로콜리볶음 5,6,16 상추무침 5,6 배추김치9	수수밥 맑은콩나물국 5,6,10 돼지갈비죽 5,6,12 배추나물 5,6 각두기9	백미밥 미소장국 5,6 함박스테이크&소스 1,2,5,6,10,12,15,16,18 양상추&사라다 &드레싱 5,6 각두기9 (+요구르트2)	기장밥 달걀국 5,6,15 사각어묵볶음 5,6 애호박나물 5,6 배추김치9	백미밥 두부된장국 5,6 돈육감자조림 5,6,10 시금치나물 5,6 배추김치9	오므라이스 1,2,5,6,10,12,15,16,18 부추말은국 5,6 배추김치9
오후간식	단팥빵1,2,5,6&우유2	배&우유2	진단호박&우유2	포도&토마토스파게 티2,5,6,12,15,16,18	바나나&다진유부주 먹밥5,6(+보리차)	
열량(kcal)	420	423	415(+27)	444	450	320
단백질(g)	14	16	16(+1)	15	17	12
날짜	19(월)	20(화)	21(수)·국없는날-	22(목)	23(금)	24(토)
오전간식	두부파프리카죽 5,6	쇠고기배추죽 5,6,16	노른자잡채죽 1,5,6	미역국 5,6	근대죽 5,6	배&우유2
점심	백미밥 미역국 5,6 목살소금구이 5,6,10 콩나물무침 5,6 각두기9	차조밥 애호박맑은국 5,6 순살찜닭 5,6,15 근대나물무침 5,6 배추김치9	돈육미파두부덮밥 5,6,10 채소수육 5,6 양배추마요살라이스 1,2,5,6 각두기9 (+사과주스)	수수밥 배추된장국 5,6 소시지파프리카볶음 5,6,10,15,16,18 연근조림 5,6 배추김치9	백미밥 쇠고기북국 5,6,16 달걀말이 1,5,6 깨말은나물 5,6 배추김치9	돈육채소볶음밥 5,6,10 (+후추) 배추김치9
오후간식	프렌치토스트1,2,5,6 &우유2	포도&우유2	시리얼 5,6&우유2	배&고구마범벅2	포도&치즈빵1,2,5,6 (+우유2)	
열량(kcal)	467	422	485(+32)	417	431	271(+38)
단백질(g)	18	20	12(+1)	10	12	11(+1)
날짜	26(월)	27(화)♥세계의미♥	28(수)	29(목)	30(금)	31(토)
오전간식	쇠고기브로콜리죽 5,6,16	애호박죽 5,6	달걀열갈이죽 5,6,15	노른자숙주죽 1,5,6	당근죽 5,6	포도&우유2
점심	백미밥 북엇국 5,6 달걀당근볶음 5,6,15 열갈이된장무침 5,6 각두기9	기장밥 비섯된장국 5,6 나완산 (완자국소스채소조림) 5,6,10,12,15,16,18 죽나물 5,6 배추김치9	다진쇠고기우영볶음밥 5,6,16 우육국 5,6 부추나물 1,5,6 각두기9 (+요구르트2)	차조밥 근대된장국 5,6 로제닭볶음 2,5,6,12,15,16,18 무배채 5,6 배추김치9	백미밥 순두부찌개 1,5,6 안매운채소볶음 5,6,10 브로콜리장개우침 5,6 배추김치9	잡채덮밥 5,6,10 실파죽 5,6 배추김치9
오후간식	카스테라1,2,5,6 &우유2	바나나&우유2	진감자&우유2	배&미니카레우동 2,5,6,12,16,18	포도&채소주먹밥 5,6 (+보리차)	
열량(kcal)	465	454	454(+27)	451	458	296
단백질(g)	22	14	18(+1)	17	16	12
원산지	쌀, 잡채, 흑미, 현미	콩	배추, 감	육류	수산물	
산지	발	죽	누룽지	두부, 비지	배추	고춧가루
지	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
표	지친너겟(생일식)	헬(샌드위치용)	함박스테이크	소시지	완자전(산자완소용)	어묵핫바/어묵
시	돼지고기: 국내산 달걀고기: 국내산	돼지고기: 국내산 달걀고기: 국내산	돼지고기: 국내산 달걀고기: 국내산	돼지고기: 국내산 달걀고기: 국내산	돼지고기: 국내산 달걀고기: 국내산	연육
알레르기	①난류 ②우유 ③달걀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산삼 ⑭호박 ⑮달걀 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴·홍합·전복 등) ⑳꽃					
유발식품	※ 야생산란은 표본화, 브로콜리, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물인 헥사메트 대부분 식품에 포함되어 있으므로, 식단표 확인 후 추가로 사용되는 식재료는 알레르기 반응을 일으킬 확률이 높으므로 주의 후 제공해주시기 바랍니다.					

《 식단이용 안내사항 》



■ 영양섭취기준

연령 / 구분	만 1~2세	만 3~5세	●양주시 어린이급식관리지원센터는 “2025년 어린이급식관리지원센터 식단운영 관리지침”에 따라 식단 작성 ●에너지 구성 비율(오전 간식 8%, 점심 28%, 오후 간식 10%) : 만 1~2세의 경우 414kcal 내외, 만 3~5세의 경우 644kcal 내외로 제공
총 열량(kcal)	900	1,400	
단백질(g)	20	25	

■ 식단 변경 안내

식단감수	감수신청기간	■ 아동복지시설: 매월 6일~11일 ■ 어린이집·유치원: 매월 20일~26일 ※ 기간 초과하여 접수 시 감수 불가
	감수신청방법	■ 양식에 맞게 식단감수요청서를 작성하시어 센터 메일로 발송 ■ 전화: 031-860-5250, 메일: foodyangju@cfsm.or.kr ■ 같은 식품군같은 조리방법 내에서 메뉴를 변경하여 사용하는 경우 (예: 쇠고기장조림 → 돈육장조림) ※ 한 달 식단 기준 10일까지 같은 식품군같은 조리 방법 내 자체적으로 변경 가능 ■ 기존 식단에서 추가 메뉴를 제공 하는 경우 (인스턴트나 가공식품, 고열량저열량 식품의 추가제공 제외) ■ 센터에서 제공하는 견학식단·생일식단·방학식단을 변경 없이 통째로(오전간식·점심·오후 간식) 사용 하는 경우
	감수가 필요하지 않은 경우	
	감수가 필요한 경우	■ 오전간식·점심·오후간식 메뉴를 다른 날짜와 통째로(견학식단·생일식단·방학식단·외부음식·도시락 제외) 변경 하여 사용하는 경우
대체가능 식품	식자재 수급 사정에 따라 같은 식품군내에서 조리법 변경 없이 변동하여 사용할 수 있습니다. (1달 10일 이내) (그 외, 임의로 식단을 변경 사용하실 경우 센터로고 사용이 불가함)	
	밥	밥은 잡곡 종류로 시설에서 구매 가능 한 어느 잡곡이나 사용하셔도 됩니다.
	국	채소국 호박국, 근대국, 감자부추국, 열무된장국, 미역국, 콩나물국, 김치국 등 고깃국 소고기국, 육개장, 닭개장, 복어채국, 황태채국, 어묵국, 오징어묵국 등
	주반찬	육류 쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기 등 어류 삼치, 고등어, 가자미, 대구, 임연수 등
	알류 및 콩류	달걀, 메추리알, 두부
	부반찬	오이, 애호박, चु키니, 양파, 근대, 부추, 감자, 양상추, 가지, 피망, 노각, 열무, 양배추, 고구마순 등
	김치	말갈이 절절이, 오이소박이, 백김치, 배추김치, 깍두기
	과일	참외, 수박, 복숭아, 자두, 토마토, 포도, 바나나, 사과, 배, 딸기, 귤 등
	떡	시루떡, 바람떡, 백설기, 중편, 꿀떡 등
	빵	소보로, 슈크림빵, 도넛, 머핀, 롤케이크, 식빵, 단팃빵 등
	견과류	견과류 알레르기가 있는 영유아는 비슷한 모양의 견과일로 대체
	우유	우유 알레르기가 있는 어린이는 두유로 대체

■ 원산지표시 미표시 및 표시방법 위반 시 과태료 부과

농축산물	①쌀(밥, 죽, 누룽지) ②배추김치(배추, 고춧가루) ③쇠고기 ④돼지고기 ⑤닭고기 ⑥오리고기 ⑦양(염소, 산양)고기 ⑧콩(가공두부, 유바제외), 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩 ※ 배추김치를 직접 담가 사용하는 경우 배추, 고춧가루 원산지 각각 표기 [예: 배추김치(배추: 국내산, 고춧가루: 국내산)]
수산물	①넙치 ②조피볼락 ③참돔 ④미꾸라지 ⑤뽕장어 ⑥낙지 ⑦명태(동태, 코다리) ⑧고등어 ⑨갈치 ⑩참조기 ⑪오징어 ⑫꽃게 ⑬다랑어 ⑭아귀 ⑮주꾸미 ⑯가리비 ⑰우렁쉥이(명게) ⑱방어 ⑲전복 ⑳부세
식육·어육 가공식품	등그랑땡, 베이컨, 햄, 소시지, 함박스테이크, 떡갈비, 너비아니, 완자전, 해물완자전, 미트볼, 어묵, 맛살, 핫바, 치킨, 치킨텐더, 치킨너겟, 돈가스, 생선까스 등

♥생일식단♥			♥견학식단♥		
과일(사과) or 당일오전간식	과일(바나나) or 당일오전간식	과일(사과) or 당일오전간식	과일(바나나) or 당일오전간식	과일(사과) or 당일오전간식	과일(바나나) or 당일오전간식
백미밥 미역국 5.6 치킨너겟 1.5, 6, 15 잡채 5.6 배추김치 9	백미밥 미역국 5.6 쇠불고기 5.6, 16 콩나물무침 5.6 배추김치 9	백미밥 미역국 5.6 돼지갈비찜 5.6, 10 탕평채 5.6 배추김치 9	김밥 1.5, 6, 10, 15 과일(배) 과일주스(사과주스)	달걀볶음밥 1.5, 6 과일(바나나) 과일주스(포도주스)	쇠고기채소주먹밥 5.6, 16 치킨너겟 1.5, 6, 15 과일(사과)
생일케이크 1, 2, 5, 6 & 유제품(우유) 2	생일케이크 1, 2, 5, 6 & 유제품(우유) 2	생일케이크 1, 2, 5, 6 & 유제품(우유) 2	유제품(우유) 2 or 당일오후간식	유제품(우유) 2 or 당일오후간식	유제품(우유) 2 or 당일오후간식
772	714	696	609	602	633
19	22	19	17	13	15

※ **콩나물무침**은 원 사정에 맞추어 같은 식품군의 다른 나물로 조리방법 변경 없이 대체하여 사용할 수 있습니다. (예: 시금치무침)

※ 급식소에서 조리한 음식을 외부로 이동하여 배식하지 않도록 해주시고, 외부에서 식사가 필요한 경우는 일반음식점 또는 식품제조·가공업에서 구입한 원재료(도시락, 빵, 주스 등) 또는 가정도시락 지참하여 제공할 수 있습니다. (외부음식 제공 동의서를 받아주시기 바랍니다.)

※ 생일식단, 견학식단, 방학식단, 신학기식단은 원 사정에 맞게 선택하여 사용해 주시고 메뉴변경을 원할 경우에는 식단감수를 하시기 바랍니다.

※ 제공 드린 센터 식단에 추가되는 가공식품원산지는 식단표에 추가하여 작성해주시기 바랍니다. [견학식단 및 방학식단 (예: 햄 돼지고기·국내산)]

날짜	<10월 제철식품> ▶ 고구마, 느타리버섯, 양송이버섯, 무, 양배추, 얼갈이배추, 시금치, 애호박, 아욱, 우엉, 배, 사과, 멜론, 고동어, 삼치, 오징어, 홍합, 파래 ※ 과일(사과, 배)은 사과, 배는 껍질째로 먹는 것이 좋으며, 양배추는 익혀서 먹는 것이 좋습니다. ※ 고구마(사과, 배)는 껍질째로 먹는 것이 좋으며, 양배추는 익혀서 먹는 것이 좋습니다. ※ 고구마(사과, 배)는 껍질째로 먹는 것이 좋으며, 양배추는 익혀서 먹는 것이 좋습니다. ※ 고구마(사과, 배)는 껍질째로 먹는 것이 좋으며, 양배추는 익혀서 먹는 것이 좋습니다.				1(목)	2(금)	3(토)·개천절-						
오전간식					브로콜리죽 5,6	달걀배추죽 5,6,15							
점심					수산물 감자국 5,6 돈육사태조림 5,6,10 청경채나물 5,6 배추김치 9	백미밥 시금치된장국 5,6 훈제오리양파구이 5,6 오이무침 5,6 배추김치 9							
오후간식					복숭아 11&12, 어묵핫바 1,2,5,6	포도&단말지주먹밥 5,6(+보리차)							
열량(kcal)					632	670							
단백질(g)					33	24							
날짜	5(월)·대체휴일-	6(화)	7(수)	8(목)♥생일잔치♥	9(금)·한글날-	10(토)							
오전간식			두부양파죽 5,6	시금치죽 5,6	달걀감국 5,6,15	사과&우유 2							
점심			차조밥 유부장국 5,6 달걀장배추죽 5,6,15 청도국 5,6 배추김치 9	쇠고기짜장라이스 2,5,6,10,12,15,16,18 편이참고국 5,6 전단국 5,6,10 각두기 9 (+포도주스)	홍미국 5,6 미역국 5,6 치킨니겏기 5,6,15 잡채 5,6 배추김치 9	잔치국수 5,6 (+추가반) 배추김치 9							
오후간식			바나나&우유 2	전고구마&우유 2	생일케이크 1,2,5,6&우유 2								
열량(kcal)			708	651(+49)	772	398(+59)							
단백질(g)			29	20(+1)	19	13(+1)							
날짜	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금)	17(토)							
오전간식	단호박죽	두부감자죽 5,6	노른자무죽 1,5,6	삼색채소죽 5,6	콩나물죽 5,6	감귤&우유 2							
점심	백미밥 무채된장국 5,6 쇠고기브로콜리볶음 5,6,10 상추무침 5,6 배추김치 9	수수밥 맑은콩나물국 5,6,10 돼지갈비죽 5,6,10 배추나물 5,6 각두기 9	백미밥 미소장국 5,6 함박스테이크&소스 1,2,5,6,10,12,15,16,18 양송이&파슬라드 &드레싱 5,6 각두기 9 (+요구르트2)	기장밥 닭곰탕 5,6,15 사각어묵볶음 5,6 애호박나물 5,6 배추김치 9	백미밥 두부된장국 5,6 돈육감자조림 5,6,10 시금치나물 5,6 배추김치 9	오므라이스 1,2,5,6,10,12,15,16,18 부추맑은국 5,6 배추김치 9							
오후간식	단팥빵 1,2,5,6&우유 2	배&우유 2	전단호박&우유 2	포도&토마토스파게티 2,5,6,12,15,16,18	바나나&다진유부주먹밥 5,6(+보리차)								
열량(kcal)	646	651	639(+42)	680	692	493							
단백질(g)	22	25	25(+1)	23	26	18							
날짜	19(월)	20(화)	21(수)·국없는날-	22(목)	23(금)	24(토)							
오전간식	두부파프리카죽 5,6	쇠고기배추죽 5,6,16	노른자잡살죽 1,5,6	미역국 5,6	근대죽 5,6	배&우유 2							
점심	백미밥 미역국 5,6 목살소금구이 5,6,10 콩나물무침 5,6 각두기 9	차조밥 애호박맑은국 5,6 순살찜닭 5,6,15 근대나물무침 5,6 배추김치 9	돈육미파두부덮밥 5,6,10 채소튀김 5,6 양배추마요살라드 1,2,5,6 각두기 9 (+사과주스)	수산물 배추된장국 5,6 소시지파프리카볶음 5,6,10,15,16,18 오징어조림 5,6 배추김치 9	백미밥 쇠고기북국 5,6,16 달걀말이 1,5,6 깨알나물 5,6 배추김치 9	돈육채소볶음밥 5,6,10 (+후박) 배추김치 9							
오후간식	프렌치토스트 1,2,5,6 &우유 2	포도&우유 2	시리얼 5,6 &우유 2	배&고구마번백2	포도&치즈빵 1,2,5,6 (+우유2)								
열량(kcal)	719	649	746(+32)	641	663	417(+59)							
단백질(g)	28	31	19(+1)	16	19	17(+1)							
날짜	26(월)	27(화)♥세계의미♥	28(수)	29(목)	30(금)	31(토)							
오전간식	쇠고기브로콜리죽 5,6,16	애호박죽 5,6	달걀얼갈이죽 5,6,15	노른자숙주죽 1,5,6	당근죽 5,6	포도&우유 2							
점심	백미밥 북엇국 5,6 달걀된장국 5,6,15 얼갈이인동무침 5,6 각두기 9	기장밥 비섯된장국 5,6 나완살 (완자국소스채소조림) 5,6,10,12,15,16,18 죽나물 5,6 배추김치 9	다진쇠고기우영볶음밥 5,6,16 우육국 5,6 부추나물 1,5,6 각두기 9 (+요구르트2)	차조밥 근대된장국 5,6 로제닭볶음 2,5,6,12,15,16,18 무배추김치 5,6 배추김치 9	백미밥 순두부찌개 1,5,6 안대주채볶음 5,6,10 브로콜리장개우침 5,6 배추김치 9	잡채덮밥 5,6,10 실파죽 5,6 배추김치 9							
오후간식	카스테라 1,2,5,6 &우유 2	바나나&우유 2	전감자&우유 2	배&미니카레우동 2,5,6,12,16,18	포도&채소주먹밥 5,6 (+보리차)								
열량(kcal)	715	699	698(+27)	694	704	456							
단백질(g)	34	21	28(+1)	26	24	18							
원산지	쌀, 잡곡, 흑미, 현미	콩	배추, 감자	육류	수산물	고등어							
지표	발	죽	누룽지	두부, 비지	배추	고춧가루	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	명태, 동태	오징어	고등어
시	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산, 한우	국내산	국내산	국내산	러시아산	국내산	국내산
표	치킨니겏(생일식)	햄(샌드위치용)	함박스테이크	소시지	완자전(난자완소용)	어묵, 핫바/어묵							
시	돼지고기: 국내산	돼지고기: 국내산	돼지고기: 국내산	돼지고기: 국내산	돼지고기: 국내산	돼지고기: 국내산							
①냉류 ②우유 ③멸미 ④땅콩 ⑤다두 ⑥달걀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야채나물 ⑭돼지고기 ⑮쇠고기 ⑯닭고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 홍합, 전복 등) ⑲참 ⑳야채나물 ㉑표본, 브로콜리, 산방자채, 육으로 사용되는 식용첨가물 및 향료 ㉒대부분 식품에 포함되어 있습니다.	①카레, 짜장, 짜장면, 짜장국												

작성자: 어린이급식팀



(야간연장형 만1~2세_수산물대체)



영주시
어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center
공립태영어린이집

원산지	쌀, 찰밥, 흑미, 현미				콩		배추김치			육류		
	밥	죽	누룽지		두부, 비지		배추	고춧가루	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		국내산	국내산	국내산·한우	국내산	국내산	국내산
지표	수산물				식육·어육가공품							
표시	명태·동태	고등어		오징어	돈까스		미트볼		치킨(치킨마요)		어묵	
시	러시아산	국내산		국내산	국내산	돼지고기: 국내산	돼지고기: 국내산	쇠고기: 외국산	닭고기: 국내산	연육		

※ ①난류 ②우유 ③멸미 ④명품 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫마로 ⑬야생참 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴·홍합·전복 등) ⑲젓
 ※ 야생참: 표본적, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태도 대부분 식육에 포함되어 있습니다.
 ※ 카레·짜장·라이스가루 및 소스류는 사용하는 재품에 따라 우유, 토마토, 닭고기, 소고기 등이 포함되어 있으므로, 식단표 확인 후 그의 추가로 사용되는 식재료는 알레르기 반응을 별도로 확인하여 표기 후 제공해주시기 바랍니다.