2026년 11월 1-2세 및 3-5세 식단

1주	11월 2일 (월)	11월 3일 (화)	11월 4일 (수)	11월 5일 (목)	11월 6일 (금)
오전 간식	닭고기채소죽	감자스프 조각식빵	계란채소죽	찐고구마/슬라이스치즈 우유	흰살생선죽
점심	찹쌀밥 순두부백탕 돈육곤약장조림 치커리사과무침 배추김치 (영아:백김치)	차수수밥 근대국 소불고기 비타민무침 배추김치 (영아:백김치)	소고기쌀국수 밥도제공 새우청경채볶음 배추김치 바나나½ (영아:백김치)	강황쌀밥 온도토리묵국 임연수구이 참나물무침 알타리김치 (영아:백김치)	찹쌀밥 육개장 로제찜닭 감자채볶음 배추김치 (영아:백김치)
오후 간식	치즈감자치아바타 우유	멸치채소섞음밥 우유	비빔만두(0세:물만두) 우유	크림카레우동 두유	약밥 우유
저녁	백미밥 무채된장국 순살닭갈비 청포묵김무침 배추김치 (영아:백김치)	백미밥 소고기미역국 가자미구이 도라지배무침 배추김치 (영아:백김치)	백미밥 유부된장국 돈육장똑똑이 오이무침 배추김치 (영아:백김치)	백미밥 소고기뭇국 두부조림 다시마튀각 배추김치 (영아:백김치)	백미밥 동태쑥갓국 채소계란찜 우엉조림 배추김치 (영아:백김치)

2주	11월 9일 (월)	11월 10일 (화)	11월 11일 (수)	11월 12일 (목)	11월 13일 (금)
오전 간식	새우부추죽	해물토마토리조또	만둣국	찐단호박/아몬드 플레인요거트	소고기미역죽
점심	기장밥 황태뭇국 소고기주꾸미볶음 숙주나물 배추김치 (영아:백김치)	차조밥 돈육김치찌개 두부강정(0세:두부조림) 양상추비타민샐러드 깍두기 (영아:백김치)	소고기비빔밥 두부된장국 도토리묵쑥갓무침 배추김치 샤인머스캣 (영아:백김치)	강황쌀밥 소고기버섯전골 코다리무조림 구이김 배추김치 (영아:백김치)	기장밥 팽이버섯된장국 바베큐폭찹 코울슬로샐러드 배추김치 (영아:백김치)
오후 간식	롤치즈빵 우유	돈육부추잡채/꽃빵 우유	사과핫케이크 우유	치즈김치전 매실차	핫도그 우유
저녁	백미밥 건새우호박된장국 닭채소볶음 새송이버섯조림 배추김치 (영아:백김치)	백미밥 다시마감자국 임연수구이 당근양배추라페 배추김치 (영아:백김치)	백미밥 새우뭇국 오리고기양파볶음 무쌈채무침 배추김치 (영아:백김치)	백미밥 얼갈이된장국 돈육데리야끼볶음 깻잎순나물 배추김치 (영아:백김치)	소고기콩나물밥 계란파국 시금치나물 배추김치 단감 (영아:백김치)

3주	11월 16일 (월)	11월 17일 (화)	11월 18일 (수)	11월 19일 (목)	11월 20일 (금)
오전 간식	게살채소죽	크림스프 크루통	연두부/양념장 귤	버섯수제비	누룽지죽
점심	차조밥 느타리버섯된장국 돈육김치불고기 가지나물 깍두기 (영아:백김치)	찹쌀밥 바지락매생이국 닭다리살소금구이 돌자반 알타리김치 (영아:백김치)	차조밥 아욱된장국 돈수육 양배추쌈장무침 배추김치 (영아:백김치)	강황쌀밥 돈육우거지국 가자미구이 세발나물 깍두기 (영아:백김치)	흑미밥 닭고기감자국 오징어볶음 연근조림 배추김치 (영아:백김치)
오후 간식	소보루빵 우유	마제우동 우유	프랜치토스트 우유	모둠과일(포도,배,사과) 우유	단호박찜/메이플시럽(영아제외) 우유
저녁	백미밥 돈육콩비지찌개 새우스크램블에그 콩나물무침 배추김치 (영아:백김치)	백미밥 소고기양배추국 삼치구이 유채된장무침 배추김치 (영아:백김치)	백미밥 닭곰탕 다진고기두부조림 물파래무초무침 배추김치 (영아:백김치)	백미밥 근대국 소고기당면볶음 양배추사과무침 배추김치 (영아:백김치)	백미밥 두부미소국 돈육채소자장볶음 오이크래미샐러드 배추김치 (영아:백김치)

원산지표시 : 쌀·누룽지·쌀가공품·소고기(한우)·닭고기·돼지고기·오리고기·두부류·콩비지·청국장·오징어·고등어·아귀·방어·붉은대게살·전복-**국내산** / 김치(배추-**국내산**,고춧가루-**국내산**) / 동태살·코다리-**러시아산** / 볼락-**미국산** / 참치(가다랑어)-**원양산** 또는 **베트남산**/ 낙지-**국산** / 주꾸미-**베트남산** / 어묵(연육)-**중국산,베트남산** / 훈제오리(오리)-**국내산** / 크래미(연육-**미국산**) / 베이컨(돈육)-**국내산** / 꽃맛살(연육)-**외국산** / 미트볼(돈육,닭고기)-**국산** / 함박스테이크(돈육-**국산**,닭고기-**국산**) / 고기완자(돈육-**국산**,대두-**외국산**) / 치킨강정(닭)-**국내산** / 두부가라아게(대두)-**국내산** / 명태전(명태)-**러시아산** / 진미채(오징어)-**페루산** / 목화솜탕수육(돈육)-**국내산** / 생선까스(명태)-**러시아산** / 만두(돈육)-**국내산** / 소시지(돈육)-**국내산** / 치킨까스(닭고기)-**국내산** / 치킨텐더(닭고기)-**국내산** / 치킨너겟(닭고기)-**국산**

4주	11월 23일 (월)	11월 24일 (화)	11월 25일 (수)	11월 26일 (목)	11월 27일 (금)
오전 간식	닭브로컬리죽	찐감자/스트링치즈 우유	양송이누룽지스프	모닝빵 플레인요거트	소고기채소죽
점심	찹쌀밥 황태두부국 돈육콩나물볶음 상추무침 깍두기 (영아:백김치)	차수수밥 소고기된장찌개 날치알계란찜 새송이버섯조림 배추김치 (영아:백김치)	어묵쑥갓우동 밥도제공 새우양배추볶음 배추김치 귤 (영아:백김치)	강황쌀밥 청국장 닭고구마조림 청포묵김무침 알타리김치 (영아:백김치)	찹쌀밥 설렁탕 고등어무조림 도토리묵오이무침 깍두기 (영아:백김치)
오후 간식	완두앙금빵 우유	목화솜탕수육(0세:비빔국수) 오미자차	소고기김치섞음밥 우유	토마토푸실리 우엉차	찐빵 우유
저녁	백미밥 오징어뭇국 코다리무조림 시금치나물 배추김치 (영아:백김치)	백미밥 홍합탕 돈채파프리카볶음 치커리배무침 배추김치 (영아:백김치)	백미밥 콩나물국 임연수구이 도라지나물 배추김치 (영아:백김치)	백미밥 새우계란국 돈육깨소스무침 감자조림 배추김치 (영아:백김치)	돈육하이라이스 아욱국 보코치니치즈샐러드 배추김치 배 (영아:백김치)
5주	11월 30일 (월)	12월 1일 (화)	12월 2일 (수)	12월 3일 (목)	12월 4일 (금)
오전 간식	소고기미역죽				
점심	차조밥 근대국 돈육오징어볶음 숙주나물 배추김치 (영아:백김치)				
오후 간식	머핀 우유				
저녁	백미밥 소고기미역국 연두부계란찜 열무나물 배추김치 (영아:백김치)				

원산지표시 : 쌀·누룽지·쌀가공품·소고기(한우)·닭고기·돼지고기·오리고기·두부류·콩비지·청국장·오징어·고등어·아귀·방어·붉은대게살·전복-**국내산** / 김치(배추-**국내산**,고춧가루-**국내산**) / 동태살·코다리-**러시아산** / 볼락-**미국산** / 참치(가다랑어)-**원양산** 또는 **베트남산**/ 낙지-**국산** / 주꾸미-**베트남산** / 어묵(연육)-**중국산,베트남산** / 훈제오리(오리)-**국내산** / 크래미(연육-**미국산**) / 베이컨(돈육)-**국내산** / 꽃맛살(연육)-**외국산** / 미트볼(돈육,닭고기)-**국산** / 함박스테이크(돈육-**국산**,닭고기-**국산**) / 고기완자(돈육-**국산**,대두-**외국산**) / 치킨강정(닭)-**국내산** / 두부가라아게(대두)-**국내산** / 명태전(명태)-**러시아산** / 진미채(오징어)-**페루산** / 목화솜탕수육(돈육)-**국내산** / 생선까스(명태)-**러시아산** / 만두(돈육)-**국내산** / 소시지(돈육)-**국내산** / 치킨까스(닭고기)-**국내산** / 치킨텐더(닭고기)-**국내산** / 치킨너겟(닭고기)-**국산**