

10월 급식표

2026년 용정어린이집

영양사 양예슬

요일	월	화	수	목	금
일자				1	2
중식				잡곡밥 한우배춧국 왕달갈장조림 청경채나물 깍두기	참치야채비빔밥 가쓰오장국 피자돈까스/소스 배추김치
열량				368kcal/13g	413kcal/12g
일자	5	6	7	8	9
중식	대체공휴일	잡곡밥 부추달걀국 두부스테이크/소스 미역줄기볶음 깍두기	백미밥 들깨미역국 한우불고기 동그랑땡전 배추김치	잡곡밥 콩나물국 안동찜닭 애호박볶음 깍두기	한글날
열량		358kcal/12g	348kcal/12g	371kcal/13g	
일자	12	13	14	15	16
중식	백미밥 어묵뚝국 오삼불고기 가지나물 배추김치	잡곡밥 황태감자국 너비아니구이 양상추마요샐러드 깍두기	백미밥 근대된장국 한돈장조림 연근참깨무침 배추김치	잡곡밥 김치순두부국 달걀말이 숙주나물무침 깍두기	한우곤드레나물밥 /양념장 버섯장국 생선까스/타르소스 배추김치
열량	366kcal/13g	372kcal/11g	354kcal/12g	379kcal/13g	403kcal/12g
일자	19	20	21	22	23
중식	백미밥 한돈부대찌개 고등어구이 팽이버섯볶음 배추김치	잡곡밥 애호박찜국 닭갈비 깍두기 깍두기	백미밥 무찜국 한돈불고기 양배추찜/쌈장 배추김치	잡곡밥 표고미역국 함박스테이크 과일샐러드 깍두기	훈제오리볶음밥 청경채두부국 통등심돈까스/소스 배추김치
열량	389kcal/12g	363kcal/11g	352kcal/12g	387kcal/12g	425kcal/13g
일자	26	27	28	29	30
중식	백미밥 다시마감자국 스모크햄구이/케첩 우엉채조림 배추김치	백미밥 한우육개장 스크램블에그 콩나물무침 깍두기	잡곡밥 버섯당면국 두부구이/양념장 검정콩조림 깍두기	잡곡밥 얼갈이배춧국 수제탕수육/소스 감자채볶음 깍두기	닭안심마요덮밥 어묵국 꼬마만두강정 배추김치
열량	374kcal/11g	369kcal/12g	365kcal/13g	392kcal/12g	403kcal/13g

원산지 표시	쌀			배추김치		소고기		돼지고기	닭고기	오리고기	콩		오징어	고등어	다량어(참치 연어)	
	밥	죽	누룽지	배추	고춧가루	품종	원재료	원재료	원재료	원재료	두부	연두부	원재료	원재료	원재료	
						■한우 □육우 □젖소	국내산	국내산	국내산	국내산	외국산(미국,캐나다등)	국내산	외국산	외국산	원양산	
							식육가공품(훈제오리 등)				순두부	콩비지	콩국수	주꾸미	가공품	가공품
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		돼지고기	닭고기	소고기	오리고기	외국산(미국,캐나다등)		외국산	국내산,외국산	국내산,외국산	
						국내산,외국산	국내산,외국산	국내산,외국산	국내산,외국산	국내산,외국산	외국산(미국,캐나다등)		외국산	국내산,외국산	국내산,외국산	

●다음의 식품에 알레르기가 나타날 수 있으므로 주의해주세요.

- ① 난류 ② 우유 ③ 메밀 ④ 땅콩 ⑤ 대두 ⑥ 밀 ⑦ 고등어 ⑧ 계 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기 ⑪ 복숭아 ⑫ 토마토
⑬ 아황산류 ⑭ 호두 ⑮ 닭고기 ⑯ 소고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조개류 ⑲ 잣

※유아 4-6세 1일 영양권장량 : 열량 1600kcal 단백질은 30g

※ 위 식단은 어린이집 수급에 따라 일부 변경될 수 있습니다.

♡ 사 회 복 지 법 인 용 정 어 린 이 집 ♡

10월 간식 및 연장반 급식표

2026년 용정어린이집

영양사 양예솔

요일	월	화	수	목	금
일자				1	2
오전 간식	<알레르기 및 유당불내증 증상 유아를 위한 대체식품 안내> ① 난류>>대체 제공 ② 우유>>대체 제공 ⑥ 밀 >>대체 제공 ⑭ 호두>>제외 제공			치즈죽 깍두기	하이라이스우동 단무지
오후 간식				요거트 바나나	무항생제목장우유② 배
연장반 급식				치킨가라아게 오가닉유기농주스	옛날사라다빵 오가닉유기농주스
일자	5	6	7	8	9
오전 간식	대체공휴일	시금치죽 깍두기	케이크 이오요구르트	누룽지죽 깍두기	한글날
오후 간식		사과요구르트 쿠키/단감	무항생제목장우유② 찐고구마	요거트 바나나	
연장반 급식		삼색수제비 배추김치	메밀전병 하우스감귤	치즈스틱 오가닉유기농주스	
일자	12	13	14	15	16
오전 간식	야채스프 크루통	귀리달걀죽 깍두기	빵 이오요구르트	고구마죽 깍두기	짜장우동 단무지
오후 간식	바른목장요구르트 사과	사과요구르트 쿠키/오렌지	무항생제목장우유② 방울증편	요거트 바나나	무항생제목장우유② 파인애플
연장반 급식	햄감자볶음밥 두부맑은국	한우짜장면 단무지	호박채전 스테비아토마토	고로케 오가닉유기농주스	딸기잼샌드위치 오가닉유기농주스
일자	19	20	21	22	23
오전 간식	크림스프 모닝빵	아욱된장죽 깍두기	빵 이오요구르트	참쌀닭죽 깍두기	카레우동 단무지
오후 간식	바른목장요구르트 단감	사과요구르트 쿠키/키위	무항생제목장우유② 찐감자	요거트 바나나	무항생제목장우유② 오렌지
연장반 급식	크래미유부초밥 달걀찐국	베이컨크림스파게티 오이피클	꼬치어묵 골드키위	후렌치후라이 오가닉유기농주스	에그모닝샌드위치 오가닉유기농주스
일자	26	27	28	29	30
오전 간식	양송이스프 크루통	참치죽 깍두기	빵 이오요구르트	영양현미죽 깍두기	하이라이스우동 단무지
오후 간식	바른목장요구르트 배	사과요구르트 쿠키/사과	무항생제목장우유② 미니새참바	요거트 바나나	무항생제목장우유② 키위
연장반 급식	새우볶음밥 쪽파장국	미니썬갯우동 단무지	옥수수부추전 한라봉	고구마맛탕 오가닉유기농주스	프렌치토스트 오가닉유기농주스

	쌀			배추김치		소고기		돼지고기	닭고기	오리고기	콩		오징어	고등어	다량어(참치) 연어
원산지 표시	밥	죽	누룽지	배추	고춧가루	품종	원재료	원재료	원재료	원재료	두부	연두부	원재료	원재료	원재료
							국내산	국내산	국내산	국내산	외국산(미국,캐나다등)	국내산	국내산	국내산	원양산
						■한우 □육우 □젖소	식육가공품(훈제오리 등)				순두부	콩비지	콩국수	주꾸미	가공품
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		돼지고기	닭고기	소고기	오리고기	외국산(미국,캐나다등)		외국산	국내산,외국산	국내산,외국산

●다음의 식품에 알레르기가 나타날 수 있으므로 주의해주세요.

- ① 난류 ② 우유 ③ 메밀 ④ 땅콩 ⑤ 대두 ⑥ 밀 ⑦ 고등어 ⑧ 게 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기 ⑪ 복숭아 ⑫ 토마토
⑬ 아황산류 ⑭ 호두 ⑮ 닭고기 ⑯ 소고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조개류 ⑲ 잣

※유아 4-6세 1일 영양권장량 : 열량 1600kcal 단백질은 30g

※ 위 식단은 어린이집 수급에 따라 일부 변경될 수 있습니다.

♡ 사 회 복 지 법 인 용 정 어 린 이 집 ♡