11월 급식표

2026년 용정어린이집 영양사 양예솔

요일	월	화	수	목	금
일자	2	3	4	5	6
중식	백미밥 애호박양파국 한돈갈비찜 열무된장무침 배추김치	잡곡밥 오징어청경채국 떡갈비조림 과일샐러드 깍두기	백미밥 감자미역국 한우불고기 동그랑땡전 배추김치	잡곡밥 무청시래기국 달걀찜 시리얼멸치볶음 깍두기	스팸야채볶음밥 미소장국 치즈돈까스/소스 배추김치
열량	342kcal/12g	373kcal/12g	348kcal/11g	369kcal/13g	392kcal/14g
일자	9	10	11	12	13
중식	백미밥 두부당면국 한돈폭찹 연근흑임자무침 배추김치	잡곡밥 숙주김칫국 닭살장조림 시금치나물 깍두기	백미밥 다시마무챗국 한돈짜장불고기 양배추볶음 배추김치	잡곡밥 한우얼갈이된장국 두부강정 가지들기름무침 깍두기	한우콩나물밥/양념장 맑은장국 미니만두돈까스/소스 배추김치
열량	382kcal/13g	341kcal/13g	363kcal/11g	374kcal/12g	412kcal/13g
일자	16	17	18	19	20
중식	백미밥 황태뭇국 로제닭갈비 새송이버섯볶음 배추김치	잡곡밥 한돈부대찌개 임연수구이 고사리들깨볶음 깍두기	백미밥 시금치된장국 주꾸미삼겹살볶음 쥐눈이콩조림 배추김치	잡곡밥 도토리묵국 미트볼파프리카조림 오이사과무침 깍두기	한돈마파두부덮밥 쪽파장국 팝콘치킨/소스 배추김치
열량	385kcal/13g	381kcal/12g	350kcal/13g	377kcal/12g	395kcal/14g
일자	23	24	25	26	27
중식	백미밥 새우살미역국 햄감자채볶음 숙주나물무침 배추김치	잡곡밥 콩가루배춧국 한돈장조림 브로콜리무침 깍두기	백미밥 한우아욱국 두부엿장조림 미역줄기볶음 배추김치	잡곡밥 수제비국 옛날소시지전 참치김치볶음 깍두기	찹쌀밥 닭곰탕 생선까스/타르소스 배추김치
열량	344kcal/12g	359kcal/13g	385kcal/13g	387kcal/14g	401kcal/14g
일자	30				
중식	백미밥 순두부찌개 한돈버섯불고기 콩나물무침 배추김치				
열량	361kcal/12g				

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

11월 간식 및 연장반 급식표

2026년 용정어린이집 영양사 양예솔

요일	월	화	수	목	금
일자	2	3	4	5	6
오전 간식	야채스프 모닝빵	크래미죽 깍두기	케이크 이오요구르트	콩나물죽 깍두기	짜장우동 단무지
오후 간식	바른목장요구르트 배	사과요구르트 쿠키/단감	무항생제목장우유② 붕어빵	요거트 바나나	무항생제목장우유② 토마토
연장반 급식	후리가케주먹밥 미역된장국	잔치국수 배추김치	잡채말이어묵 하우스감귤	야채튀김 오가닉유기농주스	아이돌샌드위치 오가닉유기농주스
일자	9	10	11	12	13
오전 간식	크림스프 크루통	근대된장죽 깍두기	빵 이오요구르트	율무야채죽 깍두기	카레우동 단무지
오후 간식	바른목장요구르트 사과	사과요구르트 쿠키/키위	무항생제목장우유② 찐달걀	요거트 바나나	무항생제목장우유② 오렌지
연장반 급식	참치볶음밥 팽이맑은국	미트스파게티 오이피클	맛살버섯전 메론	새우볼꼬치 오가닉유기농주스	감자햄모닝샌드위치 오가닉유기농주스
일자	16	17	18	19	20
오전 간식	양송이스프 모닝빵	한우당근죽 깍두기	빵 이오요구르트	달걀양배추죽 깍두기	하이라이스우동 단무지
오후 간식	바른목장요구르트 배	사과요구르트 쿠키/오렌지	무항생제목장우유② 물만두	요거트 바나나	무항생제목장우유② 사과
연장반 급식	오므라이스 유부맑은국	우동볶이 단무지	배추전 골드키위	고구마튀김 오가닉유기농주스	핫케이크 오가닉유기농주스
일자	23	24	25	26	27
오전 간식	야채스프 크루통	김치낙지죽 깍두기	빵 이오요구르트	참깨죽 깍두기	짜장우동 단무지
오후 간식	바른목장요구르트 단감	사과요구르트 쿠키/토마토	무항생제목장우유② 단호박찜	요거트 바나나	무항생제목장우유② 키위
연장반 급식	한돈깍두기볶음밥 부추장국	호박칼국수 배추김치	베이컨시금치전 한라봉	김말이튀김 오가닉유기농주스	콘샐러드샌드위치 오가닉유기농주스
일자	30				
오전 간식	크림스프 모닝빵	<알레르기 증상 유아를 위한 대체식품 안내> ①난류>>대체 제공 ②우유>>대체 제공 ⑥ 밀 >>대체 제공 ⑭호두>>제외 제공			
오후 간식	바른목장요구르트 사과				
연장반 급식	한우우엉주먹밥 호박된장국				

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