



발행일 : 2026. 09. 15.
작성자 : 영양팀

죽식형_유아(1-2세)

				1 [목]	2 [금]
오전간식				당근치즈죽 ②	단호박죽
점심				잡곡밥 쇠고기무국 ⑤⑥⑬ 닭살데리야기조림 ②⑤⑥⑬⑮ 오이나물 ⑤⑥ 잘게썬백김치 ⑨	잡곡밥 팽이미소장국 ⑤⑥ 돈불고기 ⑤⑥⑩ 도토리묵무침 ⑤⑥ 잘게썬백김치 ⑨
오후간식				들기름메밀국수 ③⑥	◆키위 떠먹는요구르트 ②
열량/단백질				437.8/20.1	383.6/14
	5 [월]	6 [화]	7 [수]	8 [목]	9 [금]
오전간식		두부브로콜리죽 ⑤	게살죽 ⑧	채소죽	
점심	개천절 대체휴일	잡곡밥 미역국 ⑤⑥ 생선가스+타르타르 ①⑤⑥ 콩나물무침 ⑤⑥ 잘게썬백김치 ⑨	잡곡밥 두부된장국 ⑤⑥ 돼지고기수육 ⑤⑥⑩ 상추사과무침 ⑤⑥ 잘게썬백김치 ⑨	잡곡밥 소고기우거지국 ⑤⑥⑬ 메추리알곤약장조림 ①⑤⑥ 브로콜리볶음 잘게썬백김치 ⑨	한글날
오후간식		삼은달걀 ① 발효요구르트 ②	◆굴 우유 ②	해물양배추전 ①⑤⑥⑦	
열량/단백질		490.3/19.4	447.4/19.3	406/15.9	
	12 [월]	13 [화]	14 [수]	15 [목]	16 [금]
오전간식	참치죽	누룽지죽+오이스틱	감자죽	장국죽 ⑤⑥⑬	새우죽 ⑨
점심	잡곡밥 두부탕국 ⑤⑥⑬ 고구마닭갈비 ⑤⑥⑮ 느타리버섯볶음 ⑤ 잘게썬백김치 ⑨	잡곡밥 시금치된장국 ⑤⑥ 돈사태찌 ⑤⑥⑩ 청포묵무침 ⑤⑥ 잘게썬백김치 ⑨	잡곡밥 물만두국 ①⑤⑥⑩ 삼치구이 ⑥ 연근조림 ⑤⑥ 잘게썬백김치 ⑨	잡곡밥 닭살등복닭곰탕 ⑮ 들기름두부구이 ⑤ 김자반 ⑤ 잘게썬백김치 ⑨	잡곡밥 콩가루배춧국 ⑤⑥ 소고기참스테이크 ⑤⑥⑫⑬ 마카로니샐러드 ①⑤ 잘게썬백김치 ⑨
오후간식	◆샤인머스켓 떠먹는요구르트 ②	◆단호박찜 우유 ②	핫도그 ①②⑥⑩	짜장면 ①⑤⑥⑩⑮⑬⑮	◆배 슬라이스치즈 ②
열량/단백질	420.9/19.7	392.9/18	476.2/17.7	433.5/24.1	484.8/18
	19 [월]	20 [화]	21 [수]	22 [목]	23 [금]
오전간식	고구마죽	흰살생선죽	버섯죽	연근죽	오트밀죽 ②
점심	잡곡밥 오징어국 ⑤⑥⑮ 콩나물불고기 ⑤⑥⑩ 참나물무침 ⑤⑥ 잘게썬백김치 ⑨	잡곡밥 설렁탕 ⑬ 삼색채소계란말이 ①⑤ 오이탕탕이 잘게썬백김치 ⑨	잡곡밥 바지락미역국 ⑤⑥⑮ 동그랑땡전 ①⑤⑥⑩ 가지나물 ⑤⑥ 잘게썬백김치 ⑨	잡곡밥 근대된장국 ⑤⑥ 소불고기 ⑤⑥⑮ 청경채나물 ⑤⑥ 잘게썬백김치 ⑨	잡곡밥 돌깨수제비국 ⑤⑥ 새우살채소볶음 ⑤⑥⑨ 숙주미나리무침 ⑤⑥ 잘게썬백김치 ⑨
오후간식	◆바나나 우유 ②	다진유부주먹밥 ⑤	◆키위 스트링치즈 ②	찐고구마 우유 ②	◆사과 우유 ②
열량/단백질	471.9/15.1	494.7/19.3	368.3/16.7	483.9/15.1	410.5/17.1
	26 [월]	27 [화]	28 [수] 저탄소 Day	29 [목]	30 [금]
오전간식	전복죽 ⑤⑥⑮	당근양파죽	채소죽	닭죽 ⑮	브로콜리스프 ②⑥
점심	잡곡밥 순두부찌개 ①⑤ 쇠고기굴소스볶음 ⑤⑥⑬⑮ 시금치나물 ⑤⑥ 잘게썬백김치 ⑨	잡곡밥 감자국 ⑤⑥ 안동찜닭 ⑤⑥⑮ 호박고지나물 ⑤⑥ 잘게썬백김치 ⑨	표고버섯콩나물밥 +양념장 ⑤⑥ 아욱국 ⑤⑥ 연근탕수 ⑤⑥ 잘게썬백김치 ⑨	잡곡밥 황태국 ⑤⑥ 제육볶음 ⑤⑥⑩ 양배추나물 ⑤⑥ 잘게썬백김치 ⑨	잡곡밥 쇠고기버섯국 ⑤⑥⑮ 카레고등어구이 ⑤⑥⑦ 감자채볶음 ⑤⑥ 잘게썬백김치 ⑨
오후간식	◆굴 후레쉬번 ①②⑥	갈비만두 ①②⑤⑥⑩⑮	◆샤인머스켓 우유 ②	토마토시금치프리타타 ①②⑤⑫	◆바나나 우유 ②
열량/단백질	402.7/19.1	431.6/20.3	420.8/10.1	489/28.9	456.5/15

알레르기 유발식품 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 쇠고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳ 잣
※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

- 영유아에게 배식 시 주찬 및 부찬, 국 건더기, 김치류, 간식류의 크기를 씹기 편하고 기도가 막히지 않도록 잘게 잘라서 제공합니다.
- 자연 간식으로 제공되는 과일류는 날씨 및 식재료 수급 상황에 따라 다른 제철 과일로 변경되어 제공될 수 있습니다.

원산지표기	쌀			콩		배추김치		육류		
	밥	죽	누룽지	두부	순두부	배추	고춧가루	돼지고기	닭고기	소고기
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	수산물							식육가공품		
	생선가스	게살죽	해물양배추전	참치죽	오징어국	전복죽	카레고등어구이	동그랑땡전	물만두국	
	명태	꽃게	오징어	참치캔(다량)	오징어	전복	고등어	돼지고기	돼지고기	
	러시아산	국내산	국내산	원양산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	