2026년 11월 식단표 죽형(만 1-2세)

시설명 : 봉양어린이집

※메뉴는 공급업체의 식자재 공급에 따라 변동될 수도 있습니다.

날짜	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
오전간식	키위	쇠고기미역죽⑯	흰살생선채소죽⑤⑥	달걀옥수수죽①	단팥죽⑤	우유②
점심	기장밥 오징어뭇국⑤⑥⑰ 두부달걀부침①⑤⑥ 가지양념찜⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 차돌된장찌개⑤⑥⑯ 이면수구이⑤⑥ 고구마순나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩가루배춧국⑤⑥ 돈육폭찹⑤⑥⑩⑫ 미나리무침⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 팽이버섯맑은국⑤⑥ 쇠고기채소찜⑤⑥⑯ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 청국장찌개⑤⑥ 수육/양념장 양배추찜/양념장⑤⑥ 깍두기⑨	쌀국수⑤⑥⑯ (추가밥:쌀밥) 춘권⑤⑥⑩ 배추김치⑨
오후간식	씨리얼⑤⑥/우유②	찐빵⑤⑥/우유②	귤/우유②	우동⑤⑥/우유②	사과/ 떠먹는요구르트②	
kcal/단백질	427/16	434/19	464/17	441/20	407/20	406/16
날짜	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토)
오전간식	오렌지	누룽지죽	크래미브로콜리죽①⑤⑥⑧	녹두죽	닭살애호박죽⑮	우유②
점심	기장밥 맑은육개장⑤⑥⑯ 크림새우②⑨ 우엉채조림⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 배추맑은국 닭살데리야끼볶음⑤⑥⑮ 마카로니채소샐러①⑤ 깍두기⑨	짜장밥⑤⑥⑩ 부추달걀국① 탕수육①⑤⑥⑩⑫ 배추김치⑨	차조밥 순두부백탕⑤ 쇠고기고구마찜⑤⑥⑯ 근대나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 콩나물국⑤ 동태전①⑤⑥ 마늘쫑볶음⑤⑥ 배추김치⑨	카레라이스⑤⑥⑩ 실파장국⑤⑥ 채소튀김⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	씨리얼⑤⑥/우유②	찐고구마/우유②	바나나/ 떠먹는요구르트②	유부초밥⑤⑥/우유②	바나나/우유②	
kcal/단백질	473/16	472/17	414/16	455/19	393/15	386/12
날짜	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
오전간식	사과	달걀감자죽 ①⑤⑥	쇠고기무죽⑤⑥⑯	오징어양배추죽⑰	치즈연근죽②⑤⑥	우유②
점심	기장밥 근대된장국 ⑤⑥ 돈육갈비찜⑤⑥⑩ 도라지나물⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 갈비탕⑯ 두부강정⑤⑥⑫ 열무된장무침⑤⑥ 배추김치⑨	베이컨김치볶음밥⑤⑨⑩ 김국⑤⑥ 새우튀김①⑤⑥⑨ 깍두기⑨	차조밥 얼갈이된장국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑮ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 온도토리묵국⑤⑥ 쇠고기배추볶음⑤⑥⑯ 쑥갓두부무침⑤⑥⑯ 깍두기⑨	칼국수⑤⑥ (추가밥:쌀밥) 떡갈비⑤⑩⑯ 배추김치⑨
오후간식	씨리얼⑤⑥/우유②	삶은달걀①/우유②	파인애플/우유②	후리가케주먹밥⑤⑥/우유②	바나나/ 떠먹는요구르트②	
kcal/단백질	466/16	444/16	453/18	449/18	424/13	386/16
날짜	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금) 성겁데이	28(토)
오전간식	바나나	쇠고기시금치죽⑤⑥⑯	닭살파프리카죽⑮	참치죽	두부들깨죽⑤	우유②
점심	기장밥 들깨미역국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨	흑미밥 안매운참치김치찌개 ⑤⑥⑨ 달걀말이①⑤ 곤드레나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 옥수수스프②⑤⑥⑮⑯ 돈까스/소스①⑤⑥⑩⑫ 양상추샐러드/키위D①⑤ 배추김치⑨	차조밥 청경채된장국⑤⑥ 쇠고기버섯볶음⑤⑥⑯ 브로콜리참깨무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 닭곰탕⑮ 고등어구이⑤⑥ 숙주나물무침 배추김치⑨	백미밥 감자다시마국⑤⑥ 해물완자전①⑤⑥⑨⑰⑱ 깻잎나물 배추김치⑨
오후간식	씨리얼⑤⑥/우유②	꿀호떡①②⑥/우유②	배/우유②	채소주먹밥⑤/우유②	귤/우유②	
kcal/단백질	438/14	453/20	455/16	476/19	432/19	446/16
날짜	30(월)					
오전간식	바나나					
점심	기장밥 쇠고기우거지국⑤⑥⑯ 달걀장조림①⑤⑥ 뱅어포양념구이⑤⑥ 배추김치⑨					
오후간식	씨리얼⑤⑥/우유②					
kcal/단백질	449/18					

☺알레르기 유발식품을 알려드려요☺

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게
⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토
⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣

- 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
- 식단에 알레르기 유발식품이 있는 것은 번호로 표시했습니다.

☺식단감수 시 유의사항 알려드립니다☺

- 우유는 치즈 및 호상요구르트로 대체 가능합니다.
※ 당 함량이 높은 가공유(ex 초코우유 등) 제외!

원산지 표시

쌀	콩	소고기	돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치		고등어	오징어	새우살	이면수	대구살
						배추	고춧가루					
국내산유기농		국내산한우	국내산			국내산		국내산/노르웨이	국내산/원양	베트남	러시아산	

작성:순회·식단지원팀 043)646-6456 작성일:2026년 10월 15일

제천시 여린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

2026년 11월 식단표 죽형(만 3-5세)

시설명 :봉양어린이집

*메뉴는 공급업체의 식자재 공급에 따라 변동될 수도 있습니다.

날짜	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
오전간식	키위	쇠고기미역죽⑯	흰살생선채소죽⑤⑥	달걀옥수수죽①	단팥죽⑤	우유②
점심	기장밥 오징어뭇국⑤⑥⑰ 두부달걀부침①⑤⑥ 가지양념찜⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 차돌된장찌개⑤⑥⑯ 이면수구이⑤⑥ 고구마순나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩가루배춧국⑤⑥ 돈육폭찹⑤⑥⑩⑫ 미나리무침⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 팽이버섯맑은국⑤⑥ 쇠고기채소찜⑤⑥⑯ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 청국장찌개⑤⑥ 수육/양념장 양배추찜/양념장⑤⑥ 깍두기⑨	쌀국수⑤⑥⑯ (추가밥:쌀밥) 춘권⑤⑥⑩ 배추김치⑨
오후간식	씨리얼⑤⑥/우유②	찐빵⑤⑥/우유②	귤/우유②	우동⑤⑥/우유②	사과/ 떠먹는요구르트②	
kcal/단백질	614/23	667/28	663/24	634/28	582/28	584/24
날짜	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토)
오전간식	오렌지	누룽지죽	크래미브로콜리죽①⑤⑥⑱	녹두죽	닭살애호박죽⑮	우유②
점심	기장밥 맑은육개장⑤⑥⑯ 크림새우②⑨ 우엉채조림⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 배추맑은국 닭살데리야끼볶음⑤⑥⑮ 마카로니채소샐러①⑤ 깍두기⑨	짜장밥⑤⑥⑩ 부추달걀국① 탕수육①⑤⑥⑩⑫ 배추김치⑨	차조밥 순두부백탕⑤ 쇠고기고구마찜⑤⑥⑯ 근대나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 콩나물국⑤ 동태전①⑤⑥ 마늘쫑볶음⑤⑥ 배추김치⑨	카레라이스⑤⑥⑩ 실파장국⑤⑥ 채소튀김⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	씨리얼⑤⑥//우유②	찐고구마/우유②	바나나/ 떠먹는요구르트②	유부초밥⑤⑥/우유②	바나나/우유②	
kcal/단백질	680/24	675/24	596/22	654/27	566/22	556/18
날짜	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
오전간식	사과	달걀감자죽①⑤⑥	쇠고기무죽⑤⑥⑯	오징어양배추죽⑰	치즈연근죽②⑤⑥	우유②
점심	기장밥 근대된장국 ⑤⑥ 돈육갈비찜⑤⑥⑩ 도라지나물⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 갈비탕⑯ 두부강정⑤⑥⑫ 열무된장무침⑤⑥ 배추김치⑨	베이컨김치볶음밥⑤⑨⑩ 김국⑤⑥ 새우튀김①⑤⑥⑨ 깍두기⑨	차조밥 얼갈이된장국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑮ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 온도토리묵국⑤⑥ 쇠고기배추볶음⑤⑥⑯ 쑥갓두부무침⑤⑥⑯ 깍두기⑨	칼국수⑤⑥ (추가밥:쌀밥) 떡갈비⑤⑩⑯ 배추김치⑨
오후간식	씨리얼⑤⑥//우유②	삶은달걀①/우유②	파인애플/우유②	후리가케주먹밥⑤⑥/우유②	바나나/ 떠먹는요구르트②	
kcal/단백질	670/23	639/24	647/25	641/26	582/15.9	549/17
날짜	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금) 성검대이	28(토)
오전간식	바나나	쇠고기시금치죽⑤⑥⑯	닭살파프리카죽⑮	참치죽	두부들깨죽⑤	우유②
점심	기장밥 들깨미역국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨	흑미밥 안매운참치김치찌개 ⑤⑥⑨ 달걀말이①⑤ 곤드레나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 옥수수스프②⑤⑥⑮⑯ 돈까스/소스①⑤⑥⑩⑫ 양상추샐러드/키위D①⑤ 배추김치⑨	차조밥 청경채된장국⑤⑥ 쇠고기버섯볶음⑤⑥⑯ 브로콜리참깨무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 닭곰탕⑮ 갈치살구이⑤⑥ 숙주나물무침 배추김치⑨	백미밥 감자다시마국⑤⑥ 해물완자전①⑤⑥⑨⑰⑱ 깻잎나물 배추김치⑨
오후간식	씨리얼⑤⑥//우유②	꿀호떡①②⑥/우유②	배/우유②	채소주먹밥⑤/우유②	귤/우유②	
kcal/단백질	631/21	647/28	654/23	685/27	622/28	555/20
날짜	30(월)					
오전간식	바나나					
점심	기장밥 쇠고기우거지국⑤⑥⑯ 달걀장조림①⑤⑥ 뱅어포양념구이⑤⑥ 배추김치⑨					
오후간식	씨리얼⑤⑥//우유②					
kcal/단백질	645/26					

☺알레르기 유발식품을 알려드려요☺

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게
⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토
⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣

- 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
- 식단에 알레르기 유발식품이 있는 것은 번호로 표시했습니다.

☺식단감수 시 유의사항 알려드립니다☺

- 우유는 치즈 및 호상요구르트로 대체 가능합니다.
※ 당 함량이 높은 가공유(ex 초코우유 등) 제외!

원산지표시

쌀	콩	소고기	돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치		수산물				
						배추	고춧가루	고등어	오징어	새우살	이면수	대구살
국내산유기농		국내산한우	국내산			국내산		국내산/ 노르웨이	국내산/ 원양	베트남	러시아산	

작성:순회·식단지원팀 043)646-6456 작성일:2026년 10월 15일

재천시 어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center