

식단 이용 안내

1. 식단표의 '◆ 알려드립니다 ◆' 내용은 시설에서 **가정으로 보내드리는 내용**이니 참고해 주세요.
2. 식단표 내 연령 구분 메뉴는 🧒(만 1~2세), 🧒(만 3~5세)로 표시하였으니 참고해 주세요.
3. 지속 가능한 식생활 실천을 위해 채식 위주의 🌱**초록밥상** 급식을 **매월 2회** 제공합니다.
- 채식 위주의 식단을 기본으로 하되, **성장기 어린이의 영양을 고려하여 달걀, 생선, 우유까지 포함한 '페스코 채식단계'로** 제공합니다.
4. 매월 셋째 주 수요일은 나트륨 섭취를 줄이기 위해 식품의약품안전처가 지정한 **국 없는 날**입니다.
원아의 발달 및 특성에 따라 **필요 시 승능을 추가하여** 제공해 주세요.

승능 추가 제공 시 열량 및 단백질	일반형	죽식형
	471/19	476/17

오후간식 떡 제공 안내

- ★ **만 1-2세에게 떡 제공은 제한**하고 있습니다. 그러나 제공을 희망하는 경우 학부모 운영위원회의를 통한 떡 제공에 관한 동의서를 첨부하여 식단 감수 요청 후 제공 가능합니다.

※ 영유아 식품 제공 시 주의사항

- ★ 매끄럽고 동글동글한 음식(포도, 메추리알 등) 제공 시 안전사고 예방을 위하여 **세로로 작게 썰고, 껍질을 제거 후** 제공해 주세요.
- ★ 떡 및 찐감자, 찐고구마 등의 메뉴는 목이 뭉 수 있는 위험이 있습니다. 이와 같은 메뉴 제공 시
① **한입 크기(만 3-5세 : 2x3cm, 만 1-2세 : 1.5x1.5cm)로 잘라서** 제공하고, 유아의 원활한 연하 작용(목넘김)에 도움이 될 수 있도록 ② **차와 함께** 제공하며, 선생님들의 ③ **모니터링이 이루어질 수 있도록** 해주세요.
- 운영일지 및 보존식 기록지에는 정확한 메뉴명을 기록하여 관리해 주세요.

감수 요청 안내

- 10월 식단 감수 요청기간 : **9월 17일(목) ~ 28일(월)** (감수확인서 회신일은 2일 ~ 최대 4일 소요)
- ※ 요청기한을 경과하여 감수 요청서를 보내실 경우 확인서 전송이 기간 내 전송이 어려울 수 있으니 참고해 주세요.
- ※ 센터 식단의 50% 이내로 변경해야 감수 가능합니다.
- ※ 본 센터의 식단을 감수 요청 없이 임의로 변경하여 사용할 경우 센터에서 책임지지 않습니다.

★ 동일 식품군 내 대체 식재료 예시 ※ 식단의 50% 미만 범위 내, 동일식품군 내 대체식재료 예시에 한함

구분	교 환 자 료 예 시
육류	소, 돼지, 닭, 오리 [닭 → 치킨너겟(X), 돼지 → 햄구이(X)]
채소류	녹색 : 시금치, 열무, 근대, 청경채, 호박, 아욱, 부추 등
	흰색 : 콩나물, 숙주나물, 배추, 양배추, 도라지, 무 등
잡곡밥	기장밥, 수수밥, 찰쌀밥, 현미밥, 흑미밥 등
김치	깍두기, 동치미, 배추김치, 백김치, 열무김치 등
우유 및 유제품	액상요구르트, 우유, 치즈, 호상요구르트

구분	교 환 자 료 예 시
간식	채소 스틱 : 고구마스틱, 당근스틱, 오이스틱, 콜라비스틱, 파프리카스틱
	과일 : 바나나, 배, 사과, 오렌지, 키위, 파인애플, 포도 등
	떡 : 꿀떡, 무지개떡, 바람떡, 백설기, 송편, 증편 등
	빵 : 롤케이크, 모닝빵, 식빵, 카스텔라, 크루아상 등
	차 : 동글레차, 보리차, 옥수수차 등 (당류 차 제외)

요일	월	화	수	목	금															
주	날	짜			1	2														
1	오전간식	◆ 알려드립니다 ◆		볶은멸치/저당호상요구르트②배/우유②																
	점심	1. 지속 가능한 식생활 실천을 위해 매월 2회 초록밥상(채식급식)을 제공합니다. 2. 편식 예방 프로그램 '이달의 넌 누구니?'의 10월 채소는 단호박입니다. 3. 성장이 어린이의 칼슘 섭취를 늘리기 위해 우유·유제품류를 주 5회 이상 제공하고 있습니다. 4. 열량과 단백질의 단위는 각각 kcal, g입니다.		잡곡밥 무채국⑤⑥ 돈육간장불고기⑤⑥⑩ 시금치나물 배추김치⑨		잡곡밥 애호박된장국⑤⑥ 훈제오리구이 양배추나물 깍두기⑨														
	오후간식	10월 제철 식재료 : 감자, 고구마, 배추, 부추, 상추, 시금치, 애호박, 연근, 오이, 굴, 단감, 배, 사과, 키위, 샤인머스켓		카스텔라①②⑥/차토마토스~스파게티②⑤⑥⑩⑫/차																
	열량/단백질			426/21422/15																
주	날	짜	5 대체휴일	6	7	8 이달년	9 한글날													
2	오전간식	시리얼⑤⑥&우유②토마토스틱⑫/저당호상요구르트②		단호박수프②⑥																
	점심			잡곡밥 쇠고기미역국⑤⑥⑩ 달걀말이①⑤ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	돈육굴소스된밥⑤⑥⑩⑫ 유부장국⑤⑥ 맛살숙주무침①⑤⑥⑧ 키위 깍두기⑨			잡곡밥 된장찌개⑤⑥ 가자미구이⑤⑥ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨												
	오후간식	우영주먹밥⑤⑥/차		감자버터구이②/차				잼샌드위치②⑤⑥/우유②												
	열량/단백질	437/15		423/14				452/21												
주	날	짜	12	13 초록밥상	14 국없는날	15 이달년	16													
3	오전간식	배		브로콜리죽		양배추스틱/저염치즈②볶은멸치/저당호상요구르트②		사과/우유②												
	점심	잡곡밥 아욱된장국⑤⑥ 돈육파프리카볶음⑤⑥⑩ 감자조림⑤⑥ 배추김치⑨		잡곡밥 안매운참치김치찌개⑤⑥⑨ 두부양념조림⑤⑥ 애호박나물 깍두기⑨	쇠고기하이라이스 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑮⑯ 동그랑땡전①⑤⑥⑩ 감굴 배추김치⑨	잡곡밥 느타리버섯된장국⑤⑥ 달걀찜볶음⑤⑥⑮ 단호박채소튀김⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 콩나물국⑤ 쇠불고기⑤⑥⑩ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨													
	오후간식	핫케이크①②⑤⑥/우유②		건포도바나나샐러드②/차		구운도넛①②⑤⑥/차		삶은달걀①/차	잔치국수⑤⑥											
	열량/단백질	457/16		422/18		446/19		444/23	434/18											
주	날	짜	19	20	21	22 이달년	23													
4	오전간식	바나나/우유②		양송이버섯수프②⑥		오이스틱/저당호상요구르트②		시리얼⑤⑥&우유②	키위											
	점심	잡곡밥 만두국⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 고등어조림⑤⑥⑦ 깍두기나물⑤⑥ 배추김치⑨		잡곡밥 배추된장국⑤⑥ 돈가스①②⑤⑥⑩ &소스⑤⑥⑫ 숙주나물 깍두기⑨	오므라이스①⑤⑥&케첩⑫ 황태국⑤⑥ 김가루묵무침⑤⑥ 파인애플 배추김치⑨	잡곡밥 두부된장국⑤⑥ 단호박훈제오리볶음 브로콜리나물 배추김치⑨	잡곡밥 안매운육개장⑤⑥⑩ 메추리알장조림①⑤⑥ 오이생채⑤⑥ 배추김치⑨													
	오후간식	유부초밥⑤⑥/차		찐 고구마/우유②		미니와플①②⑤⑥/차		어묵볶이⑤⑥/차		차즈케이크①②⑤⑥/우유②										
	열량/단백질	459/21		458/18		436/18		423/17		399/15										
주	날	짜	26	27 초록밥상	28	29 이달년	30													
5	오전간식	사과/우유②		볶은멸치/저당호상요구르트②		파프리카스틱/저염치즈②		전복죽⑩	단감/우유②											
	점심	잡곡밥 미역국⑤⑥ 두부스테이크①②⑤⑥ &소스⑤⑥⑫ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨		잡곡밥 감자국⑤⑥ 오징어간장볶음⑤⑥⑪ 콩나물부추무침⑤ 배추김치⑨	치킨마요덮밥①⑤⑥⑮⑯⑰ 가쓰오장국⑤⑥ 시금치나물 배 깍두기⑨	잡곡밥 청국장찌개⑤ 너비야니구이⑤⑥⑩⑫ 고사리나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 어묵국⑤⑥ 돈육간장불고기⑤⑥⑩ 참나물무침 배추김치⑨													
	오후간식	볶음우동②⑤⑥⑩⑫/차		안매운김치전⑤⑥⑨/차		크루아상①②⑤⑥/차		단호박찜/우유②		NEW 달걀채소주먹밥①⑤⑥/차										
	열량/단백질	421/14		417/19		417/18		430/17		424/18										
원산지표시	쌀(백미)		배추김치		콩		쇠고기		돼지고기		닭고기		오리고기							
	밥		누룽지		배추		고춧가루		두부류		국내산		외국산 사용 시 국가명 기입		돼지고기		닭고기		오리고기	
	산		산		산		산		산		산		산		산		산		산	
	수산물		참치캔		동그랑땡		베이컨		가쓰오부시		너비야니									
	고등어		오징어		전복		가공품		다량어		돼지고기		돼지고기		다량어		돼지고기		쇠고기	
산		산		산		산		산		산		산		산		산		산		
식단 안내 영상		알레르기 유발 물질		①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣		※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.														
식단 안내 영상						* 원산지 및 알레르기 유발물질은 센터에서 제공하는 표준레시피에 준하여 표시하였으며, 가공품 사용 시 식품표시사항을 확인하여 표시해야 합니다.														
식단 안내 영상						* 상기 식단은 수급 사정에 따라 식재료 및 원산지가 변경될 수 있으며, 변경사항은 시설 게시판을 통해 확인하실 수 있습니다.														

요일		월	화	수	목	금	토													
주 날 짜		◆ 알려드립니다 ◆			1	2	3 개천절													
1	오전간식				모듬채소죽	жат국⑨														
	점 심	1. 지속 가능한 식생활 실천을 위해 매월 2회 초록밥상(채식급식)을 제공합니다. 2. 편식 예방 프로그램 '이달의 넌 누구니?'의 10월 채소는 단호박입니다. 3. 성장기 어린이의 칼슘 섭취를 늘리기 위해 우유·유제품류를 주 2~3회 이상 제공하고 있습니다. 4. 열량과 단백질의 단위는 각각 kcal, g입니다.			잡곡밥 무채국⑤⑥ 돈육간장불고기⑤⑥⑩ 시금치나물 배추김치⑨	잡곡밥 애호박된장국⑤⑥ 훈제오리구이 양배추나물 깍두기⑨														
	오후간식	10월 제철 식재료 : 감자, 고구마, 배추, 부추, 상추, 시금치, 애호박, 연근, 오이, 굴, 단감, 배, 사과, 키위, 샤인머스켓			카스텔라①②⑥/차	배/우유②														
	열량/단백질				390/15	430/13														
주 날 짜		5 대체휴일	6	7	8 이달년	9 한글날	10													
2	오전간식		당근죽	토마토스틱⑫/달걀죽①	단호박수프②⑥		감자죽													
	점 심		잡곡밥 쇠고기미역국⑤⑥⑩⑬ 달걀말이①⑤ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	돈육굴소스덮밥⑤⑥⑩⑬ 유부장국⑤⑥ 맛살숙무침①⑤⑥⑧ 키위 깍두기⑨	잡곡밥 된장찌개⑤⑥ 가자미구이⑤⑥ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨		어묵우동⑤⑥ 잡채크로켓②⑤⑥⑩⑬ 파인애플 깍두기⑨													
	오후간식		시리얼⑤⑥&우유②	감자버터구이②/차	잼샌드위치②⑤⑥/우유②		-													
	열량/단백질		429/15	390/14	452/21		296/8													
주 날 짜		12	13 초록밥상	14 국없는날	15 이달년	16	17													
3	오전간식	배/양파치즈죽②	브로콜리죽	양배추스틱/미역죽⑤⑥	새우살죽⑨	연근죽	흑임자죽													
	점 심	잡곡밥 아욱된장국⑤⑥ 돈육파프리카볶음⑤⑥⑩⑬ 감자조림⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 안매운참치김치찌개⑤⑥⑨ 두부양념조림⑤⑥ 애호박나물 깍두기⑨	쇠고기하이라이스②⑤⑥⑫⑬⑭⑮⑯ 동그랑땡전①⑤⑥⑩ 감굴 배추김치⑨	잡곡밥 느타리버섯된장국⑤⑥ 달걀갯잎볶음⑤⑥⑮ 단호박채소튀김⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 콩나물국⑤ 쇠불고기⑤⑥⑬ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨	해물굴소스볶음밥⑤⑥⑨⑪⑬ 미소장국⑤⑥ 저당액상요구르트② 깍두기⑨													
	오후간식	핫케이크①②⑤⑥/차	건포도바나나샐러드②/차	구운도넛①②⑤/차	삶은달걀①/차	사과/우유②	-													
	열량/단백질	453/14	422/18	450/16	419/20	406/16	297/12													
주 날 짜		19	20	21	22 이달년	23	24													
4	오전간식	연두부죽⑤	청경채죽	오이스틱/참깨죽	쇠고기죽⑤⑥⑬	키위/콩나물죽⑤	모듬채소죽													
	점 심	잡곡밥 만두국⑤⑥⑩⑬⑮⑯ 고등어조림⑤⑥⑦ 갯잎나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 배추된장국⑤⑥ 돈가스①②⑤⑥⑩⑬ &소스⑤⑥⑫ 숙주나물 파인애플 깍두기⑨	오므라이스①⑤⑥⑫&케첩⑫ 황태국⑤⑥ 김가루묵무침⑤⑥ 파인애플 배추김치⑨	잡곡밥 두부된장국⑤⑥ 단호박훈제오리볶음 브로콜리나물 배추김치⑨	잡곡밥 안매운육개장⑤⑥⑬ 메추리알장조림①⑤⑥ 오이생채⑤⑥ 배추김치⑨	베이컨크림리소토②⑤⑩⑬ 맑은장국⑤⑥ 방울토마토⑫ 모듬피클													
	오후간식	바나나/우유②	찐 고구마/차	미니와플①②⑤⑥/차	어묵볶음⑤⑥/차	치즈케이크①②⑤⑥/우유②	-													
	열량/단백질	437/20	391/15	427/15	378/16	456/17	328/8													
주 날 짜		26	27 초록밥상	28	29 이달년	30	31													
5	오전간식	포도/애호박죽	모듬버섯죽	파프리카스틱/누룽지죽	전복죽⑩	동태살죽	검은콩죽													
	점 심	잡곡밥 미역국⑤⑥ 두부스테이크①②⑤⑥⑩ &소스⑤⑥⑫ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 감자국⑤⑥ 오징어간장볶음⑤⑥⑪ 콩나물 부추무침⑤ 배추김치⑨	치킨마요덮밥①⑤⑥⑫⑬⑭⑮⑯ 가쓰오장국⑤⑥ 시금치나물 배 깍두기⑨	잡곡밥 청국장찌개⑤ 너비아니구이⑤⑥⑩⑬⑮ 고사리나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 어묵국⑤⑥ 돈육간장불고기⑤⑥⑩⑬ 참나물무침 배추김치⑨	칼국수⑤⑥ (추가밥) 닭봉구이②⑤⑥⑮ 감굴 배추김치⑨													
	오후간식	볶음우동②⑤⑥⑩⑬/차	안매운김치전⑤⑥⑨/우유②	크루아상①②⑤⑥/차	단호박찜/우유②	단감/우유②	-													
	열량/단백질	407/12	438/19	409/15	430/17	410/19	332/17													
원산지 표시	쌀(백미, 참쌀, 현미, 흑미)		배추김치		콩		쇠고기		돼지고기		닭고기		오리고기							
	밥, 죽		누룽지		배추		고춧가루		두부류		국내산		외국산 사용 시 국가명 기입		돼지고기		닭고기		오리고기	
	산		산		산		산		산		산		산		산		산		산	
	수산물								참치캔		동그랑땡		베이컨		가쓰오부시		너비아니			
	고등어		오징어		전복		가공품		다랑어		돼지고기		돼지고기		다랑어		돼지고기		쇠고기	
산		산		산		산		산		산		산		산		산		산		
식단 안내 영상		알레르기 유발 물질		①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲차 ※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. * 원산지 및 알레르기 유발물질은 센터에서 제공하는 표준제시표에 준하여 표시하였으며, 가공품 사용 시 식품표시사항을 확인하여 표시해야 합니다. * 상기 식단은 수급 사정에 따라 식재료 및 원산지가 변경될 수 있으며, 변경사항은 시설 게시판을 통해 확인하실 수 있습니다.																
																				

전민사 어린이사회복지공동모금회 ooo어린이집 10월 식단표			NEW : 신메뉴 👶 : 만 1-2세 메뉴 녹색 : 제철 식재료			유 형 : 만 1-2세 석식형 담 당 : 어린이지원2팀 발행일 : 2026. 9. 17. (목)			
요 일			월	화	수	목		금	
주 날 짜			◆ 알려드립니다 ◆					1	2
1 저녁			1. 식재료 구매의 편리성을 위해 동일 주차에 사용한 식재료의 조리법을 달리하여 중복 사용합니다. 2. 식재료를 별도로 구매해야 하는 메뉴는 붉은색으로 표시합니다. 3. 열량과 단백질의 단위는 각각 kcal, g입니다. 🌱 10월 제철 식재료 : 감자, 고구마, 배추, 부추, 상추, 시금치, 애호박, 연근, 오이, 굴, 단감, 배, 사과, 키위, 샤인머스켓					잡곡밥 맑은장국⑤⑥ 두부달걀전①⑤ 미역줄기볶음⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 어묵국⑤⑥ 새우살갈릭버터구이②⑨ 파프리카무침⑤⑥ 배추김치⑨
열량/단백질								217/8	226/13
주 날 짜			5 대체휴일	6	7	8	9 한글날		
2 저녁				잡곡밥 청경채된장국⑤⑥ 돈육간장불고기⑤⑥⑩ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨	잡곡밥 감자국⑤⑥ 가자미조림⑤⑥ 어묵볶음⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 달걀파국①⑤⑥ 쇠고기숙주볶음⑤⑥⑬⑭ 오이나물 깍두기⑨			
열량/단백질								246/11	244/14
주 날 짜			12	13	14	15	16		
3 저녁			잡곡밥 무채국⑤⑥ 참치채소볶음⑤ 브로콜리나물 배추김치⑨	잡곡밥 근대된장국⑤⑥ 쇠고기사태찜⑤⑥⑬ 느타리버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 새우살국⑤⑥⑨ 안매운마파두부⑤⑥⑩⑬ 무생채 배추김치⑨	잡곡밥 맑은애호박국⑤⑥ 돈육장독떡이⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨	잡곡밥 두부된장국⑤⑥ 닭살카레조림 ②⑤⑥⑫⑬⑬⑬ 양배추나물 깍두기⑨		
열량/단백질								230/13	235/11
주 날 짜			19	20	21	22	23		
4 저녁			잡곡밥 감자된장국⑤⑥ 훈제오리양파찜 연근참깨소스무침 ①⑤⑥⑬ 배추김치⑨	잡곡밥 온묵국⑤⑥ 쇠고기파인애플볶음⑤⑥⑬ 브로콜리숙회 배추김치⑨	잡곡밥 무채된장국⑤⑥ 돈육묵살구이⑩ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 미역국⑤⑥ 고등어구이⑤⑥⑦ 무나물 배추김치⑨	잡곡밥 유부된장국⑤⑥ 탕수만두 ⑤⑥⑩⑬⑬ 조미김 깍두기⑨		
열량/단백질								253/9	241/10
주 날 짜			26	27	28	29	30		
5 저녁			잡곡밥 시금치된장국⑤⑥ 너비아니조림⑤⑥⑩⑬ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨	잡곡밥 두부전국⑤⑨ 돈육꼭창⑤⑥⑩⑫ 어묵조림⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 오징어무국⑤⑥⑰ 달걀찜① 팽이버섯전①⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 콩나물국⑤ 간장닭볶음탕⑤⑥⑬ 미역초무침 깍두기⑨	잡곡밥 팽이버섯된장국⑤⑥ 쇠고기애호박조림 ⑤⑥⑬ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨		
열량/단백질								255/8	267/12
원산지 표시	쌀(백미, 찰쌀, 현미, 흑미)		배추김치		콩	쇠고기		외국산 사용 시 국가명 기입	
	밥, 죽	누룽지	배추	고춧가루	두부류	국내산	돼지고기		
	산	산	산	산	산	한우, 육우, 젓소 중 작성	산		
	수산물		가공품	참치캔	너비아니				
	고등어	오징어		전복	다랑어	돼지고기	쇠고기		
산		산	산	산	산	산	산	산	
📺 식단 안내 영상			알레르기 유발 물질		①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣				
			※ ⑬야황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.		* 원산지 및 알레르기 유발물질은 센터에서 제공하는 표준레시피에 준하여 표시하였으며, 가공품 사용 시 식품표시사항을 확인하여 표시해야 합니다.				
					* 상기 식단은 수급 사정에 따라 식재료 및 원산지가 변경될 수 있으며, 변경사항은 시설 게시판을 통해 확인하실 수 있습니다.				

 2026			10월 염도측정기록지				만 1-2세 중식형	
							000 어린이집	
요 일			월	화	수	목	금	토
주	구분		※ 국의 권장 염도 ※ 어린이 0.5% 이하 성인 0.6% 이하 (식품의약품안전처 권고 기준)			1	2	3 개천절
1	점심	메뉴명				무채국	애호박된장국	
		염도(%)						
주	구분		5 대체휴일	6	7	8	9 한글날	10
2	점심	메뉴명		쇠고기미역국	유부장국	된장찌개		어묵우동
		염도(%)						
주	구분		12	13	14	15	16	17
3	점심	메뉴명	아욱된장국	안매운참치김치찌개	국 없는 날	느타리버섯된장국	콩나물국	미소장국
		염도(%)						
주	구분		19	20	21	22	23	24
4	점심	메뉴명	만두국	배추된장국	황태국	두부된장국	안매운육개장	맑은장국
		염도(%)						
주	구분		26	27	28	29	30	31
5	점심	메뉴명	미역국	감자국	가쓰오장국	청국장찌개	어묵국	칼국수
		염도(%)						

염도계
 사용 시
 주의사항
 

- 측정물의 온도 변화가 없는 상태에서 사용
 - 끓고 있는 상태의 국이나 찌개는 계속되는 온도 변화로 측정이 불안정 할 수 있습니다.
- 측정 시 건더기가 있는 측정물은 건더기를 피해서 측정
- 기름기가 많은 측정물은 염도계 사용에 부적합 함
 - 유분이 많이 함유된 측정물의 측정 시 센서 표면에 유막이 생겨 실제 염도보다 낮게 표시될 수 있습니다.

			10월 염도측정기록지				만 1-2세 석식형	
2026							000 어린이집	
요 일			월	화	수	목	금	
주	구분		※ 국의 권장 염도 ※ 어린이 0.5% 이하 성인 0.6% 이하 (식품의약품안전처 권고 기준)				1	2
1	저녁	메뉴명					맑은장국	어묵국
		염도(%)						
주	구분		5 대체휴일	6	7	8	9 한글날	
2	저녁	메뉴명		청경채된장국	감자국	달걀파국		
		염도(%)						
주	구분		12	13	14	15	16	
3	저녁	메뉴명	무채국	근대된장국	새우살국	맑은애호박국	두부된장국	
		염도(%)						
주	구분		19	20	21	22	23	
4	저녁	메뉴명	감자된장국	온묵국	무채된장국	미역국	유부된장국	
		염도(%)						
주	구분		26	27	28	29	30	
5	저녁	메뉴명	시금치된장국	두부젓국	오징어무국	콩나물국	팽이버섯된장국	
		염도(%)						

염도계

사용 시

주의사항



- 측정물의 온도 변화가 없는 상태에서 사용

- 끓고 있는 상태의 국이나 찌개는 계속되는 온도 변화로 측정이 불안정 할 수 있습니다.
- 측정 시 건더기가 있는 측정물은 건더기를 피해서 측정
- 기름기가 많은 측정물은 염도계 사용에 부적합 함

- 유분이 많이 함유된 측정물의 측정 시 센서 표면에 유막이 생겨 실제 염도보다 낮게 표시될 수 있습니다.