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

2026년 11월 식단표
(만 1 ~ 2세)

백합어린이집
발행처 영양팀
발행일 2026.10.16.
원본 식단 확인

일 자	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
오전간식	▽브로콜리죽	▽단호박죽	▽참깨무죽	▽새우살죽⑨	▽얼갈이죽	우유②
점 심	백미밥 ▽미역국⑤⑥ ▽돈목살데리야끼볶음 ⑤⑥⑩ ▽근대나물⑤⑥ ▽배추김치⑨	▽훈제오리새송이볶음밥 ②⑤⑥ ▽실파된장국⑤⑥ ▽동태살조림⑤⑥ (저당)오렌지주스 ▽배추김치⑨	백미밥 ▽달걀국① ▽두부양념조림⑤⑥ ▽잔멸치볶음⑤⑥ ▽배추김치⑨	백미밥 ▽아욱된장국⑤⑥ ▽쇠고기양배추볶음 ⑤⑥⑯ ▽숙주나물무침⑤⑥ ▽배추김치⑨	흑미밥 ▽콩비지찌개⑤⑥ ▽오징어볶음⑤⑥⑰ ▽연근조림⑤⑥ ▽배추김치⑨	▽순살돈육탕⑤⑥⑩ 백미밥 ▽메추리알조림①⑤⑥ ▽배추김치⑨
오후간식	▽방울토마토⑫ +▽옥수수채소전①⑤⑥	▽(저당)시리얼⑤ +우유②	▽포도+우유②	▽배+▽크림우동 ①②⑤⑥⑩⑮⑯	▽핫케이크①②⑤⑥ +우유②	▽키위+우유②
열량/단백질	404/14	393/18	374/15	444/16	425/15	347/16
일 자	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토)
오전간식	▽김가루죽	▽시금치죽	▽당근찹쌀죽	▽근대죽	▽전복죽⑱	두유⑤
점 심	백미밥 ▽열무된장국⑤⑥ ▽닭살허브구이⑤⑮ ▽애호박나물⑤⑥ ▽배추김치⑨	백미밥 ▽쇠고기뭇국⑤⑥⑯ ▽순살삼치조림⑤⑥ ▽콩나물무침⑤⑥ ▽배추김치⑨	백미밥 ▽청경채맑은국⑤⑥ ▽제육볶음⑤⑥⑩ ▽도토리묵무침⑤⑥ ▽배추김치⑨	▽감밥①②⑤⑥⑧⑩⑫⑮⑯ ▽미역국⑤⑥ ▽떡갈비구이⑤⑥⑩⑮⑯ ▽과일샐러드①⑤ ▽배추김치⑨ ▽케이크①②⑤⑥	찰보리밥 ▽두부배춧국⑤⑥ ▽버섯오믈렛①⑤ ▽브로콜리무침⑤⑥ ▽깍두기⑨▽배추김치⑨	▽미트소스스파게티 ①②⑤⑥⑩⑫⑮⑯ ▽맑은장국⑤⑥ ▽어묵양파조림⑤⑥ ▽배추김치⑨
오후간식	▽단감 +▽백김치주먹밥⑤⑨	▽잼샌드위치①②⑤⑥ +우유②	▽사과+▽수제비⑥	외부음식 (▽피자+뽀로로음료수)	▽찐고구마+우유②	▽쌀과자+우유②
열량/단백질	421/14	410/16	429/14	415/12	416/15	367/14
일 자	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
오전간식	▽연근죽	▽누룽지죽	▽옥수수치즈죽②	▽아욱죽	▽애호박죽	우유②
점 심	백미밥 ▽황탯국⑤⑥ ▽오리주물럭⑤⑥ ▽세발나물무침⑤⑥ ▽배추김치⑨	▽다진돈육마파두부덮밥 ⑤⑥⑩ ▽양배추된장국⑤⑥ ▽새우채소볶음⑤⑥⑨ (저당)요구르트② ▽배추김치⑨	백미밥 ▽감자양팟국⑤⑥ ▽쇠불고기⑤⑥⑯ ▽얼갈이나물⑤⑥ ▽깍두기⑨▽배추김치⑨	백미밥 ▽닭곰탕⑮ ▽오징어숙주볶음⑤⑥⑰ ▽버섯나물⑤⑥ ▽배추김치⑨	흑미밥 ▽근대맑은국⑤⑥ ▽돈육영양갈비찜⑤⑥⑩ ▽파래김구이⑤ ▽배추김치⑨	▽나물비빔밥⑤⑥ ▽유부국⑤⑥ ▽참치전①⑤⑥⑱ ▽배추김치⑨
오후간식	▽소금빵①②⑤⑥ +우유②	▽구운달걀①+매실차	▽배 +▽당근무채전①⑤⑥	▽바나나+우유②	▽방울토마토⑫ +▽물만두①②⑤⑥⑩⑯	▽모닝빵①②⑤⑥ +우유②
열량/단백질	397/15	382/18	436/15	376/17	404/16	362/16
일 자	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금) 초록급식	28(토)
오전간식	▽청경채죽	▽두부죽⑤	▽쇠고기죽⑤⑥⑯	▽양배추죽	▽채소죽	두유⑤
점 심	백미밥 ▽청국장국⑤⑥ ▽춘천닭갈비⑤⑥⑮ ▽브로콜리깨무침⑤⑥ ▽배추김치⑨	백미밥 ▽콩나물국⑤ ▽돈육두루치기⑤⑥⑩ ▽오이감자샐러드①⑤ ▽배추김치⑨	백미밥 ▽어묵국⑤⑥ ▽치즈달걀찜①② ▽시금치나물⑤⑥ ▽배추김치⑨	▽쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑯ ▽우동국⑤⑥ ▽치킨너겟①②⑤⑥⑮⑯ ▽무생채⑤⑥ ▽배추김치⑨	수수밥 ▽모듬버섯국⑤⑥ ▽고등어구이⑤⑥⑦ ▽배추나물⑤⑥ ▽깍두기⑨▽배추김치⑨	백미밥 ▽조갯살부춧국⑤⑥⑱ ▽닭다리살조림⑤⑥⑮ ▽상추무침⑤⑥ ▽배추김치⑨
오후간식	▽귤 +▽잔멸치주먹밥⑤	▽단호박찜+우유②	▽스틱빵①②⑤⑥ +우유②	▽고구마맛탕⑤+보리차	▽사과+우유②	▽(저당)시리얼⑤ +우유②
열량/단백질	377/17	429/18	430/19	421/12	356/18	380/16
일 자	30(월)					
오전간식	▽황태죽					
점 심	백미밥 ▽애호박두붓국⑤⑥ ▽쇠고기메추리알장조림 ①⑤⑥⑯ ▽유채나물무침⑤⑥ ▽배추김치⑨					
오후간식	▽찐햇도그①②⑤⑥⑩⑯ +우유②					
열량/단백질	421/19					

[식단 표기 사항]

- 🍓 : 자연간식
- 초록급식 : 저탄소식단
- 🎂 : 생일식단
- 꾸러미식단
- 이 달의 채소(무)
- ▽ : 1cm 이하로 잘게 썰거나 으깨어 맵지 않게 제공

[알레르기 유발 식품]

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

원산지표시

쌀(밥,죽,누룽지)			배추김치(모든조리음식)		쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기	콩		
백미	찹쌀	흑미	배추(봄동,얼갈이)	고춧가루	국내산	수입산				두부	순두부	콩비지
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	☑한우 □육우 □젖소		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산

가공품	훈제오리	떡갈비			소시지(30일-찐햇도그)		치킨너겟	토요일	참치
	오리	돈육	우육	계육	돈육		계육		다랑어
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		국내산		원양산

수산물	동태	오징어(6일)	전복	오징어(19일)	고등어				
	러시아산	국내산	국내산	국내산	국내산				

※ 아산시어린이급식관리지원센터 제공되는 식단을 임의로 변경하여 발생하는 문제에 대해서는 책임지지 않습니다.
※ 본 식단은 어린이집·유치원 내 사용 목적으로만 제공하고 있으며, 소유권은 아산시어린이급식관리지원센터에 있습니다. 상업적 사용을 절대 금지합니다.
※ 식단 사용 시 식재료 수급상 주 단위로 서로 변경 가능하며, 간식의 '채소 과일 빵 떡류'는 원 수급 사정에 의해 대체 가능합니다.

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

2026년 11월 식단표
(만 3 ~ 5세)

백합어린이집
발행처 영양팀
발행일 2026.10.16.
원본 식단 확인

일 자	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
오전간식	브로콜리죽	단호박죽	참깨무죽	새우살죽⑨	얼갈이죽	우유②
점 심	백미밥 미역국⑤⑥ 돈목살데리야끼볶음 ⑤⑥⑩ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨	훈제오리새송이볶음밥 ②⑤⑥ 실파된장국⑤⑥ 동태살조림⑤⑥ (저당)오렌지주스 배추김치⑨	백미밥 달걀국① 두부양념조림⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 쇠고기양배추볶음 ⑤⑥⑯ 숙주나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 콩비지찌개⑤⑥ 오징어볶음⑤⑥⑰ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨	순살돈육탕⑤⑥⑩ 백미밥 메추리알조림①⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	방울토마토⑫ +옥수수채소전①⑤⑥	(저당)시리얼⑤ +우유②	포도+우유②	배+크림우동 ①②⑤⑥⑩⑮⑯	핫케이크①②⑤⑥ +우유②	키위+우유②
열량/단백질	622/21	605/27	576/24	683/25	654/23	533/25
일 자	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토)
오전간식	김가루죽	시금치죽	당근찹쌀죽	근대죽	전복죽⑱	두유⑤
점 심	백미밥 열무된장국⑤⑥ 닭살허브구이⑤⑮ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 쇠고기뭇국⑤⑥⑯ 순살삼치조림⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 청경채맑은국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 도토리묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	김밥①②⑤⑥⑧⑩⑫⑮⑯ 미역국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑮⑯ 과일샐러드①⑤ 배추김치⑨ 케이크①②⑤⑥	찰보리밥 두부배춧국⑤⑥ 버섯오믈렛①⑤ 브로콜리무침⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	미트소스스파게티 ①②⑤⑥⑩⑫⑮⑯ 맑은장국⑤⑥ 어묵양파조림⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	단감 +백김치주먹밥⑤⑨	잼샌드위치①②⑤⑥ +우유②	사과+수제비⑥	외부음식 (피자+뽀로로음료수)	찐고구마+우유②	쌀과자+우유②
열량/단백질	647/22	631/25	660/21	638/18	640/24	565/21
일 자	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
오전간식	연근죽	누룽지죽	옥수수치즈죽②	아욱죽	애호박죽	우유②
점 심	백미밥 황탯국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 세발나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	다진돈육마파두부덮밥 ⑤⑥⑩ 양배추된장국⑤⑥ 새우채소볶음⑤⑥⑨ (저당)요구르트② 배추김치⑨	백미밥 감자양팟국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑯ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	백미밥 닭곰탕⑮ 오징어숙주볶음⑤⑥⑰ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 근대맑은국⑤⑥ 돈육영양갈비찜⑤⑥⑩ 파래김구이⑤ 배추김치⑨	나물비빔밥⑤⑥ 유부국⑤⑥ 참치전①⑤⑥⑱ 배추김치⑨
오후간식	소금빵①②⑤⑥ +우유②	구운달걀①+매실차	배 +당근무채전①⑤⑥	바나나+우유②	방울토마토⑫ +물만두①②⑤⑥⑩⑯	모닝빵①②⑤⑥ +우유②
열량/단백질	611/24	587/28	671/22	579/26	621/25	557/25
일 자	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금) 초록급식	28(토)
오전간식	청경채죽	두부죽⑤	쇠고기죽⑤⑥⑯	양배추죽	채소죽	두유⑤
점 심	백미밥 청국장국⑤⑥ 춘천닭갈비⑤⑥⑮ 브로콜리깨무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩나물국⑤ 돈육두루치기⑤⑥⑩ 오이감자샐러드①⑤ 배추김치⑨	백미밥 어묵국⑤⑥ 치즈달걀찜①② 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑯ 우동국⑤⑥ 치킨너겟①②⑤⑥⑮⑯ 무생채⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 모듬버섯국⑤⑥ 고등어구이⑤⑥⑦ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	백미밥 조갯살부춧국⑤⑥⑱ 닭다리살조림⑤⑥⑮ 상추무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	귤 +잔멸치주먹밥⑤	단호박찜+우유②	스틱빵①②⑤⑥ +우유②	고구마맛탕⑤+보리차	사과+우유②	(저당)시리얼⑤ +우유②
열량/단백질	580/26	659/28	661/29	647/18	547/27	584/25
일 자	30(월)					
오전간식	황태죽					
점 심	백미밥 애호박두붓국⑤⑥ 쇠고기메추리알장조림 ①⑤⑥⑯ 유채나물무침⑤⑥ 배추김치⑨					
오후간식	찐핫도그①②⑤⑥⑩⑯ +우유②					
열량/단백질	648/29					

[식단 표기 사항]

- 자연간식 : 저탄소식단
- 생일식단 : 꾸러미식단
- 이 달의 채소(무)

[알레르기 유발 식품]

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

원산지표시

쌀(밥,죽,누룽지)			배추김치(모든조리음식)		쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기	콩		
백미	찹쌀	흑미	배추(봄동얼갈이)	고춧가루	국내산	수입산				두부	순두부	콩비지
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	☑한우 □육우 □젖소		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산

가공품	훈제오리	떡갈비			소시지(30일-찐핫도그)			치킨너겟		토요일	참치
	오리	돈육	우육	계육	돈육			계육			다랑어
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			국내산			원양산

수산물	동태	오징어(6일)	전복	오징어(19일)	고등어
	러시아산	국내산	국내산	국내산	국내산

※ 아산시어린이급식관리지원센터 제공되는 식단을 임의로 변경하여 발생하는 문제에 대해서는 책임지지 않습니다.
※ 본 식단은 어린이집·유치원 내 사용 목적으로만 제공하고 있으며, 소유권은 아산시어린이급식관리지원센터에 있습니다. 상업적 사용을 절대 금지합니다.
※ 식단 사용 시 식재료 수급상 주 단위로 서로 변경 가능하며, 간식의 '채소 과일 빵 떡류'는 원 수급 사정에 의해 대체 가능합니다.