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

2026년 11월 식단표
(만 3~5세)

용화어린이집

아산시 어린이급식관리지원센터 영양팀 영양사

원본 식단 확인

일 자	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)
오전간식	참깨죽	사과	떠먹는요구르트②	배	귤
점 심	백미밥 한우곰탕⑯+소면⑥ 닭살데리야끼볶음 ⑤⑥⑮ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 두부된장국⑤⑥ 동그랑땡구이 ①②⑤⑥⑩⑯ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 달걀국① 쇠고기양파볶음⑤⑥⑯ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑯ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 숙주나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩비지찌개⑤⑥ 오징어볶음⑤⑥⑰ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	로제소스스파게티 ①②⑤⑥⑩⑫⑮⑯	카스텔라①②⑤⑥ +우유②	단호박샐러드①⑤ +우유②	바나나+사과주스 +케이크①②⑤⑥	채소주먹밥⑤
열량/단백질	678/27	585/21	588/27	621/20	525/21
일 자	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)
오전간식	시금치죽	단감	사과	샤인머스캣	당근찹쌀죽
점 심	백미밥 열무된장국⑤⑥ 돈육주꾸미불고기⑤⑥⑩ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 안매운김칫국⑨ 닭볶음탕⑤⑥⑮ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 청경채맑은국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 도토리묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 쇠고기뭇국⑤⑥⑯ 채소오믈렛①⑤ 김구이⑤ 배추김치⑨	백미밥 우동국⑤⑥ 돈까스①②⑤⑥⑩ +소스⑤⑥⑫⑯ 새콤오이무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	파운드케이크①②⑤⑥ +우유②	시리얼⑤+우유②	식빵①②⑤⑥ +딸기쨈+우유②	유부주먹밥①②⑤⑥	백김치주먹밥⑨
열량/단백질	673/23	528/26	607/21	532/19	59/23
일 자	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)
오전간식	누룽지죽	배	떠먹는요구르트②	바나나	샤인머스캣
점 심	백미밥 황태미역국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 세발나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	다진돈육마파두부덮밥 ⑤⑥⑩ 양배추된장국⑤⑥ 새우채소볶음⑤⑥⑨ (저당)요구르트② 김자반⑤ 배추김치⑨	백미밥 감자양팟국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑯ 얼갈이나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 닭곰탕⑮ 오징어숙주볶음⑤⑥⑰ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 순살돈육탕⑤⑥⑩ 달걀찜① 어묵볶음⑤⑥ 김자반⑤ 배추김치⑨
오후간식	우유식빵①②⑤⑥ +우유②	군만두①②⑤⑥⑩⑯ +매실차	당근무채전①⑤⑥	미니쌀국수⑯	팽이버섯전①⑤⑥
열량/단백질	608/26	562/23	592/20	526/24	502/25
일 자	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)
오전간식	오곡미숫가루②⑤⑥	단감	양파치즈죽②	귤	사과
점 심	백미밥 청국장국⑤⑥ 춘천닭갈비⑤⑥⑮ 브로콜리깨무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 안매운육개장⑤⑥⑯ 메추리알장조림①⑤⑥ 근대나물⑤⑥ 김자반⑤ 배추김치⑨	백미밥 어묵국⑤⑥ 쇠고기당근볶음⑤⑥⑯ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩나물국⑤ 김치돈육두루치기 ⑤⑥⑨⑩ 무생채⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 샤브샤브탕국⑤⑥⑯ 너비아니구이 ⑤⑥⑩⑮⑯ 오이게살무침 ①②⑤⑥⑧⑫ 배추김치⑨
오후간식	간장비빔국수⑤⑥	꿀호떡①②④⑤⑥ +우유②	김가루주먹밥⑤	고구마맛탕⑤ +매밀차③	시리얼⑤ +떠먹는요구르트②
열량/단백질	527/25	579/22	574/18	570/22	548/18
일 자	30(월)				
오전간식	바나나				
점 심	백미밥 애호박두붓국⑤⑥ 돼지고기수육⑩ +저염쌈장⑤⑥ 새콤비빔막국수 ③⑤⑥⑯ 배추김치⑨				
오후간식	감자샐러드①⑤+우유② +모닝빵①②⑤⑥				
열량/단백질	681/27				

[식단 표기 사항]

- 바나나 : 자연간식
- 초록급식 : 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	배추(봄동,얼갈이)	고춧가루	국내산				두부	순두부	콩비지
국내산	국내산	국내산	국내산	☑한우 □육우 □젖소	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산

가공품	동그랑땡(3일)	돈까스(13일)	너비아니(27일)		한우곰탕(2일)		
	돈육	돈육	돈육	계육	사골	잡뼈	꼬리
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산

수산물	오징어(6일)	주꾸미(9일)	오징어(19일)
	국내산	베트남산	국내산

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

2026년 11월 식단표
(만 1~2세)

용화어린이집

아산시 어린이급식관리지원센터 영양팀 영양사

원본 식단 확인

일 자	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)
오전간식	참깨죽	사과	떠먹는요구르트②	배	귤
점 심	백미밥 한우곰탕⑯ +소면⑥ 닭살데리야끼볶음 ⑤⑥⑮ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 두부된장국⑤⑥ 동그랑땡구이 ①②⑤⑥⑩⑯ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 달걀국① 쇠고기양파볶음⑤⑥⑯ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑯ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 숙주나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩비지찌개⑤⑥ 오징어볶음⑤⑥⑰ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	로제소스스파게티 ①②⑤⑥⑩⑫⑮⑯	카스텔라①②⑤⑥ +우유②	단호박샐러드①⑤ +우유②	바나나+사과주스 +케이크①②⑤⑥	채소주먹밥⑤
열량/단백질	441/17	380/14	382/18	404/13	341/13
일 자	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)
오전간식	시금치죽	단감	사과	샤인머스캣	당근찹쌀죽
점 심	백미밥 열무된장국⑤⑥ 돈육주꾸미불고기⑤⑥⑩ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 안매운김칫국⑨ 닭볶음탕⑤⑥⑮ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 청경채맑은국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 도토리묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 쇠고기뭇국⑤⑥⑯ 채소오믈렛①⑤ 김구이⑤ 배추김치⑨	백미밥 우동국⑤⑥ 돈까스①②⑤⑥⑩ +소스⑤⑥⑫⑯ 새콤오이무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	파운드케이크①②⑤⑥ +우유②	시리얼⑤+우유②	식빵①②⑤⑥ +딸기잼+우유②	유부주먹밥①②⑤⑥	백김치주먹밥⑨
열량/단백질	437/15	343/17	394/14	346/12	377/15
일 자	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)
오전간식	누룽지죽	배	떠먹는요구르트②	바나나	샤인머스캣
점 심	백미밥 황태미역국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 세발나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	다진돈육마파두부덮밥 ⑤⑥⑩ 양배추된장국⑤⑥ 새우채소볶음⑤⑥⑨ (저당)요구르트② 김자반⑤ 배추김치⑨	백미밥 감자양팟국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑯ 얼갈이나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 닭곰탕⑮ 오징어숙주볶음⑤⑥⑰ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 순살돈육탕⑤⑥⑩ 달걀찜① 어묵볶음⑤⑥ 김자반⑤ 배추김치⑨
오후간식	우유식빵①②⑤⑥ +우유②	군만두①②⑤⑥⑩⑯ +매실차	당근무채전①⑤⑥	미니쌀국수⑯	팽이버섯전①⑤⑥
열량/단백질	395/17	365/15	385/13	342/16	327/16
일 자	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)
오전간식	오곡미숫가루②⑤⑥	단감	양파치즈죽②	귤	사과
점 심	백미밥 청국장국⑤⑥ 춘천닭갈비⑤⑥⑮ 브로콜리깨무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 안매운육개장⑤⑥⑯ 메추리알장조림①⑤⑥ 근대나물⑤⑥ 김자반⑤ 배추김치⑨	백미밥 어묵국⑤⑥ 쇠고기당근볶음⑤⑥⑯ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩나물국⑤ 김치돈육두루치기 ⑤⑥⑨⑩ 무생채⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 샤브샤브탕국⑤⑥⑯ 너비아니구이 ⑤⑥⑩⑮⑯ 오이게살무침 ①②⑤⑥⑧⑫ 배추김치⑨
오후간식	간장비빔국수⑤⑥	꿀호떡①②④⑤⑥ +우유②	김가루주먹밥⑤	고구마맛탕⑤ +매밀차③	시리얼⑤ +떠먹는요구르트②
열량/단백질	342/16	373/15	373/12	371/14	357/12
일 자	30(월)				
오전간식	바나나				
점 심	백미밥 애호박두붓국⑤⑥ 돼지고기수육⑩ +저염쌈장⑤⑥ 새콤비빔막국수 ③⑤⑥⑯ 배추김치⑨				
오후간식	감자샐러드①⑤+우유② +모닝빵①②⑤⑥				
열량/단백질	442/18				

[식단 표기 사항]

- 자연간식 : 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

원산지 표시

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

가공품	동그랑땡(3일)	돈까스(13일)	너비아니(27일)		한우곰탕(2일)		
	돈육	돈육	돈육	계육	사골	잡뼈	꼬리
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산

수산물	오징어(6일)	주꾸미(9일)	오징어(19일)
	국내산	베트남산	국내산