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

2026년 11월 식단표 나

(만 1~2세 - 오전간식죽식형)

예쁜손어린이집

발행처 영양팀

발행일 2026.10.30.

원본 식단 확인

일 자	2(월)	3(화)소방서견학	4(수)	5(목)	6(금)중앙도서관	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) 학부모상담	11(수) 아산꽃차문화원	12(목) 학부모상담	13(금) 학부모상담	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	단호박카레라이스 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ 미소국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑮⑯ 새콤오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	찰보리밥 두부배춧국⑤⑥ 버섯오믈렛①⑤ 브로콜리무침⑤⑥ 깍두기⑨배추김치⑨	미트소스스파게티 ①②⑤⑥⑩⑫⑮⑯ 맑은장국⑤⑥ 어묵양파조림⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	단감 +백김치주먹밥⑤⑨	잼샌드위치①②⑤⑥ +우유②	사과+수제비⑥	후레쉬번①②⑤⑥ +우유②	찐고구마+우유②	쌀과자+우유②
열량/단백질	421/14	410/16	429/14	445/16	416/15	367/14
일 자	16(월)	17(화) 낙엽썰매타기	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 깍두기⑨배추김치⑨	백미밥 닭곰탕⑮ 오징어숙주볶음⑤⑥⑰ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 근대맑은국⑤⑥ 돈육영양잘비찜⑤⑥⑩ 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)생일잔치	28(토)
오전간식	청경채죽	두부죽⑤	쇠고기죽⑯	양배추죽	모듬채소죽	두유⑤
점 심	백미밥 청국장국⑤⑥ 춘천닭갈비⑤⑥⑮ 브로콜리깨무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 크림스프①②⑤⑥⑩⑮⑯ (우동국⑤⑥) 돈까스①②⑤⑥⑩ +소스⑤⑥⑫⑯ 오이감자샐러드①⑤ 배추김치⑨	백미밥 어묵국⑤⑥ 치즈달걀찜①② 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩나물국⑤ 돈육두루치기⑤⑥⑩ 무생채⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑯ 돼지고기수육⑩ +저염쌈장⑤⑥ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 조갯살부춧국⑤⑥⑱ 닭다리살조림⑤⑥⑮ 상추무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	귤 +잔멸치주먹밥⑤	단호박찜+우유②	스틱빵①②⑤⑥ +우유②	고구마맛탕⑤+보리차	사과+우유+케이크②	(저당)시리얼⑤ +우유②
열량/단백질	377/17	417/16	430/19	383/14	356/18	380/16
일 자	30(월)					
오전간식	황태죽					
점 심	백미밥 애호박두부국⑤⑥ 쇠고기메추리알장조림 ①⑤⑥⑯ 유채나물무침⑤⑥ 배추김치⑨					
오후간식	찐핫도그①②⑤⑥⑩⑯ +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(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)		토요일	참치
	오리	돈육	우육	계육	돈육			다랑어
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			

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

※ 시설에서 사용하는 식재료(*가공식품 포함)의 원산지 및 알레르기 유발 식품을 확인하여 알레르기가 있는 영유아는 원으로 알려주시기 바랍니다.

※ 아산시어린이·사회복지급식관리지원센터 제공되는 식단으로 만0세도 함께 사용하고 있습니다.

※ 본 식단은 어린이집·유치원 내 사용 목적으로만 제공하고 있으며, 소유권은 아산시어린이·사회복지급식관리지원센터에 있습니다. 상업적 사용을 절대 금지합니다.

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

2026년 11월 식단표 나

(만 1~2세 - 야간연장형)

예쁜손어린이집

발행처 영양팀

발행일 2026.10.30.

원본 식단 확인

일 자	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)
저 녁	백미밥 물만둣국①②⑤⑥⑩⑯ 쇠고기장조림⑤⑥⑯ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 감잣국⑤⑥ 옥수수오믈렛①⑤ 오이게살무침①②⑤⑥⑧⑫ 배추김치⑨	백미밥 동태살국⑤⑥ 돈육숙주볶음⑤⑥⑩ 김자반⑤ 배추김치⑨	백미밥 유부국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑮ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	백미밥 새우살된장국⑤⑥⑨ 동그랑땡전①②⑤⑥⑩⑯ 양배추새콤무침⑤⑥ 배추김치⑨
열량/단백질	256/10	251/10	248/12	261/11	237/13
일 자	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)
저 녁	백미밥 꽹이맑은국⑤⑥ 동파육⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 애호박국 오리불고기⑤⑥ 상추무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩나물국⑤ 오징어메추리알조림 ①⑤⑥⑰ 단호박범벅①⑤ 배추김치⑨	백미밥 닭개장⑤⑥⑮ 두부케첩조림⑤⑥⑫ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨	돈육채소볶음밥⑤⑥⑩ 모듬어묵탕⑤⑥ 근대나물⑤⑥ 배 배추김치⑨
열량/단백질	241/10	233/9	246/10	229/12	239/9
일 자	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)
저 녁	백미밥 들깨수제비국⑥ 순살고등어조림⑤⑥⑦ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 조갯살무챗국⑤⑥⑱ 닭살데리야끼볶음⑤⑥⑮ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 돈목살구이⑤⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 순두부국⑤ 너비아니조림⑤⑥⑩⑮⑯ 감자당근채볶음⑤ 배추김치⑨	백미밥 버섯국⑤⑥ 참치달걀말이①⑤⑱ 유채나물무침⑤⑥ 배추김치⑨
열량/단백질	245/9	236/13	244/11	251/9	230/9
일 자	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)
저 녁	백미밥 미역국⑤⑥ 쇠고기당면볶음⑤⑥⑯ 세발나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 달걀국① 오징어채소볶음⑤⑥⑰ 청포묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 단호박된장국⑤⑥ 훈제오리볶음②⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 배춧국⑤⑥ 들기름두부구이⑤ +양념장⑤⑥ 어묵양파볶음⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	백미밥 열무된장국⑤⑥ 돈사태찜⑤⑥⑩ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨
열량/단백질	239/8	236/9	239/9	238/9	236/11
일 자	30(월)				
저 녁	자장밥②⑤⑥⑩⑮⑯ 맑은장국⑤⑥ 생선까스①⑤⑥ +소스①②⑤⑯ (저당)사과주스 배추김치⑨				
열량/단백질	248/8				

야간연장형 식단 안내

야간연장형 식단은 어린이급식소에서의 식재료 소량 구매에 대한 어려움 등을 덜고자 전날 점심식단에 사용된 식재료와 익일 사용할 식재료를 사용하되, 동일한 메뉴가 제공되지 않도록 조리 방법 등을 수정·변경하였습니다.

[식단 표기 사항]

▸ : 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		돼지	닭고기	오리	콩		
백미	찹쌀	흑미	배추(봄동,얼갈이)	고춧가루	국내산	수입산				두부	순두부	연두부
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	□한우 □육우 □젖소		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산

가공품	동그랑땡	너비아니		참치	훈제오리
	돈육	돈육	계육	다랑어	오리
	국내산	외국산	국내산	원양어선	국내산

수산물	동태	오징어(11일)	고등어	오징어(24일)
	러시아	국내산	국내산	국내산

※ 어린이집에서 사용하는 식재료(*가공식품 포함)의 원산지 및 알레르기 유발 식품을 확인하여 알레르기가 있는 영유아는 원으로 알려 주시기 바랍니다.

※ 식자재 검수 수급 과정에 따라 변동이 있을 수 있습니다.

본 식단은 어린이집·유치원 내 사용 목적으로만 제공하고 있으며, 소유권은 아산시어린이·사회복지급식관리지원센터에 있습니다. 상업적 사용을 절대 금지합니다.

국내산