

2026년 10월 식단표나

(만 1~2세 - 오전간식죽식형)



일 자	1(목)	2(금)
오전간식	[식단 표기 사항]	
점 심	▶ 🍓 : 자연간식 ▶ 🍷 : 저탄소식단 ▶ 🍰 : 생일식단 ▶ 🍷 : 꾸러미식단 ▶ 🥬 : 이 달의 채소 (버섯 🍄) ▶ 🌍 : 세계 음식 : 세계 음식의 날(베트남) ▶ 🍴 : 1cm 이하로 잘게 썰거나 으개어 맵지 않게 제공	
오후간식	[알레르기 유발 식품]	
영양/단백질	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야왕산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣	

일 자	5(월) 대체휴일	6(화)	7(수)	8(목)	9(금) 한글날
오전간식	[식단 표기 사항]				
점 심	[알레르기 유발 식품]				
오후간식	[알레르기 유발 식품]				
영양/단백질	[알레르기 유발 식품]				

일 자	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금)
오전간식	미역죽⑤⑥	채소죽	근대죽	전복죽⑩	단호박죽
점 심	백미밥 청경채맑은국⑤⑥ 닭살파프리카볶음 ⑤⑥⑬ 청포묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 연두부백탕⑤⑥ 순살삼치조림⑤⑥ 알갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨ 배추김치⑨	백미밥 양배추된장국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 연근고구마조림⑤⑥ 배추김치⑨	버섯콩나물밥⑤ + 양념장⑤⑥ 황태국⑤⑥ 삼색달걀말이①⑤ 김구이⑤ 배추김치⑨	흑미밥 배춧국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑬ 오이나물⑤⑥ 깍두기⑨ 배추김치⑨
오후간식	다진유부주먹밥 ①②⑤⑥+🍌🍌	찐감자+우유②	단감 + 간장비빔국수⑤⑥	사과 + 오곡유부맛기름②⑤⑥	롤빵①②⑤⑥ + 우유②
영양/단백질	407/16	361/16	433/13	423/19	414/16

일 자	19(월)	20(화)	21(수) 🌱🌱	22(목) 🌱	23(금) 🌱 🍷
오전간식	참깨죽	애호박죽	게살치즈죽 ①②⑤⑥⑧⑫	누룽지죽	알갈이죽
점 심	백미밥 근대맑은국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 잔말치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 안매운육개장⑤⑥⑬ 오징어조림⑤⑥⑦ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 아욱국⑤⑥ 고구마오리무럭⑤⑥ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	돈육자장밥 ②⑤⑥⑩⑫⑬ 콩나물국⑤ 너비아니구이 ⑤⑥⑩⑫⑬ (저당)요구르트② 배추김치⑨	찰보리밥 조갯살미역국⑤⑥⑩ 두부달걀부침①⑤⑥ + 양념장⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	어묵탕⑤⑥	잼모닝빵①②⑤⑥ + 우유②	사과 + 버섯전①⑤⑥	단호박찜+보리차	샤인머스켓 + 우유②
영양/단백질	376/18	412/16	419/15	361/15	372/12

일 자	26(월)	27(화) 🌱	28(수) 🌱🌱	29(목) 🌱	30(금) 🌱 🌍
오전간식	청경채죽	황태죽	아욱죽	가지죽	당근치즈죽②
점 심	백미밥 감자양파국⑤⑥ 돼지고기수육⑩ + 저염쌈장⑤⑥ 상추나물⑤⑥ 배추김치⑨	오므라이스①⑤⑫ 미소국⑤⑥ 물만두찜 ①②⑤⑥⑩⑬ 짜먹는요구르트② 배추김치⑨	백미밥 쇠고기탕국⑤⑥⑬ 카레고등어구이 ②⑤⑥⑦⑫⑬⑭⑮ + 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 애호박국 탕수육⑤⑥⑩⑫ + 소스⑤⑥⑫ 양배추샐러드①②⑤ 배추김치⑨	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑬ 숙주나물무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	바나나+우유②	찐고구마+보리차	밤식빵①②④⑤⑥ + 우유②	사과 + 김가루주먹밥⑤	미엔싸오통⑤⑥⑨⑩ (새우잡채)
영양/단백질	384/14	446/17	428/16	446/15	385/18

원산지 표시	쌀(밥,죽,누룽지)			배추김치(모든조리음식)		쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기	콩					
	백미	잡쌀	흑미	배추(봄동,알갈이)	고춧가루	국내산	수입산				두부	순두부	연두부			
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	■한우 □육우 □젓소					국내산	국내산	국내산	중국산	중국산	중국산
	가공품	참치(1일)		훈제오리	너비아니											
	수산물	다랑어		오리	돈육	계육										
		미국산		국내산	미국산	미국산										
		오징어(2일)		전복		오징어(20일)		고등어								
		국내산		국내산		국내산		국내산								

※ 시설에서 사용하는 식재료(*가공식품 포함)의 원산지 및 알레르기 유발 식품을 확인하여 반드시 식단표에 표시한 후 게시해주시기 바랍니다.
 ※ 아산시어린이·사회복지급식관리지원센터 제공되는 식단을 임의로 변경하여 발생하는 문제에 대해서는 책임지지 않습니다.
 ※ 본 식단은 어린이집·유치원 내 사용 목적으로만 제공하고 있으며, 소유권은 아산시어린이·사회복지급식관리지원센터에 있습니다. 상업적 사용을 절대 금지합니다.

2026년 10월 식단표나

(만 3~5세 - 오전간식죽식형)



일 자	1(목)	2(금)
오전간식	참치죽 ^㉔	
점 심	백미밥 취나물된장국 ^{⑤⑥} 돈묵살구이 ^{⑤⑩} 콩나물무침 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	가을소풍
오후간식	방울토마토 ^⑫ +치즈주먹밥 ^{②⑤}	
영양관리비	640/27	

일 자	5(월) 대체휴일	6(화)	7(수)	8(목)	9(금) 한글날
오전간식		브로콜리죽	양배추죽	버섯죽	
점 심		백미밥 청국장국 ^{⑤⑥} 훈제오리볶음 ^{②⑤⑥} 가지나물 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	쇠고기볶음밥 ^{⑤⑥⑩} 달걀국 ^① 새우살케첩조림 ^{⑤⑨⑫} 무새콤무침 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	찰보리밥 순살돈육탕 ^{⑤⑥⑩} 두부양념찜 ^{⑤⑥} 근대나물 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	
오후간식		배 +애호박양파전 ^{②⑤⑥}	찐밤 +떠먹는요구르트 ^②	소보로빵 ^{①②④⑤⑥} +우유 ^②	
영양관리비		624/24	607/27	670/24	

일 자	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금)
오전간식	미역죽 ^{⑤⑥}	채소죽	근대죽	전복죽 ^㉔	단호박죽
점 심	백미밥 청경채맑은국 ^{⑤⑥} 달걀파프리카볶음 ^{⑤⑥⑩} 청포묵무침 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	백미밥 연두부백탕 ^{⑤⑥} 순살삼치조림 ^{⑤⑥} 얼갈이나물 ^{⑤⑥} 깍두기 ^{⑨(배추김치⑨)}	백미밥 양배추된장국 ^{⑤⑥} 제육볶음 ^{⑤⑥⑩} 연근고구마조림 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	버섯콩나물밥 ^⑤ +양념장 ^{⑤⑥} 황태국 ^{⑤⑥} 삼색달걀말이 ^{①⑤} 김구이 ^⑤ 배추김치 ^⑨	흑미밥 배춧국 ^{⑤⑥} 쇠불고기 ^{⑤⑥⑩} 오이나물 ^{⑤⑥} 깍두기 ^{⑨(배추김치⑨)}
오후간식	다진유부주먹밥 ^{①②⑤⑥+⑧}	찐감자+우유 ^②	단감 +간장비빔국수 ^{⑤⑥}	사과 +오곡유미다기류 ^{②⑤⑥}	롤빵 ^{①②⑤⑥} +우유 ^②
영양관리비	627/24	556/25	667/20	651/29	637/24

일 자	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금) 초록급식
오전간식	참깨죽	애호박죽	개살치즈죽 ^{①②⑤⑥⑧⑫}	누룽지죽	얼갈이죽
점 심	백미밥 근대맑은국 ^{⑤⑥} 돼지갈비찜 ^{⑤⑥⑩} 잔멸치볶음 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	백미밥 안매운육개장 ^{⑤⑥⑩} 오징어조림 ^{⑤⑥⑦} 시금치나물 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	백미밥 아욱국 ^{⑤⑥} 고구마오리주물럭 ^{⑤⑥} 브로콜리무침 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	돈육자장밥 ^{②⑤⑥⑩⑫} 콩나물국 ^⑤ 너비아니구이 ^{⑤⑥⑩⑫} (저당)요구르트 ^② 배추김치 ^⑨	찰보리밥 조갯살미역국 ^{⑤⑥⑩} 두부달걀부침 ^{①⑤⑥} +양념장 ^{⑤⑥} 오이무침 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨
오후간식	어묵탕 ^{⑤⑥}	잼모닝빵 ^{①②⑤⑥} +우유 ^②	사과 +버섯전 ^{①⑤⑥}	단호박찜+보리차	샤인머스켓 +우유 ^②
영양관리비	579/27	633/25	644/24	555/23	572/19

일 자	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금) 세계음식
오전간식	청경채죽	황태죽	아욱죽	가지죽	당근치즈죽 ^②
점 심	백미밥 감자양파국 ^{⑤⑥} 돼지고기수육 ^⑩ +저염쌈장 ^{⑤⑥} 상추나물 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	오므라이스 ^{①⑤⑫} 미소국 ^{⑤⑥} 물만두찜 ^{①②⑤⑥⑩⑫} 짜먹는요구르트 ^② 배추김치 ^⑨	백미밥 쇠고기탕국 ^{⑤⑥⑩} 카레고등어구이 ^{②⑤⑥⑦⑫⑫⑫⑫} 버섯나물 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	백미밥 애호박국 ^{⑤⑥⑩} 탕수육 ^{①⑤⑥⑩} +소스 ^{⑤⑥⑫} 양배추샐러드 ^{①②⑤} 배추김치 ^⑨	흑미밥 시금치된장국 ^{⑤⑥} 간장달걀비 ^{⑤⑥⑩} 숙주나물무침 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨
오후간식	바나나+우유 ^②	찐고구마+보리차	밤식빵 ^{①②④⑤⑥} +우유 ^②	사과 +김가루주먹밥 ^⑤	미엔쌈오들 ^{⑤⑥⑨⑩} (새우잡채)
영양관리비	591/22	686/26	658/25	686/23	592/27

원산지 표시	쌀(밥,죽,누룽지)			배추김치(모든조리음식)		쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기	콩	두부	순두부	연두부
	백미	참쌀	흑미	배추(봄동,얼갈이)	고춧가루	국내산	수입산							
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	■한우 □육우 □젓소								
	가공품	참치(1일)	훈제오리	너비아니										
		다랑어	오리	돈육	계육									
		미국산	국내산	미국산	미국산	미국산								
		오징어(2일)	전복	오징어(20일)	고등어									
		국내산	국내산	국내산	국내산									

※ 시설에서 사용하는 식재료(*가공식품 포함)의 원산지 및 알레르기 유발 식품을 확인하여 반드시 식단표에 표시한 후 게시해주시기 바랍니다.
 ※ 아산시어린이·사회복지급식관리지원센터 제공되는 식단을 임의로 변경하여 발생하는 문제에 대해서는 책임지지 않습니다.
 ※ 본 식단은 어린이집유치원 내 사용 목적으로만 제공하고 있으며, 소유권은 아산시어린이·사회복지급식관리지원센터에 있습니다. 상업적 사용을 절대 금지합니다.