



일 자				1(목)	2(금)
오전간식				방울토마토⑫	연근죽
점 심	[식단 표기 사항] ▶ 🍓 : 자연간식 ▶ 🌱 : 저탄소식단 ▶ 🍰 : 생일식단 ▶ 🍷 : 푸러미식단 ▶ 🥬 : 이 달의 채소(버섯 🍄) ▶ 🌍 : 세계 음식 : 세계 음식의 날(베트남) ▶ 🍴 : 1cm 이하로 잘게 썰거나 으개어 맵지 않게 제공			백미밥 취나물된장국⑤⑥ 돈육살구이⑤⑩ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 들깨수제비국⑥ 오징어볶음⑤⑥⑦ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	[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			치즈주먹밥②⑤	(저당)시리얼⑤ +우유②
영양단백질				346/14	403/14
일 자	5(월) 대체 휴일	6(화)	7(수)	8(목) 🌱	9(금) 한글날
오전간식				버섯죽	
점 심				찰보리밥 순살돈육탕⑤⑥⑩ 두부양념찜⑤⑥ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식				찐밤 +떠먹는요구르트②	
영양단백질				343/16	
일 자	12(월)	13(화)	14(수)	15(목) 🌱	16(금)
오전간식	단감	당근찰쌀죽	굴	오곡 우유 미숫가루②⑤⑥	단호박죽
점 심	백미밥 청경채맑은국⑤⑥ 닭살파프리카볶음 ⑤⑥⑩ 청포묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 연두부백탕⑤⑥ 순살삼치조림⑤⑥ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑥(배추김치⑨)	백미밥 양배추된장국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 연근고구마조림⑤⑥ 배추김치⑨	버섯콩나물밥⑤ +양념장⑤⑥ 황태국⑤⑥ 삼색달걀말이①⑤ 김구이⑤ 배추김치⑨	흑미밥 배춧국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑩ 오이나물⑤⑥ 깍두기⑥(배추김치⑨)
오후간식	다진유부주먹밥 ①②⑤⑥	사과+우유②	간장비빔국수⑤⑥	찐감자+매실차	롤빵①②⑤⑥ +우유②
영양단백질	351/15	354/15	361/12	393/17	414/16
일 자	19(월)	20(화)	21(수) 🌱 🍷	22(목) 🍷	23(금) 🍰 🍷
오전간식	떠먹는요구르트②	누룽지죽	사과	배	얼갈이죽
점 심	백미밥 근대맑은국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 안매운육개장⑤⑥⑩ 오징어조림⑤⑥⑦ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 아욱국⑤⑥ 고구마오리주물럭⑤⑥ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	돈육자장밥 ②⑤⑥⑩⑫⑬ 콩나물국⑤ 너비아니구이 ⑤⑥⑩⑫⑬ (저당)요구르트② 배추김치⑨	찰보리밥 조갯살미역국⑤⑥⑩ 치킨①②⑤⑥⑫⑬ 잡채⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	어묵탕⑤⑥	잼모닝빵①②⑤⑥ +우유②	버섯전①⑤⑥	단호박찜+보리차	샤인머스켓 +케이크①②⑤⑥+우유②
영양단백질	342/17	407/16	335/13	327/14	512/15
일 자	26(월)	27(화) 🍷	28(수) 🌱 🍷	29(목) 🍷	30(금) 🍷 세계 음식
오전간식	참깨죽	단감	아욱죽	오곡 우유 미숫가루②⑤⑥	사과
점 심	백미밥 감자양파국⑤⑥ 돼지고기수육⑩ +저염쌈장⑤⑥ 상추나물⑤⑥ 배추김치⑨	오므라이스①⑤⑫ 미소국⑤⑥ 물만두찜 ①②⑤⑥⑩⑫ 짜먹는요구르트② 배추김치⑨	백미밥 쇠고기탕국⑤⑥⑩ 카레고등어구이 ②⑤⑥⑦⑫⑬⑭⑮ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 애호박국 탕수육①⑤⑥⑩ +소스⑤⑥⑫ 양배추샐러드①②⑤ 배추김치⑨	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑫ 숙주나물무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	바나나+우유②	찐고구마+보리차	밤식빵①②④⑤⑥ +우유②	김가루주먹밥⑤	미엔쌈오름⑤⑥⑨⑫ (새우잡채)
영양단백질	412/16	410/13	428/16	449/17	332/16

원산지 표시	쌀(밥,죽,누룽지)			배추김치(모든조리음식)		쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기	콩		
	백미	찰쌀	흑미	배추(봉동,얼갈이)	고춧가루	국내산	수입산				두부	순두부	연두부
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	☑한우 ☐육우 ☐젓소		국내산	국내산	국내산 21일	국내산		국내산
	가공품			너비아니		치킨	수산물	오징어(2일)		오징어(20일)		고등어	
	훈제오리	오리	국내산	돈육	계육	계육		국내산	국내산	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 식단표 나

(만 3~5세 - 일반형)



일 자				1(목)	2(금)
오전간식	[식단 표기 사항] ▶ 🍓 : 자연간식 ▶ 🌿 : 저탄소식단 ▶ 🍰 : 생일식단 ▶ 🎨 : 푸러미식단 ▶ 🥬 : 이 달의 채소(버섯 🍄) ▶ 🌍 : 세계 음식의 날(베트남) [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			🍅방울토마토⑫	연근죽
점 심				백미밥 취나물된장국⑤⑥ 돈묵살구이⑤⑩ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 들깨수제비국⑥ 오징어볶음⑤⑥⑰ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식				치즈주먹밥②⑤	(저당)시리얼⑤ +우유②
영양/단백질				532/21	621/22
일 자	5(월) 대체휴일	6(화)	7(수)	8(목) 🌿	9(금) 한글날
오전간식		🍓바나나	🍓배	버섯죽	
점 심		백미밥 청국장국⑤⑥ 훈제오리볶음②⑤⑥ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨	쇠고기볶음밥⑤⑥⑱ 달걀국① 새우살게첩조림⑤⑨⑫ 무새콤무침⑤⑥ 배추김치⑨	찰보리밥 순살돈육탕⑤⑥⑩ 두부양념찜⑤⑥ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식		애호박양파전②⑤⑥	찐밤 +떠먹는요구르트②	소보로빵①②④⑤⑥ +우유②	
영양/단백질		541/22	578/26	670/24	
일 자	12(월)	13(화)	14(수)	15(목) 🌿	16(금)
오전간식	🍓단감	당근찰쌀죽	🍓굴	오곡우유미숫가루②⑤⑥	단호박죽
점 심	백미밥 청경채맑은국⑤⑥ 닭살파프리카볶음 ⑤⑥⑮ 청포묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 연두부백탕⑤⑥ 순살삼치조림⑤⑥ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	백미밥 양배추된장국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 연근고구마조림⑤⑥ 배추김치⑨	버섯콩나물밥⑤ +양념장⑤⑥ 황태국⑤⑥ 삼색달걀말이①⑤ 김구이⑤ 배추김치⑨	흑미밥 배춧국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑱ 오이나물⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)
오후간식	다진유부주먹밥 ①②⑤⑥	🍓사과+우유②	간장비빔국수⑤⑥	찐감자+매실차	롤빵①②⑤⑥ +우유②
영양/단백질	540/22	545/24	555/18	605/27	637/24
일 자	19(월)	20(화)	21(수) 🌿 🎨	22(목) 🎨	🍰 23(금) 🎨 🍰
오전간식	떠먹는요구르트②	누룽지죽	🍓사과	🍓배	얼갈이죽
점 심	백미밥 근대맑은국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 안매운육개장⑤⑥⑱ 오징어조림⑤⑥⑰ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 아욱국⑤⑥ 고구마오리주물럭⑤⑥ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	돈육자장밥 ②⑤⑥⑩⑮⑱ 콩나물국⑤ 너비아니구이 ⑤⑥⑩⑮⑱ (저당)요구르트② 배추김치⑨	찰보리밥 조갯살미역국⑤⑥⑱ 치킨①②⑤⑥⑮⑱ 잡채⑤⑥⑩ 배추김치⑨
오후간식	어묵탕⑤⑥	잼모닝빵①②⑤⑥ +우유②	버섯전①⑤⑥	단호박찜+보리차	🍓샤인머스켓 케이크①②⑤⑥+우유②
영양/단백질	526/26	627/25	515/20	503/22	608/20
일 자	26(월)	27(화) 🎨	28(수) 🌿 🎨	29(목) 🎨	30(금) 🎨 세계음식
오전간식	참깨죽	🍓단감	아욱죽	오곡우유미숫가루②⑤⑥	🍓사과
점 심	백미밥 감자양파국⑤⑥ 돼지고기수육⑩ +저염쌈장⑤⑥ 상추나물⑤⑥ 배추김치⑨	오므라이스①⑤⑫ 미소국⑤⑥ 물만두찜 ①②⑤⑥⑩⑱ 짜먹는요구르트② 배추김치⑨	백미밥 쇠고기탕국⑤⑥⑱ 카레고등어구이 ②⑤⑥⑦⑫⑮⑱⑳ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 애호박국 탕수육①⑤⑥⑩ +소스⑤⑥⑫ 양배추샐러드①②⑤ 배추김치⑨	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑮ 숙주나물무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	🍓바나나+우유②	찐고구마+보리차	밤식빵①②④⑤⑥ +우유②	김가루주먹밥⑤	미엔쌈오름⑤⑥⑨⑳ (새우잡채)
영양/단백질	634/24	630/20	658/25	690/25	511/25

원산지표시	쌀(밥,죽,누룽지)			배추김치(모든조리음식)		쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기	콩		
	백미	찰쌀	흑미	배추(봄동,얼갈이)	고춧가루	국내산	수입산				두부	순두부	연두부
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	☒ 한우 ☐ 육우 ☐ 젓소		국내산	국내산	국내산21일	국내산		국내산
	가공품	훈제오리	너비아니		치킨				수산물	오징어	오징어	고등어	
		오리	돈육	계육	계육					(2일)	(20일)		
		국내산	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.