

2026년 10월 식단표가

(만 1~2세 - 일반형)

- 이 식단은 0세 일반식도 함께 사용합니다 -

배방6차한성필어린이집



발행처 영양팀

발행일 2026.9.17.



원본 식단 확인

일 자	[식단 표기 사항]		1(목)	2(금)
오전간식	▶ 🍎 : 자연간식 ▶ 🥬🥕 : 채소(버섯) ▶ 🍌 : 이 달의 채소(버섯) ▶ 🌍 : 세계 음식의 날(베트남) ▶ 🍷 : 1cm 이하로 잘게 썰거나 으개어 맵지 않게 제공		🍎방울토마토⑫ +우유②	🍷연근죽
점 심	[알레르기 유발 식품]		백미밥 🍷취나물된장국⑤⑥ 🍷돈육살구이⑤⑩ 🍷콩나물무침⑤⑥ 🍷배추김치⑨	수수밥 🍷들깨수제비국⑥ 🍷오징어볶음⑤⑥⑦ 🍷청경채나물⑤⑥ 🍷배추김치⑨
오후간식	①난류 ②우유 ③메밀 ④팥콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 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) 대체휴일	6(화)	7(수)	8(목)	9(금) 한글날
오전간식		🍎바나나+우유②	🍎배+우유②	🍷버섯죽	
점 심		백미밥 🍷청국장국⑤⑥ 🍷훈제오리볶음②⑤⑥ 🍷가지나물⑤⑥ 🍷배추김치⑨	🍷쇠고기볶음밥⑤⑥⑬ 🍷달걀국① 🍷새우살계첩조림⑤⑨⑫ 🍷무새콤무침⑤⑥ 🍷배추김치⑨	찰보리밥 🍷순살돈육탕⑤⑥⑩ 🍷두부양념찜⑤⑥ 🍷근대나물⑤⑥ 🍷배추김치⑨	
오후간식		🍷애호박양파전②⑤⑥	🍷찜밥 +떠먹는요구르트②	🍷소보로빵①②④⑤⑥ +우유②	
영양단백질		351/15	376/17	435/16	

일 자	12(월)	13(화) 🥬🥕	14(수) 🍌	15(목) 🍷🍌	16(금) 🍌
오전간식	🍎단감+우유②	🍷당근찜쌀죽	🍎꺾+우유②	오곡우유미숫가루②⑤⑥	🍷단호박죽
점 심	백미밥 🍷청경채맑은국⑤⑥ 🍷닭살파프리카볶음 ⑤⑥⑬ 🍷청포묵무침⑤⑥ 🍷배추김치⑨	백미밥 🍷연두부백탕⑤⑥ 🍷순살삼치조림⑤⑥ 🍷일갈이나물⑤⑥ 🍷깍두기⑨(배추김치⑨)	백미밥 🍷양배추된장국⑤⑥ 🍷제육볶음⑤⑥⑩ 🍷연근고구마조림⑤⑥ 🍷배추김치⑨	🍷버섯콩나물밥⑤ +🍷양념장⑤⑥ 🍷황태국⑤⑥ 🍷삼색달걀말이①⑤ 🍷김구이⑤ 🍷배추김치⑨	흑미밥 🍷배춧국⑤⑥ 🍷쇠불고기⑤⑥⑬ 🍷오이나물⑤⑥ 🍷깍두기⑨(배추김치⑨)
오후간식	🍷다진유부주먹밥 ①②⑤⑥	🍎사과+우유②	🍷간장비빔국수⑤⑥	🍷찜감자+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+우유②	🍎배+우유②	🍷얼갈이죽
점 심	백미밥 🍷근대맑은국⑤⑥ 🍷돼지갈비찜⑤⑥⑩ 🍷잔멸치볶음⑤⑥ 🍷배추김치⑨	백미밥 🍷안매운육개장⑤⑥⑬ 🍷오징어조림⑤⑥⑦ 🍷시금치나물⑤⑥ 🍷배추김치⑨	백미밥 🍷아욱국⑤⑥ 🍷고구마오리주물럭⑤⑥ 🍷브로콜리무침⑤⑥ 🍷배추김치⑨	🍷돈육자장밥 ②⑤⑥⑩⑬⑭ 🍷콩나물국⑤ 🍷너비아니구이 ⑤⑥⑩⑬⑭ (저당)요구르트② 🍷배추김치⑨	찰보리밥 🍷조갯살미역국⑤⑥⑩ 🍷두부달걀부침①⑤⑥ +🍷양념장⑤⑥ 🍷오이무침⑤⑥ 🍷배추김치⑨
오후간식	🍷어묵탕⑤⑥	🍷잼모닝빵①②⑤⑥ +우유②	🍷버섯전①⑤⑥	🍷단호박찜+보리차	🍷샤인머스켓 +우유②
영양단백질	342/17	407/16	335/13	327/14	372/12

일 자	26(월)	27(화)	28(수) 🍷	29(목)	30(금) 🌍
오전간식	🍷참깨죽	🍎단감+우유②	🍷아욱죽	오곡우유미숫가루②⑤⑥	🍎사과+우유②
점 심	백미밥 🍷감자양파국⑤⑥ 🍷돼지고기수육⑩ +🍷저염쌈장⑤⑥ 🍷상추나물⑤⑥ 🍷배추김치⑨	오므라이스①⑤⑩ 🍷미소국⑤⑥ 🍷물만두찜 ①②⑤⑥⑩ 짜먹는요구르트② 🍷배추김치⑨	백미밥 🍷쇠고기탕국⑤⑥⑬ 🍷카레고등어구이 ②⑤⑥⑦⑩⑬⑭ 🍷버섯나물⑤⑥ 🍷배추김치⑨	백미밥 🍷애호박국 🍷탕수육①⑤⑥⑩ +🍷소스⑤⑥⑩ 🍷양배추샐러드①②⑤ 🍷배추김치⑨	흑미밥 🍷시금치된장국⑤⑥ 🍷간장닭갈비⑤⑥⑬ 🍷숙주나물무침⑤⑥ 🍷배추김치⑨
오후간식	🍎바나나+우유②	🍷찜고구마+보리차	🍷밤식빵①②④⑤⑥ +우유②	🍷김가루주먹밥⑤	🍷미엔쌈오돌⑤⑥⑨⑩ (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	잡쌀	흑미	배추(봄동,얼갈이)	고춧가루	국내산	수입산				두부	순두부	연두부
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	■한우 □육우 □젓소		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	훈제오리		너비아니			토요일	떡갈비		참치	미트볼			
	오리	돈육	계육	돈육	우육		계육	다랑어	돈육	계육	우육		
	국내산	국내산	국내산										
수산물	오징어(2일)		오징어(20일)		고등어	오징어(10일)		동태					
	국내산	국내산	국내산										

2026년 10월 식단표가

배방6차한성필어린이집

발행처 영양팀

발행일 2026.9.17

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



- 이유식식단 -

일 자		1(목)	2(금)
초기(4~5개월)	[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	청경채미음	청경채미음
열량/단백질		26/1	26/1
중기(6~8개월)		흰살생선콩나물죽⑤	두부청경채죽⑤
열량/단백질		92/3	62/2
후기(9~11개월)		흰살생선콩나물 무른밥⑤	두부청경채무른밥⑤
열량/단백질		94/5	93/3
오후간식		아기치즈밥볼②+보리차	쌀떡뽕+보리차
열량/단백질		27/2	47/1

일 자	5(월) 대체휴일	6(화)	7(수)	8(목)	9(금) 한글날
초기(4~5개월)		가지미음	가지미음	근대미음	
열량/단백질		27/1	27/1	27/1	
중기(6~8개월)		닭살가지죽⑤	쇠고기무죽⑥	두부근대죽⑤	
열량/단백질		68/4	74/3	63/2	
후기(9~11개월)		닭살가지무른밥⑤	쇠고기무무른밥⑥	두부근대무른밥⑤	
열량/단백질		96/5	111/4	64/3	
오후간식		배푸레	아기플레인요구르트②	커스터드푸딩①②	
열량/단백질		67/1	33/1	125/6	

일 자	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금)
초기(4~5개월)	양배추미음	양배추미음	양배추미음	버섯미음	버섯미음
열량/단백질	27/1	27/1	27/1	27/1	27/1
중기(6~8개월)	닭살청경채죽⑤	흰살생선얼갈이죽	두부양배추죽⑤	달걀노른자버섯죽①	쇠고기배추죽⑥
열량/단백질	67/4	65/3	64/2	86/3	73/3
후기(9~11개월)	닭살청경채무른밥⑤	흰살생선얼갈이 무른밥	두부양배추무른밥⑤	달걀노른자버섯 무른밥①	쇠고기배추무른밥⑥
열량/단백질	91/5	88/4	96/3	129/4	110/5
오후간식	굴푸레	으깬감자+보리차	아기국수⑥	사과푸레	잘게자른구운식빵 ①②⑤⑥+보리차
열량/단백질	31/1	40/1	96/6	45/1	42/1

일 자	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)
초기(4~5개월)	브로콜리미음	브로콜리미음	브로콜리미음	콩나물미음⑤	콩나물미음⑤
열량/단백질	27/1	27/1	27/1	28/1	28/1
중기(6~8개월)	달걀노른자근대죽①	흰살생선시금치죽	닭살브로콜리죽⑤	쇠고기콩나물죽⑤⑥	두부미역죽⑤
열량/단백질	86/3	66/3	69/4	76/3	62/2
후기(9~11개월)	달걀노른자근대 무른밥①	흰살생선시금치 무른밥	닭살브로콜리무른밥⑤	쇠고기콩나물 무른밥⑤⑥	두부미역무른밥⑤
열량/단백질	129/4	91/5	94/5	114/5	94/3
오후간식	아기두유⑤	사과푸레	커스터드푸딩①②	으깬단호박+보리차	포도푸레
열량/단백질	43/2	45/1	125/6	34/1	48/1

일 자	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)
초기(4~5개월)	감자미음	감자미음	감자미음	애호박미음	애호박미음
열량/단백질	29/1	29/1	29/1	27/1	27/1
중기(6~8개월)	쇠고기감자죽⑥	달걀노른자무죽①	흰살생선버섯죽	두부애호박죽⑤	닭살시금치죽⑤
열량/단백질	78/3	86/3	61/3	63/2	68/4
후기(9~11개월)	쇠고기감자무른밥⑥	달걀노른자무른밥①	흰살생선버섯무른밥	두부애호박무른밥⑤	닭살시금치무른밥⑤
열량/단백질	118/5	129/4	91/5	95/3	94/5
오후간식	바나나슬라이스	으깬고구마+보리차	사과푸레	아기밥볼+보리차	아기쌀국수⑥
열량/단백질	39/1	77/1	45/1	27/2	62/4

원산지 표시	쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기	쌀(밥, 죽, 누룽지)		배추김치(모든조리음식)			
	국내산	수입산				백미	찰쌀	배추(봄동,얼갈이)	고춧가루		
	■한우 □육우 □젓소					국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	명태, 동태, 코다리 (황태, 북어 제외)					수산물				콩	
	오징어					(고등어, 갈치, 광어, 우럭, 다랑어, 참돔, 주꾸미, 미꾸라지, 뱀장어, 꽃게, 낙지, 참조기, 아귀, 전복, 가리비, 우렁쉥이, 방어, 부세)				두부	연두부
		국내산		대구 국내산				국내산	국내산		

※ 시설에서 사용하는 식재료(*가공식품 포함)의 원산지 및 알레르기 유발 식품을 확인하여 반드시 식단표에 표시한 후 게시해주시기 바랍니다.
 ※ 아산시어린이·사회복지급식관리지원센터에서 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.