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

2026년 11월 식단표 나

(만 1~2세 - 오전간식죽식형)

로제어린이집
발행처 영양팀
발행일 2026.10.16.
원본 식단 확인

일 자	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
오전간식	V브로콜리죽	V단호박죽	V참깨무죽	V새우살죽⑨	V얼갈이죽	우유②
점 심	백미밥 V미역국⑤⑥ V돈목살데리야끼볶음 ⑤⑥⑩ V근대나물⑤⑥ V배추김치⑨	V훈제오리새송이볶음밥 ②⑤⑥ V실파된장국⑤⑥ V동태살조림⑤⑥ (저당)오렌지주스 V배추김치⑨	백미밥 V달걀국① V두부양념조림⑤⑥ V잔멸치볶음⑤⑥ V배추김치⑨	백미밥 V아욱된장국⑤⑥ V쇠고기양배추볶음 ⑤⑥⑯ V숙주나물무침⑤⑥ V배추김치⑨	흑미밥 V콩비지찌개⑤⑥ V오징어볶음⑤⑥⑰ V연근조림⑤⑥ V배추김치⑨	V순살돈육탕⑤⑥⑩ 백미밥 V메추리알조림①⑤⑥ V배추김치⑨
오후간식	V방울토마토⑫ +V옥수수채소전①⑤⑥	V(저당)시리얼⑤ +우유②	V포도+우유②	V배+V크림우동 ①②⑤⑥⑩⑮⑯	V핫케이크①②⑤⑥ +우유②	V키위+우유②
열량/단백질	404/14	393/18	374/15	444/16	425/15	347/16
일 자	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토)
오전간식	V김가루죽	V시금치죽	V당근찹쌀죽	V근대죽	V전복죽⑱	두유⑤
점 심	백미밥 V열무된장국⑤⑥ V닭살허브구이⑤⑮ V애호박나물⑤⑥ V배추김치⑨	백미밥 V쇠고기뭇국⑤⑥⑯ V순살삼치조림⑤⑥ V콩나물무침⑤⑥ V배추김치⑨	백미밥 V청경채맑은국⑤⑥ V제육볶음⑤⑥⑩ V도토리묵무침⑤⑥ V배추김치⑨	V단호박카레라이스 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ V미소국⑤⑥ V떡갈비구이⑤⑥⑩⑮⑯ V새콤오이무침⑤⑥ V배추김치⑨	찰보리밥 V두부배춧국⑤⑥ V버섯오믈렛①⑤ V브로콜리무침⑤⑥ V깍두기⑨V배추김치⑨	V미트소스스파게티 ①②⑤⑥⑩⑫⑮⑯ V맑은장국⑤⑥ V어묵양파조림⑤⑥ V배추김치⑨
오후간식	V단감 +V백김치주먹밥⑤⑨	V잼샌드위치①②⑤⑥ +우유②	V사과+V수제비⑥	V후레쉬번①②⑤⑥ +우유②	V찐고구마+우유②	V쌀과자+우유②
열량/단백질	421/14	410/16	429/14	445/16	416/15	367/14
일 자	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
오전간식	V연근죽	V누룽지죽	V옥수수치즈죽②	V아욱죽	V애호박죽	우유②
점 심	백미밥 V황탯국⑤⑥ V오리주물럭⑤⑥ V세발나물무침⑤⑥ V배추김치⑨	V다진돈육마파두부덮밥 ⑤⑥⑩ V양배추된장국⑤⑥ V새우채소볶음⑤⑥⑨ (저당)요구르트② V배추김치⑨	백미밥 V감자양팟국⑤⑥ V쇠불고기⑤⑥⑯ V얼갈이나물⑤⑥ V깍두기⑨V배추김치⑨	백미밥 V닭곰탕⑮ V오징어숙주볶음⑤⑥⑰ V버섯나물⑤⑥ V배추김치⑨	흑미밥 V근대맑은국⑤⑥ V돈육영양갈비찜⑤⑥⑩ V파래김구이⑤ V배추김치⑨	V나물비빔밥⑤⑥ V유부국⑤⑥ V참치전①⑤⑥⑱ V배추김치⑨
오후간식	V소금빵①②⑤⑥ +우유②	V구운달걀①+매실차	V배 +V당근무채전①⑤⑥	V바나나+우유②	V방울토마토⑫ +V물만두①②⑤⑥⑩⑯	V모닝빵①②⑤⑥ +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) 초록급식	28(토)
오전간식	V청경채죽	V두부죽⑤	V쇠고기죽⑯	V양배추죽	V채소죽	두유⑤
점 심	백미밥 V청국장국⑤⑥ V춘천닭갈비⑤⑥⑮ V브로콜리깨무침⑤⑥ V배추김치⑨	백미밥 V크림스프①②⑤⑥⑩⑮⑯ (V우동국⑤⑥) V돈까스①②⑤⑥⑩ +V소스⑤⑥⑫⑯ V오이감자샐러드①⑤ V배추김치⑨	백미밥 V어묵국⑤⑥ V치즈달걀찜①② V시금치나물⑤⑥ V배추김치⑨	백미밥 V콩나물국⑤ V돈육두루치기⑤⑥⑩ V무생채⑤⑥ V배추김치⑨	수수밥 V모듬버섯국⑤⑥ V고등어구이⑤⑥⑦ V배추나물⑤⑥ V깍두기⑨V배추김치⑨	백미밥 V조갯살부춧국⑤⑥⑱ V닭다리살조림⑤⑥⑮ V상추무침⑤⑥ V배추김치⑨
오후간식	V귤 +V잔멸치주먹밥⑤	V단호박찜+우유②	V스틱빵①②⑤⑥ +우유②	V고구마맛탕⑤+보리차	V사과+우유②	V(저당)시리얼⑤ +우유②
열량/단백질	377/17	417/16	430/19	383/14	356/18	380/16
일 자	30(월)					
오전간식	V황태죽					
점 심	백미밥 V애호박두부국⑤⑥ V쇠고기메추리알장조림 ①⑤⑥⑯ V유채나물무침⑤⑥ V배추김치⑨					
오후간식	V찐핫도그①②⑤⑥⑩⑯ +우유②					
열량/단백질	421/19					

[식단 표기 사항]

- 🍎 : 자연간식
- 초록급식 : 저탄소식단
- 🎂 : 생일식단
- 꾸러미식단
- 🌱 : 이 달의 채소(무 🥕)
- V : 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(봄동,얼갈이)	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			원양산

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

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

2026년 11월 식단표 나

(만 3~5세 - 오전간식죽식형)

로제어린이집
발행처 영양팀
발행일 2026.10.16.
원본 식단 확인

일 자	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	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	622/21	605/27	576/24	683/25	654/23	533/25
일 자	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	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 깍두기⑨(배추김치⑨)	미트소스스파게티 ①②⑤⑥⑩⑫⑮⑯ 맑은장국⑤⑥ 어묵양파조림⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	단감 +백김치주먹밥⑤⑨	잼샌드위치①②⑤⑥ +우유②	사과+수제비⑥	후레쉬번①②⑤⑥ +우유②	찐고구마+우유②	쌀과자+우유②
열량/단백질	647/22	631/25	660/21	684/24	640/24	565/21
일 자	16(월)	17(화)	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 깍두기⑨(배추김치⑨)	백미밥 닭곰탕⑮ 오징어숙주볶음⑤⑥⑰ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 근대맑은국⑤⑥ 돈육영양갈비찜⑤⑥⑩ 파래김구이⑤ 배추김치⑨	나물비빔밥⑤⑥ 유부국⑤⑥ 참치전①⑤⑥⑱ 배추김치⑨
오후간식	소금빵①②⑤⑥ +우유②	구운달걀①+매실차	배 +당근무채전①⑤⑥	바나나+우유②	방울토마토⑫ +물만두①②⑤⑥⑩⑯	모닝빵①②⑤⑥ +우유②
열량/단백질	611/24	587/28	671/22	579/26	621/25	557/25
일 자	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금) 초록급식	28(토)
오전간식	청경채죽	두부죽⑤	쇠고기죽⑯	양배추죽	채소죽	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	수수밥 모듬버섯국⑤⑥ 고등어구이⑤⑥⑦ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	백미밥 조갯살부춧국⑤⑥⑱ 닭다리살조림⑤⑥⑮ 상추무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	귤 +잔멸치주먹밥⑤	단호박찜+우유②	스틱빵①②⑤⑥ +우유②	고구마맛탕⑤+보리차	사과+우유②	(저당)시리얼⑤ +우유②
열량/단백질	580/26	642/25	661/29	559/22	547/27	584/25
일 자	30(월)					
오전간식	황태죽					
점 심	백미밥 애호박두붓국⑤⑥ 쇠고기메추리알장조림 ①⑤⑥⑯ 유채나물무침⑤⑥ 배추김치⑨					
오후간식	찐핫도그①②⑤⑥⑩⑯ +우유②					
열량/단백질	648/29					

[식단 표기 사항]

- 사과 : 자연간식
- 초록급식 : 저탄소식단
- 생일 : 생일식단
- 꾸러미 : 꾸러미식단
- 무 : 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	흑미	배추(봄동,얼갈이)	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					원양산

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