익산시 어린이급식관리지원센터
Center for Children's Foodservice Management

2026년 8월 점심 영아 식단표

(영아, 만1-2세)

작성: 영양 · 운영팀

날짜	3일(월)	4일(화)	5일(수)	6일(목)	7일(금)
오전간식	미역죽⑤⑥	새우살아욱죽⑨	콩나물죽⑤⑥	두부죽⑤	단호박죽
점심	잡곡밥 근대된장국⑤⑥ 달걀찜① 콩나물⑤⑥ 백김치⑨	잡곡밥 미니우동⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑯ 애호박무침 무생채	순살닭갈비덮밥⑤⑥⑮ 무챗국⑤⑥ 해물완자구이⑤⑨ 백김치⑨	잡곡밥 청경채된장국⑤⑥ 순살삼치구이⑤⑥ 감자채당근볶음⑤⑥ 무생채	잡곡밥 들깨시래깃국⑤⑥ 돈육볶음⑤⑥⑩ 오이참나물무침 백김치⑨
오후간식	찐옥수수+우유②	복숭아+우유②	치즈주먹밥②⑤⑥⑩+우유②	부추전⑤⑥+우유②	수박+우유②
열량/단백질	416/15	447/16	416/20	433/17	422/17
날짜	10일(월)	11일(화)	12일(수)	13일(목)	14일(금)
오전간식	누룽지죽	쇠고기청경채죽⑯	치즈채소죽②⑤⑥	게살당근죽⑧	안매운김치죽⑤⑥⑨
점심	잡곡밥 청국장국⑤⑥ 돈육볶음⑤⑥⑩ 상추무침 백김치⑨	잡곡밥 열무맑은국⑤⑥ 훈제오리찜 새송이버섯볶음⑤ 무생채	새우볶음밥⑤⑥⑨ 소고기미역국⑤⑥ 두부양념찜⑤⑥ 무생채	잡곡밥 오징어뭇국⑤⑥⑰ 달걀말이①⑤ 가지나물⑤⑥ 백김치⑨	잡곡밥 닭살곰탕⑮ 쇠불고기⑤⑥⑯ 콩나물무침⑤⑥ 무생채
오후간식	카스테라②⑤+우유②	사과+우유②	포도+우유②	찐감자+우유②	잔치국수⑥⑨
열량/단백질	448/21	409/15	426/15	402/20	444/18
날짜	17일(월)	18일(화)	19일(수)	20일(목)	21일(금)
오전간식	대체 휴일	참치죽	고구마죽	닭살죽⑮	달걀죽①⑤⑥
점심		잡곡밥 달걀국① 어묵당근볶음⑤⑥ 김구이 무생채	카레덮밥⑤⑥ 오이냉국⑤⑥ 돈육양파볶음⑤⑥⑩ 백김치⑨	잡곡밥 두부된장국⑤⑥ 파프리카참치전①⑤⑥ 도토리묵채소무침⑤⑥ 무생채	잡곡밥 버섯맑은국⑤⑥ 순살고등어찜⑤⑦ 청경채나물⑤⑥ 백김치⑨
오후간식		찐단호박+우유②	오징어채소전⑤⑥⑰+우유②	멜론+우유②	키위+우유②
열량/단백질		404/13	491/12	482/19	433/17
날짜	24일(월)	25일(화)	26일(수)	27일(목)	28일(금)
오전간식	누룽지죽	달걀죽①⑤⑥	게살브로콜리죽⑤⑥⑧	참치죽	콩나물죽⑤⑥
점심	잡곡밥 애호박국⑤ 돈육숙주볶음⑤⑥⑩ 치커리사과무침 무생채	잡곡밥 들깨미역국⑤⑥ 두부구이&양념장⑤⑥ 밥새우잔멸치볶음⑤⑥⑨ 백김치⑨	비빔밥&양념장⑤⑥ 버섯맑은국⑤⑥ 훈제오리부추볶음⑤⑥ 무생채	잡곡밥 새우살애호박된장국⑨ 쇠고기잡채⑤⑥⑯ 건파래무침⑤⑥ 백김치⑨	잡곡밥 어묵국⑤⑥ 메추리알조림①⑤⑥ 토마토오이무침⑫ 무생채
오후간식	찐감자+우유②	바나나+우유②	간장비빔국수⑤⑥+우유②	포도+우유②	김가루치즈주먹밥②⑤⑥+우유②
열량/단백질	424/16	448/16	424/20	464/19	431/14
날짜	31일(월)				
오전간식	으깬옥수수죽②				
점심	잡곡밥 감자국⑤⑥★ 쇠불고기⑤⑥⑯ 미역줄기볶음⑤⑥ 백김치⑨				
오후간식	찐고구마+우유②				
열량/단백질	458/15				

원산지 표시 (단위: 열량 kcal, 단백질 g)

원산지 표시	쌀 (밥,죽,누룽지)	콩 (두부,비지,콩국)	백김치 배추 (봄동,얼갈이)	백김치 고춧가루	쇠고기	돼지 고기	닭고기	오리 고기	고등어	명태 (동태)	오징어
	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	러시아	국산
	어묵	게살	떡갈비	해물완자	참치	훈제오리	돈까스	미트볼	햄	너비아니	
	연육:베트남,중국	명태연육:중국	돼지고기:국산	오징어:칠레,페루	다랑어:원양	오리고기:국산	돼지고기:국산	쇠고기:국산,호주산	돼지고기:국내산	쇠고기:국산,호주산	

알레르기 유발식품	
	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우(갑각류) ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

행복한 아이들이 자라는 키즈클럽어린이집 Kindergarten