



공공형 어린이집

여수 죽림2차 부영 사랑으로

어린이집

2026년 10월 식단표

유아(만 1~2세) 오전간식죽형



여수시

어린이·사회복지급식관리지원센터

Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

자연드림	육류, 과일류, 차류(현미차, 보리차, 메밀차등), 양념류(쌈장, 된장, 유채유, 간장, 올리고당, 설탕, 소금, 굴소스, 새우젓, 케찹, 흑임자, 들깨가루, 고추장, 우리밀, 전분가루, 쌀가루등), 유제품(우유, 요구르트등), 소스류(짜장가루, 카레가루, 돈가스소스, 스파게티소스 등), 면류(소면, 칼국수면등), 해물류(새우, 오징어, 조갯살우렁이등), 두부류(두부, 연두부등)백김치, 누룽지, 참치, 미역, 훈제오리, 어묵, 맛살, 유부, 너비아니, 북어, 김가루, 베이컨, 메추리알, 잔멸치, 햄, 우리밀 빵류(롤케이크, 식빵, 모닝빵 등)
원예농협(친환경식자재)	육류, 곡류(쌀, 잡곡등), 야채류, 과일류, 달걀, 장류, 두부류
로컬푸드&마트 등	육류, 야채류, 과일류, 생선(고등어, 삼치, 북어등)

★ 친환경 식자재 수급이 불가능한 경우에는 동일 식품군내에서 조리방법의 변경 없이 수정하여 사용 가능합니다. ★

★ 목요일은 나트륨 섭취를 줄이기 위해 국 없는 날로 지정하였습니다. ★ 이 식단은 친환경 식재료를 이용한 식단입니다.

날짜	* 목요일은 국이 없는 대신 목 먹힘 위험을 위해 송농이나 따뜻한 차를 함께 제공해주시기 바랍니다. ▶ [여수시어린이·사회복지급식관리지원센터에서 작성한 식단을 임의 변경하여 발생하는 문제에 대해서는 책임지지 않습니다.] ◀ < 알레르기 유발식품 > ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 알레르기 반응을 보이는 영유아에게는 해당식품을 제한하도록 합니다. 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.			1일(목)	2일(금)
오전간식				단호박죽	달걀죽①⑤⑥
점심				짜장덮밥⑤⑥⑩ 송농 군만두⑤⑥⑩ 잘게썰배추김치	백미밥 소고기뭇국⑤⑥⑩ 순살고등어구이⑤⑥⑦ 자른무나물⑤⑥ 잘게썰배추김치
오후간식				브로콜리감자샐러드 ①⑤	찐고구마/우유②
열량/단백질				416.6/12.5	415.3/14.2
날짜	5일(월)	6일(화)	7일(수)	8일(목)	9일(금)
오전간식					

원산지 표시

쌀		콩		
밥	국내산	두부	국내산	
죽	국내산	콩비지	산	
누룽지	국내산	콩국수	산	
배추김치		수산물		
배추(얼갈이, 봄동)	국내산	고등어	노르웨이산	
고춧가루	산	갈치	산	
육류		참조기	산	
소고기	한우	국내산	명태(동태)	산
	육우	국내산	꾸꾸미	산
	젓소	국내산	낙지	산
돼지고기	국내산	오징어	원양산	
닭고기	국내산	참치(다랑어)	원양산	
오리고기	국내산	꽃게	산	
식육 가공품		전복	산	
햄류	무항생제 돼지고기91.59% 국내산 감자전분 국내산 유기농 설탕 2.11%산	수산물 가공품		
소시지류	산	어묵류(맛살포함)	실꼬리돔연육81.83% 베트남산 감자전분1 외국산 감자전분210.65% 국내산	
베이컨류	무항생제 돼지고기98.39% 국내산 소금 국내산 유기농 설탕 0.44%	완자류	산	
양념육류	국내산	기타(메뉴명)	명태연육74.60% 미국산 감자전분 국내산 게 엑기스 국내산산	
분쇄가공육류(너비아니)	무항생제 돼지고기 78.95% 국내산 대파 국내산 양파 국내산			