

2026년 06월 식단

(★만 1-2세는 만3-5세에 비해 작게, 싱겁게 조리한 음식을 제공합니다.)

1주	6월 1일 (월)	6월 2일 (화)	6월 3일 (수)	6월 4일 (목)	6월 5일 (금)
오전 간식	소고기미역죽	물만두국		오징어김치죽	사과 두유
점심	시금치찜쌀밥 찜뽕순두부 돼지수육 상추쌈*쌈장 배추김치	기장밥 돈육김치찌개 삼치카레구이 감자채양파볶음 깍두기	2026 지방선거	수수밥 우거지된장국 닭다리살구이 오이무침 배추김치	짜장라이스 유부채썩갓장국 탕수육*소스 배추김치 씨없는포도
오후 간식	롤치즈빵 우유	로제스파게티 수박		미니크로와상 우유	영아:모닝빵/유아:기정떡 매실차
저녁	아육된장국 참치양파볶음밥 배추김치	순두부국 제육덮밥 배추김치		소고기무국 지리멸치주먹밥 깍두기	우거지된장국 닭고기애호박볶음밥 배추김치
2주	6월 8일 (월)	6월 9일 (화)	6월 10일 (수)	6월 11일 (목)	6월 12일 (금)
오전 간식	우리밀수제비	소고기애호박죽	돈육녹두죽	찐감자 불가리스	옥수수스프
점심	기장밥 시래기된장국 제육김치볶음 숙주나물 깍두기	차조밥 오이냉국 닭갈비 느타리버섯볶음 배추김치	흑미밥 된장찌개 오징어볶음 바삭건파래자반 배추김치	수수밥 북어계란국 오리불고기 가지무침 배추김치	홍국찜쌀밥 콩나물국 바삭불고기 도토리묵무침 열무김치
오후 간식	밤식빵 우유	어묵잡채 감귤	닭고기퀘사디아 우유	통콩새우튀김 빙솔토마토	약식 매실차
저녁	황태무국 소고기양배추덮밥 배추김치	소고기두부국 고등어구이 배추김치	콩나물국 카레라이스 배추김치	김치국 스모크햄볶음밥 깍두기	미역국 돈육감자볶음밥 배추김치
3주	6월 15일 (월)	6월 16일 (화)	6월 17일 (수)	6월 18일 (목)	6월 19일 (금)
오전 간식	닭고기부추죽	찐빵 슬라이스치즈	블루베리 플레인요플레	순두부참깨죽	북어양파죽
점심	흑미밥 팽이두부된장국 소고기숙주볶음 미역줄기나물 배추김치	수수밥 감자수제비 고등어김치찜 구이김 깍두기	단호박찜쌀밥 들깨미역국 돼지갈비찜 오이상추무침 배추김치	소고기콩나물밥 도토리묵냉국 명태전 배추김치 수박	클로렐라찜쌀밥 미소된장국 통살치킨가스 키위양상추샐러드 배추김치
오후 간식	호두아몬드크림치즈빵 우유	포자만두찜 멜론	감자채전 매실차	유부우동	영아:팥빵/유아:반달떡 우유
저녁	콩나물국 새우계란볶음밥 배추김치	미역국 소고기우영밥 배추김치	순두부국 닭고기김치볶음 깍두기	계란국 하이라이스 배추김치	황태국 오리훈제볶음밥 배추김치
4주	6월 22일 (월)	6월 23일 (화)	6월 24일 (수)	6월 25일 (목)	6월 26일 (금)
오전 간식	소고기부추죽	구운계란 두유	단호박죽	바나나 우유미숫가루	닭고기파프리카죽
점심	기장밥 감자용심어국 돈육닭다리살조림 콩나물무침 배추김치	토마토찜쌀 전복미역국 고다체다풍뎡함박 애호박볶음 열무김치	수수밥 오색미니어묵국 안동찜닭 열무나물 배추김치	차조밥 소고기열갈이된장국 코다리조림 꽃맛살브로커리볶음 배추김치	흑미밥 맑은순두부국 제육볶음 열갈이나물 배추김치
오후 간식	홀그레인머핀 우유	해물볶음면 참외	감자샐러드모닝빵 우유	돈육부추잡채/꽃빵 매실차	영아:팥식빵/유아:꿀백설기 우유
저녁	콩나물국 짜장라이스 배추김치	아육된장국 닭고기당근볶음밥 배추김치	미역국 햄김치볶음밥 깍두기	북어채무국 오징어굴소스볶음밥 배추김치	팽이계란국 새우마요밥 배추김치
5주	6월 29일 (월)	6월 30일 (화)			
오전 간식	시금치계란죽	야채스프 조각식빵			
점심	흑미밥 돈육감자들깨탕 네모동태볼*강정S 비타민오리엔탈무침 배추김치	수수밥 애호박두부된장국 돈육콩나물볶음 갯손나물무침 배추김치			
오후 간식	케익과배기도넛 우유	고구마춘권 우유			
저녁	미역국 유부초밥 배추김치	북어국 소고기장조림비빔밥 배추김치			