2026년 11월 식단표(벽진어린이집, 만3~5세 시간연장반간식형_떡제외)

성주군어린이급식관리지원센터 권보민, 주연서 영양사

구분	2	665/27	3	661/20	4	659/24	5	691/24	6	659/26
오전간식	※당근스틱*슬라이스치즈②		들깨죽		※바나나		 체험활동		※자른포도	
점심	기장밥 대파무국⑤⑥ 돈민찌두부조림⑤⑥⑩ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 수제비국 어묵볶음⑤⑥ 채소달걀찜① 배추김치⑨		참치덮밥①⑤ 가쓰오맑은국 해쉬부라운(감자튀김)⑤ 배추김치⑨				수수밥 유부맑은국⑤⑥ 너비아니조림⑤⑥ 모둠버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식	잔치국수⑤⑥*액상요구르트②		시리얼*우유②		와송카스테라①②⑥*우유②		후리가케주먹밥⑤⑥*보리차		삶은달걀①*우유②	
연장반간식	두유⑤		※파인애플		액상요구르트②		우유②		슬라이스치즈②	
구분	**9**	**694/24**	**10**	**667/19**	**11**	**679/30**	**12**	**679/20**	**13**	**670/25**
오전간식	※파프리카스틱*호상요구르트②		크림스프②⑤⑥⑮⑯		※배		채소죽		※사과	
점심	찰현미밥 시금치된장국⑤⑥ 맛살채소전①⑤⑥⑧ 우엉조림⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 두부탕국⑤⑥ 오리불고기⑤⑥ 배추나물 깍두기⑨		달걀볶음밥①⑤⑩ 맑은장국⑤⑥ 꿔바로우⑤⑥⑩ 단무지⑬		백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑯ 치킨너겟①②⑤⑥⑮ 양배추유자청무침⑤⑥ 깍두기⑨		수수밥 돼지고기순두부찌개⑤⑥⑩ 오징어간장당면볶음⑤⑥⑰ 김구이 배추김치⑨	
오후간식	토마토스파게티②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ *보리차		미니약과①②⑤⑥*우유②		식빵*딸기잼①②⑤⑥*우유②		늙은호박전⑤⑥*보리차		※찐고구마*우유②	
연장반간식	우유②		※자른포도		호상요구르트②		우유②		곡물치즈롤쿠키*보리차	
구분	**16**	**683/19**	**17**	**660/22**	**18**	**669/26**	**19**	**679/21**	**20**	**638/24**
오전간식	※오이스틱*액상요구르트②		쇠고기죽⑯		※단감		찹쌀검은깨죽		※키위	
점심	기장밥 시래기된장국⑤⑥ 돼지고기볶음⑤⑥⑩ 상추초무침⑤⑥ 깍두기⑨		백미밥 무챗국⑤⑥ 동그랑땡채소볶음⑤⑥⑩⑯ 잔멸치조림⑤⑥ 배추김치⑨		카레볶음밥⑤⑥ 다시마맑은국 훈제오리냉채⑤ 백김치		백미밥 콩가루배춧국⑤⑥ 쇠고기조림⑤⑥⑯ 숙주나물무침 깍두기⑨		찰보리밥 꼬치어묵국⑤⑥ 자른메추리알채소폭찹①⑤⑥⑫ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식	삼색주먹밥⑤*보리차		시리얼*우유②		단팥빵①②⑥*우유②		애플파이①②⑤⑥*보리차		※찐감자*우유②	
연장반간식	두유⑤		※사과		액상요구르트②		우유②		슬라이스치즈②	
구분	**23**	**689/25**	**24**	**680/18**	**25**	**671/27**	**26**	**695/29**	**27**	**685/24**
오전간식	※토마토⑫*호상요구르트②		고구마죽		※귤		 체험활동		※배	
점심	수수밥 물만둣국(달걀제외)⑤⑥⑩⑯⑱ 데리야끼두부구이⑤⑥ 미니새송이볶음⑤ 배추김치⑨		백미밥 안매운김칫국⑨ 생선까스*타르타르소스⑤⑥ 브로콜리무침 깍두기⑨		닭살불고기덮밥⑤⑥⑮ 유부장국⑤⑥ 마카로니샐러드①⑤⑥ 배추김치⑨				기장밥 콩나물국⑤ 쇠고기부추볶음⑤⑥⑯ 꽃맛살샐러드①⑤ 배추김치⑨	
오후간식	꼬마김밥⑤*보리차		쌀쿠키*우유②		치즈샌드위치①②⑤⑥*보리차		새우강정①⑤⑥⑨⑫*보리차		※단호박범벅②*우유②	
연장반간식	우유②		※바나나		호상요구르트②		사과주스		곡물쿠키①②⑤⑥*보리차	
구분	**30**	**659/32**								
오전간식	당근스틱*슬라이스치즈②									
점심	찰현미밥 두부된장국⑤⑥ 돼지고기굴소스볶음⑤⑥⑩⑱ 달걀말이①⑤ 배추김치⑨									
오후간식	온메밀국수③⑤⑥									
연장반간식	※자른씨없는포도									

[알레르기유발식품번호]

표준레시피 기준으로 표기되어있으므로, 시설에서 사용하는 제품 및 조리법에 따라 달라질 수 있으므로 직접 확인하여 표시 필요.

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣

※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

2026년 11월 식단표(벽진어린이집, 만 1~2세 시간연장반간식형_떡제외)

성주군어린이급식관리지원센터 권보민, 주연서 영양사

구분	2	432/17	3	430/13	4	428/15	5	449/16	6	428/16
오전간식	❀당근스틱*슬라이스치즈②		들깨죽		❀바나나				❀자른포도	
점심	기장밥 대파무국⑤⑥ 돈민찌두부조림⑤⑥⑩ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 수제비국 어묵볶음⑤⑥ 채소달걀찜① 배추김치⑨		참치덮밥①⑤ 가쓰오맑은국 해쉬부라운(감자튀김)⑤ 배추김치⑨		체험활동		수수밥 유부맑은국⑤⑥ 너비아니조림⑤⑥ 모둠버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식	잔치국수⑤⑥*액상요구르트②		시리얼*우유②		와송카스테라①②⑥*우유②		후리가케주먹밥⑤⑥*보리차		삶은달걀①*우유②	
연장반간식	두유⑤		❀파인애플		액상요구르트②		우유②		슬라이스치즈②	
구분	**9**	**451/16**	**10**	**433/12**	**11**	**441/20**	**12**	**441/13**	**13**	**435/16**
오전간식	❀파프리카스틱*호상요구르트②		크림스프②⑤⑥⑮⑯		❀배		채소죽		❀사과	
점심	찰현미밥 시금치된장국⑤⑥ 맛살채소전①⑤⑥⑧ 우엉조림⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 두부탕국⑤⑥ 오리불고기⑤⑥ 배추나물 깍두기⑨		달걀볶음밥①⑤⑩ 맑은장국⑤⑥ 꿔바로우⑤⑥⑩ 단무지⑬		백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑯ 치킨너겟①②⑤⑥⑮ 양배추유자청무침⑤⑥ 깍두기⑨		수수밥 돼지고기순두부찌개⑤⑥⑩ 오징어간장당면볶음⑤⑥⑰ 김구이 배추김치⑨	
오후간식	토마토스파게티②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ *보리차		미니약과①②⑤⑥*우유②		식빵*딸기잼①②⑤⑥*우유②		늙은호박전⑤⑥*보리차		❀찐고구마*우유②	
연장반간식	우유②		❀자른포도		호상요구르트②		우유②		곡물치즈롤쿠키*보리차	
구분	**16**	**444/12**	**17**	**429/14**	**18**	**434/17**	**19**	**441/14**	**20**	**415/15**
오전간식	❀오이스틱*액상요구르트②		쇠고기죽⑯		❀단감		찹쌀검은깨죽		❀키위	
점심	기장밥 시래기된장국⑤⑥ 돼지고기볶음⑤⑥⑩ 상추초무침⑤⑥ 깍두기⑨		백미밥 무챗국⑤⑥ 동그랑땡채소볶음⑤⑥⑩⑯ 잔멸치조림⑤⑥ 배추김치⑨		카레볶음밥⑤⑥ 다시마맑은국 훈제오리냉채⑤ 백김치		백미밥 콩가루배춧국⑤⑥ 쇠고기조림⑤⑥⑯ 숙주나물무침 깍두기⑨		찰보리밥 꼬치어묵국⑤⑥ 자른메추리알채소폭찹①⑤⑥⑫ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식	삼색주먹밥⑤*보리차		시리얼*우유②		단팥빵①②⑥*우유②		애플파이①②⑤⑥*보리차		❀찐감자*우유②	
연장반간식	두유⑤		❀사과		액상요구르트②		우유②		슬라이스치즈②	
구분	**23**	**448/16**	**24**	**442/12**	**25**	**436/17**	**26**	**451/19**	**27**	**445/16**
오전간식	❀토마토⑫*호상요구르트②		고구마죽		❀귤				❀배	
점심	수수밥 물만둣국(달걀제외)⑤⑥⑩⑯⑱ 데리야끼두부구이⑤⑥ 미니새송이볶음⑤ 배추김치⑨		백미밥 안매운김칫국⑨ 생선까스*타르타르소스⑤⑥ 브로콜리무침 깍두기⑨		닭살불고기덮밥⑤⑥⑮ 유부장국⑤⑥ 마카로니샐러드①⑤⑥ 배추김치⑨		체험활동		기장밥 콩나물국⑤ 쇠고기부추볶음⑤⑥⑯ 꽃맛살샐러드①⑤ 배추김치⑨	
오후간식	꼬마김밥⑤*보리차		쌀쿠키*우유②		치즈샌드위치①②⑤⑥*보리차		새우강정①⑤⑥⑨⑫*보리차		❀단호박범벅②*우유②	
연장반간식	우유②		❀바나나		호상요구르트②		사과주스		곡물쿠키①②⑤⑥*보리차	
구분	**30**	**428/21**								
오전간식	당근스틱*슬라이스치즈②									
점심	찰현미밥 두부된장국⑤⑥ 돼지고기굴소스볶음⑤⑥⑩⑱ 달걀말이①⑤ 배추김치⑨									
오후간식	온메밀국수③⑤⑥									
연장반간식	❀자른씨없는포도									

[알레르기유발식품번호]
표준레시피 기준으로 표기되어있으므로, 시설에서 사용하는 제품 및 조리법에 따라 달라질 수 있으므로 직접 확인하여 표시 필요.
①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣
※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

원산지 표시	쌀 (밥,죽,누룽지)				배추김치		콩			소고기		돼지고기	닭고기	오리고기
	백미	현미	흑미	찹쌀	배추	고춧가루	두부류	콩국수	콩비지	국내산	수입산			
	산	산	산	산	산	산	산			한우/육우/젖소	산	산	산	산
	수산물 및 가공품									식육가공품				
	다랑어(참치)		고등어		오징어		동태/명태		꽃게		소고기	산	돼지고기	산	닭고기	산
	산		산		산		산		산		소고기	산	돼지고기	산	닭고기	산
	* 안내되는 식단표의 원산지는 수급 상황에 따라 달라질 수 있음을 알려드립니다.									* 햄, 소시지, 치킨너겟, 미트볼, 너비아니, 동그랑땡 등 메뉴 제공 시, 원산지 확인 후 표기				

2026년 11월 식단표(벽진어린이집, 만3~5세 석식형)

성주군어린이급식관리지원센터 권보민, 주연서 영양사

구분	2	437/18	3	405/18	4	430/20	5	420/16	6	418/15
저녁	돈육볶음밥⑤⑥⑩ 오이냉국 두부스테이크①②⑤⑥⑫ 배추김치⑨		백미밥 어묵국⑤⑥ 스크럼블애그*케첩①②⑤⑫ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 감자된장국⑤⑥ 참치채소전①⑤⑥ 깻잎나물⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 청경채맑은국 쇠불고기⑤⑥⑯ 우거지나물⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 버섯된장국⑤⑥ 너비나이구이⑤⑥⑩⑯ 유부채소볶음⑤ 배추김치⑨	
구분	9	396/14	10	417/19	11	403/14	12	410/19	13	423/23
저녁	우엉채소볶음밥⑤⑥ 달걀국① 시금치전⑤⑥ 맛살샐러드①⑤⑥⑧ 배추김치⑨		오리불기기덮밥⑤⑥ 배추맑은국⑤⑥ 두부유린기⑤⑥ 깍두기⑨ 후식(액상요구르트②)		백미밥 실파국 돈까스*소스⑤⑥⑩⑫⑯ 감자샐러드 배추김치⑨		백미밥 된장찌개⑤⑥ 쇠고기장조림⑤⑥⑯ 양배추전*양념장⑤⑥ 깍두기⑨		백미밥 오징어국⑰ 돈육잡채⑤⑥⑩ 온두부⑤⑥ 배추김치⑨	
구분	16	447/15	17	445/11	18	420/11	19	408/16	20	399/16
저녁	시래기밥*양념장⑤⑥ 안매운돼지고기짜글이⑤⑥⑩ 김치전①⑤⑥⑨ 오이무침⑤⑥		백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑯ 동그랑땡구이⑤⑥⑪⑮⑯ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨		훈제오리볶음밥⑤⑥ 안매운김치맑은국⑨ 단감샐러드①⑤ 깍두기⑨ 후식(액상요구르트②)		백미밥 숙주나물국⑤⑥ 쇠고기장똑똑이⑤⑥⑯ 배추전①⑤⑥ 깍두기⑨		백미밥 애호박된장국⑤⑥ 어묵볶음⑤⑥ 메추리알장조림①⑤⑥ 배추김치⑨	
구분	23	405/13	24	428/16	25	400/17	26	418/20	27	402/12
저녁	백미밥 두부맑은국⑤ 만두강정⑤⑥⑩⑫ 새송이버섯섯나물 배추김치⑨		백미밥 들깨미역국⑤⑥ 흰살생선전①⑤⑥ 고구마조림⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 미소장국⑤⑥ 간장닭살조림⑤⑥⑮ 귤샐러드①⑤ 배추김치⑨		백미밥 돼지고기김치찌개⑤⑥⑨⑩ 시금치달걀말이①⑤ 마카로니케첩샐러드①⑤⑫ 배추김치⑨		백미밥 부추들깨국⑤⑥ 맛살채소전①⑤⑥⑧ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨	
구분	30	441/14	[알레르기유발식품번호] 표준레시피 기준으로 표기되어있으므로, 시설에서 사용하는 제품 및 조리법에 따라 달라질 수 있으므로 직접 확인하여 표시 필요. ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.								
저녁	백미밥 감자국⑤⑥ 돼지고기볶음⑤⑥⑩ 두부구이*간장⑤⑥ 배추김치⑨									