



2025년 10월 식단표

창원시 II 어린이·사회복지급식관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

식단제공: 2025. 9. 15.

식생활 3대 캠페인: 손씻기! 편식 감소! 잔반 감소!

[죽형 1-2세_점심및간식]

창원시립에일린의뜰1단지어린이집

날짜		1 [수]		2 [목]		3 [금] 개천절																			
오전간식		오트밀죽②		들깨죽																					
점심		쇠고기배추밥&양념장⑤⑥⑩ 애호박된장국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 토마토배추김치⑨⑬		기장밥 탕국⑤⑥ 동그랑땡전①⑤⑥⑩⑬ (고춧가루제외)콩나물무침⑤ 토마토배추김치⑨⑬																					
오후간식		창원시지원과일(배) 우유②		찐단호박 우유②																					
열량/단백질		435.9/16.8		439.9/15.1																					
날짜		6 [월] 추석		7 [화]		8 [수] 대체휴일		9 [목] 한글날		10 [금] 저당데이															
오전간식										감자채소죽⑤⑥															
점심										차조밥 두부달걀파프리카①⑤⑥ 저당돼지불고기⑤⑥⑩ (고춧가루제외)무생채 토마토배추김치⑨⑬															
오후간식										바나나 우유②															
열량/단백질										430/19.6															
날짜		13 [월]		14 [화]		15 [수] 송년데이		16 [목]		17 [금] 저당데이															
오전간식		장국죽⑤⑥⑩		호두죽⑩		현미파프리카죽		새우브로콜리죽⑨		당근죽															
점심		백미밥 두부북엇국⑤⑥ 훈제오리구이 양파데리야끼볶음⑤⑥ 토마토배추김치⑨⑬		수수밥 배추맑은국 안매운돼지고기두루치기⑤⑥⑩ 연근흑임자소스①⑤⑥ 홍시깍두기⑨		안매운김치볶음밥⑤⑨⑩ 송년 자른매추리알장조림①⑤⑥ 토마토배추김치⑨⑬		기장밥 된장찌개⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑬ 느타리버섯나물⑤⑥ 토마토배추김치⑨⑬		차조밥 저당들깨미역국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑩ 숙주나물⑤⑥ 토마토배추김치⑨⑬															
오후간식		사과 우유②		자장면①⑤⑥⑩⑬⑭⑮ 옥수수차		창원시지원과일(샤인머스켓) 우유②		찐단호박 우유②		배 우유②															
열량/단백질		427.5/18.6		438.1/17		431.4/13.8		437.9/23.8		437.5/15															
날짜		20 [월]		21 [화]		22 [수]		23 [목]		24 [금]															
오전간식		버섯죽⑤⑥		쇠고기죽⑤⑥⑩		양송이치즈죽②		누룽지죽		병아리콩죽⑤															
점심		백미밥 감자양파국 돼지고기볶음⑤⑩⑬ 청경채나물⑤⑥ 토마토배추김치⑨⑬		수수밥 순두부백탕①⑤ 안매운가자미조림⑤⑥ 콘샐러드①⑤ 홍시깍두기⑨		연근카레라이스⑤⑥⑩⑬⑭⑮ ②⑤⑥⑩⑬⑭⑮ 아욱된장국⑤⑥ 양상추사과무침⑤⑥ 토마토배추김치⑨⑬		기장밥 자른안매운닭개장⑤⑥⑬ 너비아니구이⑤⑥⑩⑬ 브로콜리나물 토마토배추김치⑨⑬		차조밥 안매운돈육김치찌개⑤⑥⑨⑩ 채소달걀말이①⑤ 김자반 토마토배추김치⑨⑬															
오후간식		바나나 우유②		찐만두⑤⑥⑩ 옥수수차		창원시지원과일(태추단감) 우유②		찐고구마 우유②		사과 우유②															
열량/단백질		435.3/15.5		436.4/19.8		417.5/16		435/14.9		431.2/16.9															
날짜		27 [월]		28 [화]		29 [수]		30 [목]		31 [금] 다채롭데이		11월 연근													
오전간식		참깨죽		황태죽		부추두부죽⑤⑥		청경채죽⑤⑥		김치죽⑤⑥⑨															
점심		백미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 달걀숨살채소볶음⑤⑥⑩ 감자조림⑤⑥ 토마토배추김치⑨⑬		수수밥 쇠고기국⑥ 두부강정⑤⑥⑩ 오이파프리카무침⑤⑥ 홍시깍두기⑨		하이라이스⑤⑥⑩ 우동국물⑤⑥ 무른우엉채조림⑤⑥ 토마토배추김치⑨⑬		기장밥 콩나물국⑤ 돼지고기양파볶음⑤⑥⑩ 애호박나물⑤⑨ 토마토배추김치⑨⑬		차조밥 수제빻국⑥ 잘게썬오징어채소볶음⑤⑥⑦ 시금치나물⑤⑥ 토마토배추김치⑨⑬															
오후간식		바나나 우유②		모듬어묵탕⑤⑥ 옥수수차		창원시지원과일(사과) 우유②		찐단호박 우유②		굴 우유②															
열량/단백질		433/17.4		431.7/17.3		431.1/14.7		425.5/17.6		437/15.8															
식품알레르기		▶ ①난류②우유③메밀④땅콩⑤대두⑥밀⑦고등어⑧게⑨새우⑩돼지고기⑪복숭아⑫토마토⑬아황산류⑭호두⑮달걀⑯쇠고기⑰오징어⑱조개류(굴,전복,홍합)⑲자 ▶ 아황산류는 표백제,보존료,산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.																							
원산지 표시안내		▶ 2일(목) 동그랑땡전(동그랑땡) ▶ 13일(월) 훈제오리구이(훈제오리) ▶ 23일(수) 너비아니구이(너비아니)					▶ 31일(금) 잘게썬오징어채소볶음(오징어) ▶ 식재료 원산지관리를 철저히 해주세요!																		
쌀		배추김치		콩		쇠고기		돼지고기		닭고기		(생)오리고기		수산물											
밥,죽,누룽지		배추		고춧가루		두부		순두부,연두부		국내산		수입산		돼지고기		닭고기		(생)오리고기		오징어					
국산		국산		국산		국산		국산		한우				국산		국산		국산		국산					
수산물 및 식육 가공품		동그랑땡		훈제오리		너비아니																			
		돼지고기		오리		돼지고기/닭고기																			
		국산		국산		국산/국산																			



창원시립

에일린의뜰

1단지어린이집

☎ 055.716.1135