2026년

영양 쑥쑥 식단 안내문

본 식단은 식생활안전관리원의 「어린이급식관리지원센터 식단 운영·관리 지침」
및 창원시 관내 시장조사를 기반으로 작성되습니다.

식단의 종류			
대상	종류	구성	비고
0세 (4~11개월)	이유식형	초·중·후기 이유식	월 ~ 토
1~2세·3~5세	죽형	점심 및 오전(죽 제공)·오후 간식	월 ~ 토
	일반형	점심 및 오전·오후 간식	월 ~ 토
	저녁형	저녁	월 ~ 금
6~11세·12~18세	지역아동센터	저녁(점심)·간식	월 ~ 토

식단 안내

- 자연식품(영양소 파괴를 최소화한 간식)은 주 3회 이상 제공하고 있어요.
- 식자재 수급사정이 어려운 경우 센터의 감수 없이 '같은 식품군, 같은 조리법'으로 변경할 수 있어요.
- 잡곡밥의 잡곡 비율은 5% 내외로 권장하고 있어요.
- 식단 내 알레르기 유발식품 표시는 통상적인 알레르기 유발식품에 대해 표시되었으며,
  가공식품의 경우 실제 급식소에서 사용하는 제품에 따라 알레르기 유발식품이 다를 수 있어요.
  그러므로 가공식품 사용 시 알레르기 유발식품의 함유 여부를 반드시 확인해주세요.

특화 · 이벤트 식단

제철 식재료

매월 제철 식재료 안내

영양사 감수 식단

영양사가 감수한 식단임을 안내

저탄소 DAY

식물성 식품 위주의 메뉴로 구성하여
온실가스 배출을 감축시키기 위한
친환경식단을 제공하는 날

숭늉 DAY

국을 통해 섭취되는
나트륨을 저감화시키기 위해
국 대신 숭늉을 제공하는 날

신메뉴 DAY

식단 내 메뉴의 다양성을 강화하기
위하여 매월 센터에서 신메뉴를
개발하여 식단에 반영하는 날

식생활 3대 과제



손 씻기 | 골고루 먹기 | 잔반감소

**어린이의 개인위생 습관 형성,
균형 잡힌 식습관 실천, 잔반 감소를 통해
건강한 식생활 태도를 기르고
올바른 급식 문화 조성에 함께 해주세요.**

☎ 어린이 영양팀 문의: 055-285-9004

2026년 11월 죽형 식단표

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

* 발행처: 창원시 I 어린이·사회복지급식관리지원센터
* 담 당: 영양팀
* 식재료 수급에 의해 동일식품군&동일조리법으로 변동될 수 있습니다.

1-2세 점심 및 간식

금강어린이집

일자	2 [월] 저탄소 DAY	3 [화]	4 [수]	5 [목]	6 [금]
오전간식	참깨죽	흑미죽	전복죽⑱	양배추죽	김가루죽
점심	백미밥 시래깃국⑤⑥⑨ 안매운마파두부⑤⑥⑩ 브로콜리무침 배추김치⑨	수수밥 버섯맑은국 너비아니구이 ②⑤⑥⑩⑫⑮⑯ 미역줄기당근볶음⑤ 배추김치⑨	크래미채소비빔밥 ①⑤⑥⑧⑫ 콩나물국⑤ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 배추김치⑨	기장밥 물만둣국①②⑤⑥⑨⑩⑯ 스크램블에그&케첩 ①②⑤⑫ 근대나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 잘게썬오징어뭇국⑤⑥⑰ 닭살고구마조림⑤⑥⑮ 부추나물 배추김치⑨
오후간식	시원한 배 상하목장 유기농 우유②	오곡시리얼⑥ 상하목장 유기농 우유②	동글 동글 자른 사인머스캣 ★ ★우리밀 크래커 (한살림)⑥ 상하목장 유기농 우유②	쌀국수⑯ 상하목장 저당액상요구르트②	아삭 아삭 사과 상하목장 유기농 우유②
열량(kcal)/단백질(g)	431/17	421/16	408/18	446/15	416/19
일자	9 [월]	10 [화] 신메뉴 DAY	11 [수]	12 [목] 숭늉 DAY	13 [금]
오전간식	검은콩무죽⑤	애호박죽	닭가슴살죽⑮	새우죽⑤⑥⑨	땅콩죽④
점심	백미밥 달걀팟국① 부들어묵조림②⑤⑥⑧⑫⑯ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨	수수밥 미역국⑤⑥ 흰살생선전①⑤⑥ ⭐고사리들깨나물⑤⑥ 배추김치⑨	떡갈비볶음밥 ②⑤⑥⑩⑯⑱ 청경채된장국⑤⑥ 마카로니샐러드①⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 숭늉 다진쇠고기연근조림 ⑤⑥⑯ 느타리버섯무침⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 안매운김치찌개⑤⑥⑨ (고춧가루제외)두부양념구이 ⑤⑥ 겨울초나물 깍두기⑨
오후간식	달콤한 메론 상하목장 유기농 우유②	★파리바게트잼모닝빵①②⑤⑥ 상하목장 유기농 우유②	아삭 아삭 사과★ 상하목장 유기농 우유②	치즈주먹밥② 상하목장 저당액상요구르트②	길쭉 길쭉 바나나 상하목장 유기농 우유②
열량(kcal)/단백질(g)	442/16	441/16	431/15	427/15	420/13
일자	16 [월]	17 [화]	18 [수]	19 [목] 저탄소 DAY	20 [금] ★생일잔치★
오전간식	채소죽⑤⑥	병아리콩죽	누룽지죽	새송이버섯죽	애호박죽
점심	백미밥 배춧국⑤⑥ 훈제오리양파구이②⑤⑥⑯ (고춧가루제외)오이무침 ⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 감자양팟국 돼지고기굴소스볶음 ⑤⑥⑨⑩⑱ 양배추숙쌈&저염쌈장⑤⑥ 깍두기⑨	두부소보로덮밥⑤⑥ 북엇국⑤⑥ 크래미애호박볶음 ①⑤⑥⑧⑫ 배추김치⑨	기장밥 부추된장국⑤⑥ 달걀장조림①⑤⑥ (고춧가루제외)콩나물무침⑤ 배추김치⑨	찹쌀팥밥 미역국⑥⑮ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	탱글탱글 자른 방울 토마토⑫ 상하목장 유기농 우유②	로제스파게티 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ 상하목장 저당액상요구르트②	달달한 단감★ ★우리밀 두부과자 (한살림)⑥ 상하목장 유기농 우유②	찐고구마 상하목장 유기농 우유②	시원한 배 상하목장 유기농우유② ★파리바게트 케이크①②④⑤⑥⑩⑭⑯ ★파파존스불고기피자②⑤⑥⑫⑮⑱
열량(kcal)/단백질(g)	412/16	437/16	421/17	429/15	427/17
일자	23 [월] 숭늉 DAY	24 [화]	25 [수]	26 [목]	27 [금]
오전간식	치즈죽②	녹두죽	율무죽	현미죽	브로콜리죽
점심	백미밥 숭늉 안매운참치김치볶음⑤⑨ 시금치무침 깍두기⑨	수수밥 모둠어묵탕②⑤⑥⑧⑫⑯ 두부표고버섯조림⑤⑥ 단배추나물 깍두기⑨	새우짜장밥 ①②⑤⑥⑨⑩⑮⑯⑱ 유부맑은국⑤ 탕수육②⑤⑥⑩⑯ 배추김치⑨	기장밥 들깨미역국⑤⑥ 채소달걀말이①⑤ 우엉조림⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 아욱국⑤⑥ 간장닭볶음탕⑤⑥⑮ 숙주나물 배추김치⑨
오후간식	동글동글 씨없는 포도 상하목장 유기농 우유②	늙은호박전①⑤⑥ 상하목장 유기농 우유②	새콤한 골드키위★ 상하목장 유기농 우유②	촉촉하고 부드러운 마들렌①②⑤⑥ 상하목장 유기농 우유②	아삭 아삭 사과 상하목장 저당떠먹는요구르트②
열량(kcal)/단백질(g)	443/17	425/15	440/19	454/15	425/15
일자	30 [월]	제철 식재료		식생활 3대 과제	
오전간식	잔멸치죽				
점심	백미밥 팽이미소장국⑤⑥ 돼지고기콩나물불고기 ⑤⑥⑩ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨				
오후간식	새콤달콤 귤 상하목장 유기농 우유②	사과	무	손 씻기	잔반감소 골고루 먹기
열량(kcal)/단백질(g)	410/16	펙틴 : 변비 예방	시니그린 : 감기 예방		

원산지 일괄표시

멥쌀		찹쌀	현미	흑미	콩	쇠고기	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물		
밥/죽	누룽지				두부류	*국내산*	*외국산*				전복	오징어	명태
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	외국산	한우	산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	러시아산

농·축·수산물 가공품

배추김치		*너비아니*		*흰살생선전*	*떡갈비*		*훈제오리*	*참치*	*탕수육*		비엔나소시지	
배추	고춧가루	*닭고기*	*돼지고기*	*명태*	*닭고기*	*돼지고기*	*오리고기*	*다랑어*	*돼지고기*	*닭고기*	돼지고기	닭고기
국내산	국내산	국내산	국내산	러시아산	국내산	국내산	국내산	원양산	국내산	국내산	국내산	국내산

원산지 표시품목(29종)	쌀(밥,죽,누룽지)/배추김치(배추,고춧가루)/콩(두부류,콩비지,콩국수)/쇠고기/돼지고기/닭고기/오리고기/양고기/염소고기/낙지/오징어/꽃게/명태/고등어/갈치/참조기/넙치/조피볼락/참돔/미꾸라지/뱀장어/다랑어/아귀/주꾸미/가리비/우렁쉥이/전복/방어/부세
알레르기 유발식품(22종)	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣 * 아황산류⑬는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물로 대부분의 가공식품에 포함되어 있습니다.

2026년 11월 죽형 식단표

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

* 발행처: 창원시 I 어린이·사회복지급식관리지원센터
* 담 당: 영양팀
* 식재료 수급에 의해 동일식품군&동일조리법으로 변동될 수 있습니다.

3-5세 점심 및 간식

금강어린이집

일자	2 [월] 저탄소 DAY	3 [화]	4 [수]	5 [목]	6 [금]
오전간식	참깨죽	흑미죽	전복죽⑱	양배추죽	김가루죽
점심	백미밥 시래깃국⑤⑥⑨ 안매운마파두부⑤⑥⑩ 브로콜리무침 배추김치⑨	수수밥 버섯맑은국 너비아니구이 ②⑤⑥⑩⑫⑮⑯ 미역줄기당근볶음⑤ 배추김치⑨	크래미채소비빔밥 ①⑤⑥⑧⑫ 콩나물국⑤ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 배추김치⑨	기장밥 물만둣국①②⑤⑥⑨⑩⑯ 스크램블에그&케첩 ①②⑤⑫ 근대나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 잘게썬오징어뭇국⑤⑥⑰ 닭살고구마조림⑤⑥⑮ 부추나물 배추김치⑨
오후간식	시원한 배 상하목장 유기농 우유②	오곡시리얼⑥ 상하목장 유기농 우유②	동글 동글 자른 샤인머스캣 ★ ★우리밀 크래커 (한살림)⑥ 상하목장 유기농 우유②	쌀국수⑯ 상하목장 저당액상요구르트②	아삭 아삭 사과 상하목장 유기농 우유②
열량(kcal)/단백질(g)	663/25	647/25	628/28	687/23	640/29
일자	9 [월]	10 [화] 신메뉴 DAY	11 [수]	12 [목] 숭늉 DAY	13 [금]
오전간식	검은콩무죽⑤	애호박죽	닭가슴살죽⑮	새우죽⑤⑥⑨	땅콩죽④
점심	백미밥 달걀팟국① 부들어묵조림②⑤⑥⑧⑫⑯ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨	수수밥 미역국⑤⑥ 흰살생선전①⑤⑥ ⭐고사리들깨나물⑤⑥ 배추김치⑨	떡갈비볶음밥 ②⑤⑥⑩⑯⑱ 청경채된장국⑤⑥ 마카로니샐러드①⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 숭늉 다진쇠고기연근조림 ⑤⑥⑯ 느타리버섯무침⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 안매운김치찌개⑤⑥⑨ (고춧가루제외)두부양념구이 ⑤⑥ 겨울초나물 깍두기⑨
오후간식	달콤한 메론 상하목장 유기농 우유②	★파리바게트잼모닝빵①②⑤⑥ 상하목장 유기농 우유②	아삭 아삭 사과★ ★해바라기씨(치즈②) 상하목장 유기농 우유②	치즈주먹밥② 상하목장 저당액상요구르트②	길쭉길쭉 바나나 상하목장 유기농 우유②
열량(kcal)/단백질(g)	679/25	679/24	663/22	656/23	646/21
일자	16 [월]	17 [화]	18 [수]	19 [목] 저탄소 DAY	20 [금] ★생일잔치★
오전간식	채소죽⑤⑥	병아리콩죽	누룽지죽	새송이버섯죽	애호박죽
점심	백미밥 배춧국⑤⑥ 훈제오리양파구이②⑤⑥⑯ (고춧가루제외)오이무침 ⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 감자양팟국 돼지고기굴소스볶음 ⑤⑥⑨⑩⑱ 양배추숙쌈&저염쌈장⑤⑥ 깍두기⑨	두부소보로덮밥⑤⑥ 북엇국⑤⑥ 크래미애호박볶음 ①⑤⑥⑧⑫ 배추김치⑨	기장밥 부추된장국⑤⑥ 달걀장조림①⑤⑥ (고춧가루제외)콩나물무침⑤ 배추김치⑨	찹쌀팥밥 미역국⑥⑮ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	탱글탱글 자른 방울 토마토⑫ 상하목장 유기농 우유②	로제스파게티 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ 상하목장 저당액상요구르트②	달달한 단감★ ★우리밀 두부과자 (한살림)⑥ 상하목장 유기농 우유②	찐고구마 상하목장 유기농 우유②	시원한 배 상하목장 유기농우유② ★파리바게트 케이크①②④⑤⑥⑩⑭⑮ ★파파존스불고기피자②⑤⑥⑫⑮⑱
열량(kcal)/단백질(g)	634/25	672/25	648/26	660/23	657/27
일자	23 [월] 숭늉 DAY	24 [화]	25 [수]	26 [목]	27 [금]
오전간식	치즈죽②	녹두죽	율무죽	현미죽	브로콜리죽
점심	백미밥 숭늉 안매운참치김치볶음⑤⑨ 시금치무침 깍두기⑨	수수밥 모둠어묵탕②⑤⑥⑧⑫⑯ 두부표고버섯조림⑤⑥ 단배추나물 깍두기⑨	새우짜장밥 ①②⑤⑥⑨⑩⑮⑯⑱ 유부맑은국①②⑤⑥⑧⑨⑱ 탕수육②⑤⑥⑩⑯ 배추김치⑨	기장밥 들깨미역국⑤⑥ 채소달걀말이①⑤ 우엉조림⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 아욱국⑤⑥ 간장닭볶음탕⑤⑥⑮ 숙주나물 배추김치⑨
오후간식	동글동글 씨없는 포도 상하목장 유기농 우유②	늙은호박전①⑤⑥ 상하목장 유기농 우유②	새콤한 골드키위★ ★피스타치오 (치즈②) 상하목장 유기농 우유②	촉촉하고 부드러운 마들렌①②⑤⑥ 상하목장 유기농 우유②	아삭 아삭 사과 상하목장 저당떠먹는요구르트②
열량(kcal)/단백질(g)	681/27	654/23	676/29	698/23	653/24
일자	30 [월]	제철 식재료		식생활 3대 과제	
오전간식	잔멸치죽				
점심	백미밥 팽이미소장국⑤⑥ 돼지고기콩나물불고기 ⑤⑥⑩ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨				
오후간식	새콤달콤 귤 상하목장 유기농 우유②	사과	무	손 씻기	잔반감소 골고루 먹기
열량(kcal)/단백질(g)	631/24	펙틴 : 변비 예방	시니그린 : 감기 예방		

원산지 일괄표시

멥쌀		찹쌀	현미	흑미	콩	쇠고기	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물		
밥/죽	누룽지				두부류	*국내산*	*외국산*				전복	오징어	명태
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	외국산	한우	산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	러시아산

농·축·수산물 가공품

배추김치		*너비아니*		*흰살생선전*	*떡갈비*		*훈제오리*	*참치*	*탕수육*		비엔나소시지	
배추	고춧가루	*닭고기*	*돼지고기*	*명태*	*닭고기*	*돼지고기*	*오리고기*	*다랑어*	*돼지고기*	*닭고기*	돼지고기	닭고기
국내산	국내산	국내산	국내산	러시아산	국내산	국내산	국내산	원양산	국내산	국내산	국내산	국내산

원산지 표시품목(29종)	쌀(밥,죽,누룽지)/배추김치(배추,고춧가루)/콩(두부류,콩비지,콩국수)/쇠고기/돼지고기/닭고기/오리고기/양고기/염소고기/낙지/오징어/꽃게/명태/고등어/갈치/참조기/넙치/조피볼락/참돔/미꾸라지/뱀장어/다랑어/아귀/주꾸미/가리비/우렁쉥이/전복/방어/부세
알레르기 유발식품(22종)	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣 * 아황산류⑬는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물로 대부분의 가공식품에 포함되어 있습니다.

2026년 테마식단

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

* 발행처: 창원시 I 어린이·사회복지급식관리지원센터
* 담 당: 영양팀

생일 및 견학 식단

구 분	생일식단 (오전간식:과일)					
오전간식	오렌지	자른방울토마토⑫	바나나	바나나	사과	바나나
점심	찹쌀팥밥 닭가슴살미역국⑤⑥⑮ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	찹쌀팥밥 쇠고기미역국⑤⑥⑯ 흰살생선전①⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	찹쌀팥밥 새우살미역국⑤⑥⑨ 돼지불고기⑤⑥⑩ 느타리버섯나물 배추김치⑨	찹쌀팥밥 들깨미역국⑤⑥ 찜닭⑤⑥⑮ 삼색나물⑤⑥ 배추김치⑨	찹쌀팥밥 참치미역국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑯ 무나물 배추김치⑨	찹쌀팥밥 감자미역국⑤⑥ 조기구이⑤⑥ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	케이크①②④⑤⑥⑩⑭⑯ 우유②	케이크①②④⑤⑥⑩⑭⑯ 우유②	케이크①②④⑤⑥⑩⑭⑯ 우유②	케이크①②④⑤⑥⑩⑭⑯ 우유②	케이크①②④⑤⑥⑩⑭⑯ 우유②	케이크①②④⑤⑥⑩⑭⑯ 우유②
열량(kcal)/단백질(g)	1~2세 469/16 3~5세 688/23	1~2세 465/17 3~5세 681/25	1~2세 476/17 3~5세 698/24	1~2세 480/15 3~5세 705/21	1~2세 488/16 3~5세 717/23	1~2세 480/16 3~5세 704/23
원산지 표기 대상	닭고기, 돼지고기	쇠고기, 명태	돼지고기	닭고기	참치(다랑어), 쇠고기	참조기

구 분	생일식단 (오전간식:죽)					
오전간식	애호박죽	닭죽⑮	다진땅콩죽④	장국죽⑤⑥⑯	채소죽	달걀죽①
점심	찹쌀팥밥 닭가슴살미역국⑤⑥⑮ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	찹쌀팥밥 쇠고기미역국⑤⑥⑯ 흰살생선전①⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	찹쌀팥밥 새우살미역국⑤⑥⑨ 돼지불고기⑤⑥⑩ 느타리버섯나물 배추김치⑨	찹쌀팥밥 들깨미역국⑤⑥ 찜닭⑤⑥⑮ 삼색나물⑤⑥ 배추김치⑨	찹쌀팥밥 참치미역국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑯ 무나물 배추김치⑨	찹쌀팥밥 감자미역국⑤⑥ 조기구이⑤⑥ 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	바나나 케이크①②④⑤⑥⑩⑭⑯ 우유②	자른방울토마토⑫ 케이크①②④⑤⑥⑩⑭⑯ 우유②	바나나 케이크①②④⑤⑥⑩⑭⑯ 우유②	바나나 케이크①②④⑤⑥⑩⑭⑯ 우유②	사과 케이크①②④⑤⑥⑩⑭⑯ 우유②	오렌지 케이크①②④⑤⑥⑩⑭⑯ 우유②
열량(kcal)/단백질(g)	1~2세 464/16 3~5세 685/23	1~2세 451/22 3~5세 667/32	1~2세 465/18 3~5세 686/26	1~2세 472/16 3~5세 696/23	1~2세 473/17 3~5세 698/24	1~2세 465/18 3~5세 687/26
원산지 표기 대상	닭고기, 돼지고기	닭고기, 쇠고기, 명태	돼지고기	쇠고기, 닭고기	참치(다랑어), 쇠고기	참조기

구 분	견학(소풍) 식단 (오전간식:과일)					
오전간식	자른방울토마토⑫	자른방울토마토⑫	바나나	바나나	자른씨없는포도	바나나
점심	쇠고기유부초밥 ①②⑤⑥⑧⑨⑯⑱ 비엔나채소볶음 ①②⑤⑥⑧⑩⑫⑮⑯ 깍두기⑨	달걀채소볶음밥①⑤ 자른미트볼조림 ①②⑤⑥⑩⑮⑯ 배추김치⑨	베이컨채소주먹밥①②⑤⑩ 자른불어묵조림 ②⑤⑥⑧⑫⑯ 배추김치⑨	김밥①⑤⑥⑧ 동그랑땡전 ①②⑤⑥⑩⑮⑯⑱ 깍두기⑨	채소주먹밥⑤ 치킨너겟①②⑤⑥⑫⑮⑯ 배추김치⑨	후리가케주먹밥 ①②⑤⑥⑮⑯⑱ 미니돈까스&케첩 ②⑤⑥⑩⑫⑮⑯ 배추김치⑨
오후간식	찐감자 우유②	카스텔라①②⑤⑥ 우유②	어린이약과⑤⑥ 우유②	찐고구마 우유②	롤빵①②⑤⑥ 우유②	잼모닝빵①②⑤⑥ 우유②
열량(kcal)/단백질(g)	1~2세 420/16 3~5세 646/24	1~2세 460/17 3~5세 674/25	1~2세 424/11 3~5세 652/17	1~2세 442/15 3~5세 645/21	1~2세 454/14 3~5세 665/20	1~2세 435/15 3~5세 635/21
원산지 표기 대상	쇠고기, 비엔나소시지 (돼지고기, 닭고기)	미트볼(돼지고기, 닭고기)	베이컨(돼지고기)	동그랑땡(돼지고기, 닭고기)	치킨너겟(닭고기)	돈까스(돼지고기, 닭고기)

구 분	견학(소풍) 식단 (오전간식:죽)					
오전간식	채소죽	검정깨죽	검은콩죽⑤	누룽지죽	쇠고기죽⑯	연두부죽⑤
점심	쇠고기유부초밥 ①②⑤⑥⑧⑨⑯⑱ 비엔나채소볶음 ①②⑤⑥⑧⑩⑫⑮⑯ 깍두기⑨	달걀채소볶음밥①⑤ 자른미트볼조림 ①②⑤⑥⑩⑮⑯ 배추김치⑨	베이컨채소주먹밥①②⑤⑩ 자른불어묵조림 ②⑤⑥⑧⑫⑯ 배추김치⑨	김밥①⑤⑥⑧ 동그랑땡전 ①②⑤⑥⑩⑮⑯⑱ 깍두기⑨	채소주먹밥⑤ 치킨너겟①②⑤⑥⑫⑮⑯ 배추김치⑨	후리가케주먹밥 ①②⑤⑥⑮⑯⑱ 미니돈까스&케첩 ②⑤⑥⑩⑫⑮⑯ 배추김치⑨
오후간식	자른방울토마토⑫ 우유②	자른방울토마토⑫ 우유②	바나나 우유②	찐고구마 우유②	핑거스틱빵①②⑤⑥ 우유②	잼모닝빵①②⑤⑥ 우유②
열량(kcal)/단백질(g)	1~2세 446/16 3~5세 652/22	1~2세 438/17 3~5세 640/25	1~2세 446/15 3~5세 652/22	1~2세 455/15 3~5세 667/22	1~2세 462/15 3~5세 676/21	1~2세 453/16 3~5세 664/24
원산지 표기 대상	쇠고기, 비엔나소시지 (돼지고기, 닭고기)	미트볼(돼지고기, 닭고기)	베이컨(돼지고기)	동그랑땡(돼지고기, 닭고기)	치킨너겟(닭고기)	돈까스(돼지고기, 닭고기)

▶ 본 테마식단은 **'생일 및 견학 식단'**으로 구성하고자 할 때 어린이 급식소에서 활용하는 식단입니다.

▶ 식단 활용법
① 식단 세트(오전간식-점심-오후간식) 선택 후 희망하는 날짜에 그대로 기입해요.
② 메뉴명 옆에 있는 알레르기 번호도 모두 기입해주세요.
③ 열량/단백질 기입 : 연령에 맞는 열량/단백질 값을 식단표에 기입해요.
④ 원산지 표기 대상을 확인한 후, 원산지 표시란에 원산지를 기입해주세요.

▶ 테마식단 활용 시 주의점!
① 식단 감수는 불필요해요.
② 구성된 식단 세트를 임의로 변경하여 사용하는 것은 지양해주세요.
③ 알레르기 정보가 누락되거나 잘못 기재되지 않도록 주의해요.
④ 주간 단위로 동일 과일이 제공되지는 않는지 확인해주세요.