



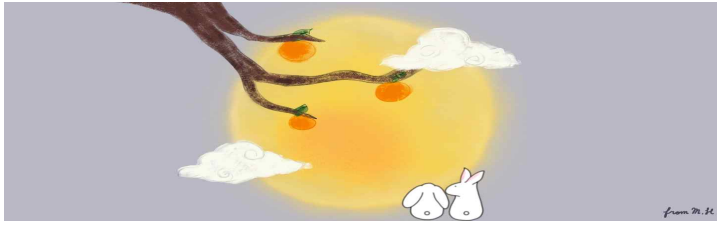
2025년 10월

죽형 식단표

김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터
작성자 : 영양팀 / 발행일 : 2025. 9. 15.

만 1-2세 점심 및 간식

베이비랜드어린이집

일자	식단 안내 [식단안내서 별첨]		1 [수]	2 [목]	3 [금] 개천절
오전간식			황태채소죽	누룽지죽	
점심	▶ 김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터 식단은 2020 한국인 영양소 섭취기준을 고려하여 영양사가 작성한 식단입니다. ▶ 영양소 파괴를 최소화한 간식(자연식품) 앞에는 표시를 하였습니다. ▶ ★표시는 신메뉴, ☆표시는 다문화메뉴, *표시는 저염 실천의 날입니다. ▶ 조리지시서의 조리방법, 식재료 양을 참고해주세요. ▶ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 가공식품에 포함되어 있습니다.		쇠고기무밥&양념장 ⑤⑥⑩ 실파맑은국⑤⑥ 도토리묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 조갯살탕국⑤⑥⑩ 동그랑땡전 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 삼색나물⑤ (콩나물,애호박,표고버섯) 깍두기⑨	
오후간식			사과 우유②	찐감자 우유②	
에너지(kcal)/단백질(g)			413/15	416/14	
일자	6 [월] 추석	7 [화] 추석	8 [수] 대체공휴일	9 [목] 한글날	10 [금] 생일식단
오전간식					단호박죽
점심					찹쌀팔밥 조갯살미역국탕⑤⑥⑩ 쇠고기볶음⑤⑥⑩⑫ 느타리버섯나물⑤⑥ 김치⑨
오후간식					사과 케이크①②⑥/우유②
에너지(kcal)/단백질(g)					466/14
일자	13 [월]	14 [화] 탄소중립	15 [수]	16 [목] 다문화메뉴	17 [금]
오전간식	참치채소죽	브로콜리죽	채소죽	오트밀죽②	흑임자죽
점심	백미밥 시금치된장국⑤⑥ 당근달걀말이①⑤ 깻잎나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 들깨미역국⑤⑥ 간장두부조림⑤⑥ 연근무침⑤⑥ 깍두기⑨	쇠고기카레라이스 ⑤⑥⑩ 복쌈국⑤⑥ 파프리카샐러드①⑤ 배추김치⑨	기장밥 아욱국⑤⑥ ★궁바오지딩④⑤⑥ (닭고기땅콩양파볶음) 팽이버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 콩나물국⑤ 동태살전①⑤⑥ 오이새콤무침 배추김치⑨
오후간식	귤 액상요거트②	꿀호떡①②⑤⑥ 우유②	물만두⑤⑥⑩ 우유②	찐단호박 우유②	단감 우유②
에너지(kcal)/단백질(g)	432/19	458/12	494/17	423/15	449/17
일자	20 [월]	21 [화]	22 [수]	23 [목] 탄소중립	24 [금]
오전간식	타락죽②	당근죽	감자죽	참깨죽	애호박죽
점심	백미밥 시래기국⑤⑥ 부추달걀찜① 잔멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 유부맑은국⑤ 돼지고기수육⑩ 상추겉절이 깍두기⑨	오징어채소볶음밥 ⑤⑥⑦ 무채국⑤⑥ 떡갈비조림⑤⑥⑩ 배추김치⑨	기장밥 근대된장국⑤⑥ 두부구이&양념장⑤⑥ 숙주나물 깍두기⑨	백미밥 새우맑은국⑨ 닭고기크림소스조림②⑤ 취나물무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	배 우유②	밤식빵①②④ 우유②	미니우동⑤⑥ 우유②	바나나요거트범벅②	샤인머스켓 우유②
에너지(kcal)/단백질(g)	413/17	475/18	449/22	424/17	449/22
일자	27 [월] 신메뉴	28 [화]	29 [수]	30 [목]	31 [금]
오전간식	청경채죽	옥수수죽②	영양닭죽⑤	병아리콩죽⑤	아욱죽
점심	백미밥 들깨채소국⑤⑥ 쇠고기굴소스볶음⑤⑥⑩ 양상추샐러드& 오리엔탈드레싱⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 두부된장국⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ 새송이버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	짜장면밥⑤⑥⑩ 가쓰오우동장국⑤⑥ 우영조림⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 미역국⑤⑥ 매추리알케첩조림 ①⑤⑥⑫ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 물만두국⑤⑥⑩ 삼치구이⑤ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨
오후간식	★어묵배추채전⑤⑥ 우유②	김가루주먹밥⑤⑥ 우유②	사과 우유②	찐고구마 우유②	귤 액상요거트②
에너지(kcal)/단백질(g)	455/16	445/19	414/16	473/14	419/17

원산지 일괄표시																	
쌀		콩		배추김치		쇠고기(국내산)		쇠고기(수입산)		돼지고기		닭고기		오리고기		수산물	
밥/죽	누룽지	두부류	콩국수	콩비지	배추	고춧가루	국용	볶음	국용	볶음	돼지고기	닭고기	오리고기	명태	오징어		
국내산	국내산산	국내산산	산	산	국내산	국내산	한우	한우	산	산	국내산	국내산	국내산	러시아산	원양산		산
농축산물·수산물 가공품																	
누룽지죽	동그랑땡전			참치채소죽		동태살전		떡갈비조림		가쓰오우동장국							
쌀	돼지고기		참고		다량어		명태		쇠고기		돼지고기		참고		다량어		
국내산	국내산		산		원양산		러시아산		국내호주산		국내산		산		원양산		
원산지 표시 품목(29종)	쌀(밥,죽,누룽지)/배추김치(배추,고춧가루)/콩(두부류,콩비지,콩국수)/쇠고기/돼지고기/닭고기/오리고기/양고기/염소고기/낙지/오징어/굴/명태/고등어/갈치/참조기/넙치/조파볼락/참돔/미꾸라지/맹장어/다랑어/아귀/주꾸미/가리비/우렁이/전복/방어/부세 * 쇠고기는 국내산일 경우, 식육의 종류까지 별도 기입해야 합니다. ex) 국내산 육우																
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 * 특정 식품에 알레르기가 있는 어린이는 사전에 선생님께 꼭 알려주세요.																
원산지·작성·유해성	쌀에는 흑미, 찰쌀, 현미 및 전쌀 포함 / 배추류는 봄동, 열갈이 등을 포함 / 가공품 작성 시 표시사항 원산지를 확인하고 원산지 표시 품목에 한해 작성할 것																

