

2026년도 6월 아모레퍼시픽 어린이집 식단표

삼성웰스토리 영양사: 김유나
yuna0582.kim@samsung.com

채소스틱(당근, 브로컬리or오이, 파프리카, 고구마or컬리플라워, 방울토마토) : 꽃잎, 풀잎, 열매, 나무반 (화, 즉 점심) 제공하고 있습니다.

일자	6/1(월)	6/2(화)	6/3(수)	6/4(목)	6/5(금)
오전간식	유산균 UP! 🍌 코코망고요거트②	만두치즈주먹밥⑤⑥⑩		어린이치즈샌드위치②⑤⑥ &유기농주스②	크래미치즈죽⑤⑥
점심	삼색나물비빔밥⑤⑥ 베이비정국장⑤⑥ 수제두부스테이크③⑤⑩ (돈육:국산) 표고버섯볶음⑤⑥ 백색단무지	백미밥 아기상어어묵국⑤⑥⑩ 훈제오리채소찜⑤⑥ (오리:국산) 참쌀김부각⑤⑥ 배추된장무침⑤⑥	2026 지방선거일	잡곡밥 소고기된장국수⑤⑥⑩ (우육:국내산한우) 가지미강정⑤⑥ 브로콜리두부무침⑤⑥ 과일샐러드②	생일DAY 🎉 옥수수밥 황태미역국⑤⑥⑩ 당면소불고기③⑤⑥⑩ (우육:국내산한우) 부추계란말이①③⑤⑥ 백김치
오후간식	🦋 과일(파인애플)	아이스멜론경단(2,3세) 쌀카스테라(1세)⑤⑥ &우형생제원우유②		🍉 수박오미자화채	과일(바나나) &딸요거트②
저녁	수수밥 시래기된장국⑤⑥ 콩나물돼지불고기③⑤⑩ (돈육:국산) 크래미채소볶음①③⑤⑥ 백김치	잡곡밥 도토리묵냉국⑤⑥ 닭다리살담면찜⑤⑥⑩ (계육:국산) 미역줄기볶음⑤⑥ 동치미		백미밥 수육곰탕⑤⑥⑩ (돈육:국산) 참치두부조림⑤⑥ 연근조림⑤⑥ 나박김치	잡곡밥 눈사람떡국①③⑤⑥ 오징어채소볶음⑤⑥⑩ (오징어:국산) 유기농핑크퐁키즈김②⑤ 가지나물무침⑤⑥
일자	6/8(월)	6/9(화)	6/10(수)	6/11(목)	6/12(금)
오전간식	통곡물&코코시리얼⑤⑥ &어린이원우유②	치즈계란주먹밥①⑤⑥ (김치치즈계란주먹밥)	치즈어묵구이⑤⑥ &마시는유산균(락토핏)②	소고기미니김밥⑤⑥⑩ (우육:국내산한우)	구운계란① &유기농식혜
점심	잡채덮밥⑤⑥⑩ (돈육:국산) 계란팻국①③⑤⑥ 유린기⑤⑥⑩ (치킨가스-계육:국산) 과일요거트무침② 단무지	백미밥 삼계육사발⑤⑥⑩⑫ (계육:국산) 소고기메추리알장조림①③⑤⑥⑩ (우육:국내산한우) 검은콩조림⑤⑥ 백김치	쌀국수곰탕⑫ (우육:국내산한우) 미니돌자반양념밥⑤⑥ 연어스테이크&타르소스①③⑤⑥ 감자샐러드⑤⑥ 오미자피클	백미밥 들깨수제비⑤⑥ 닭다리살파인스테이크⑤⑥⑩ (계육:국산) 사각어묵볶음⑤⑥ 사과나박김치	잡곡밥 불낙전골⑤⑥⑩ (우육:국내산한우, 낙지:베트남산) 육즙탕도그랑명⑤⑥⑩ (통구리명-돈육:국산) 콩나물무침⑤⑥ 동치미
오후간식	과일(수박)	🍌 모닝빵피자①③⑤⑥⑩ &유기농우유②	과일(사과)	바이오토폰요거트②	과일(골드키위) &사과요구르트②
저녁	잡곡밥 조개살된장국⑤⑥ 차돌박이채소찜⑤⑥⑩ (우육:국내산한우) 도토리묵무침⑤⑥ 나박김치	양식 DAY 새우멸치김가루밥⑤⑥⑩ 피자치즈볼카츠⑤⑥⑩ (볼카츠-돈육:국산) 바질페스토샐러드⑤⑥ 파프리카콘치즈② 오렌지주스	백미밥 동태맑은탕⑤⑥ (동태:국산) 콩고기채소볶음⑤⑥ 가지무침⑤⑥ 백김치	잡곡밥 오징어콩나물국⑤⑥⑩ (오징어:국산) 날치표고계란찜①③⑤⑥ 진미채볶음⑤⑥⑩ (진미채-오징어:페루산) 동치미	차조밥 삼색용심이감자국⑤⑥ 돼지양념갈비⑤⑥⑩ (돈육:국산) 새송이버섯볶음⑤⑥ 백나박김치
일자	6/15(월)	6/16(화)	6/17(수)	6/18(목)	6/19(금)
오전간식	유산균 UP! 🍌 통귀리그레놀라⑤ &딸기요거트②	수박주먹밥⑤⑥	우리밀향도그⑤⑥⑩ &유기농요구르트②	한우미역국밥 (우육:국내산한우)	♥ 단오날 ♥ 꿀절편구이 &오미자주스
점심	백미밥 오색계란떡국①③⑤⑥ 수육채소무침⑤⑥⑩ (돈육:국산) 건새우볶음⑤⑥⑩⑫ 과일요거트샐러드	새우크림카레덮밥②⑤⑥⑩ 시금치미소국⑤⑥ 가지탕수⑤⑥ 계란사라다② 단무지	옥수수밥 녹두삼계탕⑤⑥⑩ (계육:국산) 오징어김치전⑤⑥⑩⑫ (오징어:국산) 감자채볶음⑤⑥ 백나박김치	☀️ 재첩대우 유부양념밥⑤⑥ 동치미물냉면⑤⑥ 크래미명이버섯전①③⑤⑥⑩ 청포묵채소무침⑤⑥ 미니꿀수박	계란치즈밥①②③⑤⑥ 건새우된장국⑤⑥⑩ 매쉬포테이토함박⑤⑥⑩ (함박스테이크-돈육:국산) 청경채나물무침⑤⑥ 오미자피클
오후간식	과일(메론)	과일(바나나) &검은콩두유③	단호박치즈범벅①②⑤⑥ &베이글찜⑤⑥	과일(오렌지) &짜먹는요거트②	🍌 베이비고추잡채&꽃빵⑤⑥⑩ (돈육:국산)
저녁	잡곡밥 아귀맑은국⑤⑥ (아귀:국산) 한입떡갈비구이⑤⑥⑩ (떡갈비-돈육:국산) 애호박볶음⑤⑥ 백김치	수수밥 베이비정국장⑤⑥ 부추닭다리살무침⑤⑥⑩ (계육:국산) 어린이핑크퐁키즈김⑤⑥ 오이나물무침⑤⑥	양식 DAY 깍두기소시지양념밥⑤⑥⑩ (소시지-돈육:국산) 참스테이크⑤⑥⑩ (우육:국내산한우) 떡먹는스파게티⑤⑥ 생오이피클 유기농요구르트②	백미밥 삼색수제비국⑤⑥ 훈제오리구이&머스타드⑤⑥ (오리:국산) 시래기나물무침⑤⑥ 백김치	잡곡밥 굴림만둣국⑤⑥⑩ 삼치데리아끼구이⑤⑥ 참쌀김부각⑤⑥ 숙주나물무침⑤⑥
일자	6/22(월)	6/23(화)	6/24(수)	6/25(목)	6/26(금)
오전간식	계란감자사라다①②③⑤⑥ &꿀사과차	샤브계란죽⑤⑥⑩ (우육:국내산한우)	볼루베리아몬드시리얼⑤⑥ &어린이원우유②	볶음김치유부초밥①③⑤⑥⑩	우리밀갈뽕머핀②③④⑤⑥ &어린이원우유②
점심	잡곡밥 바지락순두부국⑤⑥ 돈육김치볶음⑤⑥⑩ (돈육:국산) 명품우영조림④⑤⑥ 시금치김무침⑤⑥	새우팻타이④⑤⑥⑩ 계란부추국⑤⑥ 갈릭파인양념밥⑤⑥ 생선가스&콘타르타르⑤⑥ 백색단무지	백미밥 만두계란국②⑤⑥ 콩나물잡채⑤⑥⑩ (돈육:국산) 멸치아몬드볶음⑤⑥ 사과나박김치	소고기콩나물밥⑤⑥⑩ (우육:국내산한우) 김자맑은국⑤⑥ 매추리알곤약조림①③⑤⑥ 시금치나물무침⑤⑥ 오미자피클	면역력UP! 🍌 잡곡밥 한우갈비탕⑤⑥⑩ (우육:국내산한우) 브로콜리새우전⑤⑥⑩ 느타리버섯볶음⑤⑥ 동치미
오후간식	과일(배)	🍌 카스테라고구마편②⑤⑥ &어린이원우유②	과일(골토마토)	과일(샤인머스켓) &리코타치즈②	스트링치즈② &딸기바나나요거트무디②
저녁	잡곡밥 오징어묵국⑤⑥⑩ (오징어:국산) 소고기곰탕떡볶이⑤⑥⑩ (우육:국내산한우) 오이무침⑤⑥ 백김치	차조밥 베이비돼지국밥⑤⑥⑩ (돈육:국산) 참치김치볶음⑤⑥ 연근조림⑤⑥ 동치미	백미밥 김치두부국⑤⑥ 돈육용심이조림⑤⑥⑩ (돈육:국산) 참쌀김부각⑤⑥ 알배기된장무침⑤⑥	양식 DAY 파인애플불고기피자②③⑤⑥⑩ 채소자반양념밥⑤⑥ 갈릭새우스파게티⑤⑥⑩ 고구마샐러드①⑤ &유기농주스	백미밥 낙지연포탕⑤⑥ (낙지:베트남산) 우유치즈계란찜①② 김쪽파무침⑤⑥ 동치미
일자	6/29(월)	6/30(화)			
오전간식	콘치즈토스트②⑤⑥ &유기농우유②	오징어콩나물국밥 (오징어:국산)			
점심	백미밥 눈사람계란떡국①③⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ (돈육:국산) 건새우볶음⑤⑥⑩ 들기름김치볶음	잡곡밥 꽃게된장국⑤⑥⑩ (국물용 꽃게:국산) 소고기장조림⑤⑥⑩ (우육:국내산한우) 크래미채소볶음①③⑤⑥ 사과파인샐러드			
오후간식	과일(청포도)	과일(복숭아) &딸플레이크두유②③			
저녁	잡곡밥 사태감자탕⑤⑥⑩ (돈육:국산) 고등어오븐구이⑤⑥ (고등어:국산) 돌자반볶음⑤⑥ 숙주나물무침⑤⑥	백미밥 들깨미역국⑤⑥ 쪽파계란말이①③⑤⑥ 진미채볶음⑤⑥⑩ (진미채-오징어:페루산) 나박김치			

밥/죽/누룽지(쌀, 찰쌀, 현미, 흑미):국내산 / 김치류 - 배추:국내산, 고춧가루:국내산 / 두부/연두부/순두부-콩:국내산, 비지/두부면-콩:외국산
참치캔-가다랑어:원양산 / 훈다랑어가스오부시, 하나가스오, 가스오부시-가다랑어:인도네시아산

※ 우리 어린이집에서는 상시로 보리차, 옥수수차 등을 제공하고 있습니다.

※ 원산지 및 메뉴는 식자재 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

※ 알러지(Allergy) 및 영양성분이 포함된 월간 메뉴표는 가정으로 공지되었으며, 본 주간메뉴표는 주간 게시용으로 알러지(Allergy) 및 영양성분 표기를 생략합니다.

※ 특정 식품에 알러지(Allergy)가 있는 영유아는 그날의 식단을 미리 확인하여 주의하여 주시기 바랍니다.
 (①난류(가금류 포함), ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧계, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯쇠고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑳잣 (아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.)

6월 아모레퍼시픽 어린이집 영양정보

● 만1~2세 열량(Kcal) 및 단백질(g) 함량[일 권장섭취량: 900Kcal/20g]

삼성웰스토리 영양사:김유나
yuna0582.kim@samsung.com

일자	6/1(월)		6/2(화)		6/3(수)		6/4(목)		6/5(금)	
오전간식/점심/오후간식	573Kcal	11.2g	578Kcal	11.3g	2026 지방선거일		587Kcal	10.8g	581Kcal	11.4g
저녁	263Kcal	8.3g	262Kcal	7.8g			271Kcal	8.1g	267Kcal	7.9g
일자	6/8(월)		6/9(화)		6/10(수)		6/11(목)		6/12(금)	
오전간식/점심/오후간식	588Kcal	12g	583Kcal	12.6g	588Kcal	13.3g	589Kcal	10.7g	583Kcal	11.3g
저녁	265Kcal	8.1g	276Kcal	8.2g	271Kcal	8.8g	269Kcal	7.8g	265Kcal	7.7g
일자	6/15(월)		6/16(화)		6/17(수)		6/18(목)		6/19(금)	
오전간식/점심/오후간식	576Kcal	10.8g	588Kcal	10.9g	586Kcal	11.6g	581Kcal	10.6g	584Kcal	12.6g
저녁	268Kcal	8.3g	273Kcal	7.7g	283Kcal	9g	264Kcal	7.9g	261Kcal	7.8g
일자	6/22(월)		6/23(화)		6/24(수)		6/25(목)		6/26(금)	
오전간식/점심/오후간식	582Kcal	13.1g	588Kcal	11.3g	583Kcal	11.2g	583Kcal	10.8g	586Kcal	11.7g
저녁	268Kcal	8.3g	277Kcal	9g	272Kcal	8.8g	280Kcal	10.4g	273Kcal	8.9g
일자	6/29(월)		6/30(화)		7/1(수)		7/2(목)		7/3(금)	
오전간식/점심/오후간식	585Kcal	13.4g	578Kcal	11.6g						
저녁	273Kcal	8.3g	272Kcal	8.2g						

● 만 3~5세 열량(Kcal) 및 단백질(g) 함량[일 권장섭취량: 1,400Kcal/25g]

일자	6/1(월)		6/2(화)		6/3(수)		6/4(목)		6/5(금)	
오전간식/점심/오후간식	917Kcal	13.44g	925Kcal	13.56g	2026 지방선거일		704.4g	12.96g	930Kcal	13.68g
저녁	421Kcal	9.96g	419Kcal	9.36g			325.2g	9.72g	427Kcal	9.48g
일자	6/8(월)		6/9(화)		6/10(수)		6/11(목)		6/12(금)	
오전간식/점심/오후간식	941Kcal	14.4g	933Kcal	15.12g	941Kcal	15.96g	942Kcal	12.84g	933Kcal	13.56g
저녁	424Kcal	9.72g	442Kcal	9.84g	434Kcal	10.56g	430Kcal	9.36g	424Kcal	9.24g
일자	6/15(월)		6/16(화)		6/17(수)		6/18(목)		6/19(금)	
오전간식/점심/오후간식	922Kcal	12.96g	941Kcal	13.08g	938Kcal	13.92g	930Kcal	12.72g	934Kcal	15.12g
저녁	429Kcal	9.96g	437Kcal	9.24g	453Kcal	10.8g	422Kcal	9.48g	418Kcal	9.36g
일자	6/22(월)		6/23(화)		6/24(수)		6/25(목)		6/26(금)	
오전간식/점심/오후간식	931Kcal	15.72g	941Kcal	13.56g	933Kcal	13.44g	933Kcal	12.96g	938Kcal	14.04g
저녁	429Kcal	9.96g	443Kcal	10.8g	435Kcal	10.56g	448Kcal	12.48g	437Kcal	10.68g
일자	6/29(월)		6/30(화)		7/1(수)		7/2(목)		7/3(금)	
오전간식/점심/오후간식	936Kcal	16.08g	925Kcal	13.92g						
저녁	437Kcal	9.96g	435Kcal	9.84g						