

일 자		1(화)	2(수)	3(목)	4(금)	5(토)
오전간식		으깬과일(사과)	으깬과일(바나나)	으깬과일(배)	으깬과일(사과)	으깬과일(바나나)
점 심		소고기애호박무른밥 ⑬	닭가슴살단호박무른밥 ⑮	두부당근무른밥⑤	소고기청경채무른밥 ⑮	닭가슴살양파무른밥 ⑮
오후간식		찐감자/보리차	아기떡빵/보리차	아기두유⑤	아기치즈②	아기요구르트②
열량(kcal)/단백질(g)		166/5	170/7	177/6	174/7	177/6
일 자	7(월)	8(화)	9(수)	10(목)	11(금)	12(토)
오전간식	으깬과일(배)	으깬과일(바나나)	으깬과일(사과)	으깬과일(바나나)	으깬과일(배)	으깬과일(사과)
점 심	달걀노른자당근무른밥 ①	닭가슴살무른밥⑮	두부브로콜리무른밥 ⑤	달걀노른자감자무른밥 ①	두부미역무른밥⑤	달걀노른자수수무른밥 ①
오후간식	아기떡빵/보리차	찐고구마/보리차	아기치즈②	플레인요구르트②	모닝빵①②⑤⑥ /보리차	소면⑥/보리차
열량(kcal)/단백질(g)	187/5	152/6	149/5	211/7	174/5	168/5
일 자	14(월)	15(화)	16(수)	17(목)	18(금)	19(토)
오전간식	으깬과일(바나나)	으깬과일(사과)	으깬과일(배)	으깬과일(사과)	으깬과일(바나나)	으깬과일(배)
점 심	연두부오이무른밥⑤	소고기수수무른밥⑮	달걀노른자양파무른밥 ①	소고기양배추무른밥 ⑮	순두부애호박무른밥 ⑤	소고기당근무른밥⑮
오후간식	아기두유⑤	찐감자/보리차	우동면⑥/보리차	아기떡빵/보리차	찐단호박/보리차	아기요구르트②
열량(kcal)/단백질(g)	179/6	151/6	171/5	186/6	129/3	192/6
일 자	21(월)	22(화)	23(수)	24(목)	25(금)	26(토)
오전간식	으깬과일(사과)	으깬과일(바나나)	으깬과일(배)			
점 심	두부양파무른밥⑤	닭가슴살미역무른밥 ⑮	소고기배추무른밥⑮			
오후간식	아기치즈②	찐고구마/보리차	플레인요구르트②			
열량(kcal)/단백질(g)	148/5	151/6	179/7			
일 자	28(월)	29(화)	30(수)	[12개월 이전 제한 식품] ▶ 과일류 : 귤, 오렌지, 복숭아, 토마토, 딸기, 키위, 레몬, 파인애플, 망고, 단감 ▶ 유제품 : 생우유, 생크림, 연유, 액상요구르트 ▶ 어육류 : 돼지고기, 등푸른생선, 달걀흰자, 갑각류 ▶ 기타 : 가공식품, 견과류 ▶ 발행처 : 영양기획팀 (문의 02-6925-1839) ▶ 발급일 : 2026.8.20.		
오전간식	으깬과일(바나나)	으깬과일(배)	으깬과일(사과)			
점 심	달걀노른자청경채무른밥①	소고기연근무른밥⑮	달걀노른자오이무른밥 ①			
오후간식	식빵①②⑤⑥ /보리차	찐단호박/보리차	아기두유⑤			
열량(kcal)/단백질(g)	212/6	159/5	212/7			
안내사항	※ 식재료 수급에 따른 식재료 변경 시, 반드시 식단 안내문(1P)을 참고하여 제공 가능한 식재료로 제공합니다. ※ 소금, 설탕, 간장 등 조미료는 이유식 종료 때까지 사용하지 않습니다.					표준조리법
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 ※ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.					
원산지 표 시	쌀(밥)		콩		소고기	
	백미(국내산)		두부(국내산) 연두부(국내산) 순두부(국내산)		국내산 [한우] *국내산 해당	
						닭고기
						국내산

일 자		1(화)	2(수) 푸드브릿지Day	3(목)	4(금)	5(토)
오전간식		미역죽 ⑤⑥	바나나	키위	사과	(천도)복숭아⑪
점 심	발행일 : 2026.8.20. 발행처 : 영양기획팀	수수밥 ✓소고기미나리국⑩ 들기름두부구이⑤ 애호박나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	달걀숙주볶음밥⑤⑥⑩ 근대된장국⑤⑥ 소시지채소볶음 ⑤⑥⑩⑫⑬ ✓배추김치⑨	백미밥 들깨두부탕⑤ 훈제오리구이 ✓고사리나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	기장밥 아욱맑은국 소불고기⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ ✓배추김치⑨	✓닭칼국수⑥⑩ 추가쌀밥 ✓배추김치⑨
오후간식		찐감자/우유②	단호박크림스파게티 ②⑥/엑상요구르트②	핫도그①②⑤⑥⑩ /우유②	소보로빵①②④⑤⑥ /우유②	우유②
열량(kcal)/단백질(g)		445/16	456/20	452/21	419/18	417/20
일 자	7(월)생일축하	8(화)	9(수)	10(목)가동Day	11(금)	12(토)
오전간식	멜론	✓소고기피망죽⑩	시리얼/우유②	당근스틱 /떠먹는요구르트②	배	굴
점 심	백미밥 ✓북어미역국⑤⑥ 함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑬ 마카로니샐러드①⑤⑥ ✓깍두기⑨	기장밥 무채국⑤⑥ 순살간장닭갈비 ⑤⑥⑬ 깻잎순복음⑤⑥ ✓배추김치⑨	돈육카레라이스 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 브로콜리숙회 +케첩①②⑤⑥⑫ ✓버섯나물⑤⑥ ✓배추김치⑨	백미밥 소고기대파국⑩ 달걀장조림①⑤⑥ 취나물들기름볶음⑤⑥ ✓깍두기⑨	수수밥 맑은미역국⑤⑥ 돼지고기수육⑩ ✓상추부추무침⑤⑥ ✓배추김치⑨	오므라이스 ①②⑤⑥⑫⑬ 실파장국⑤⑥ ✓깍두기⑨
오후간식	케이크①②⑤⑥⑩ /우유②	찐고구마/우유②	✓우영주먹밥⑤⑥ /보리차	감자크림스프②	모닝빵①②⑤⑥ /우유②	우유②
열량(kcal)/단백질(g)	457/19	454/21	438/20	395/14	395/18	356/13
일 자	14(월)상경Day1	15(화)	16(수)	17(목)	18(금) 푸드브릿지Day	19(토)
오전간식	바나나/우유②	누룽지죽	미숫가루⑤/우유②	토마토⑫/치즈②	✓자른사인머스켓	키위
점 심	흑미밥 아기닭개장[0.4%] ⑤⑥⑬ 연두부+양념장⑤⑥ 얼갈이나물⑤⑥ ✓오이초무침	백미밥 물만둣국 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑮ 소고기꼭창 ①②⑤⑥⑫⑬ 숙갓사과무침 ✓배추김치⑨	✓달걀열무볶음밥①⑤ ✓어묵국⑤⑥ 숙주나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	수수밥 애호박된장국⑤⑥ ✓돈가스①⑤⑥⑩ +소스⑤⑥⑫⑬ 양배추코울슬로①⑤ ✓깍두기⑨	기장밥 순두부백탕⑤ 단호박치즈달걀찜 ①② ✓콩나물무침⑤⑥ ✓배추김치⑨	소고기채소볶음밥 ⑤⑥⑬ 청경채맑은국 ✓배추김치⑨
오후간식	참나물전①⑤⑥ /보리차	찐감자 /엑상요구르트②	볶음우동⑤⑥⑮ /보리차	수제비⑥	밤식빵①②⑤⑥ /우유②	우유②
열량(kcal)/단백질(g)	398/13	441/14	392/16	441/20	396/16	376/16
일 자	21(월)	22(화)	23(수)	24(목)	25(금)	26(토)
오전간식	사과	✓달걀부추죽①⑤⑥	배/떠먹는요구르트②			
점 심	백미밥 두부된장국⑤⑥ 임연수구이⑤⑥ 근대나물⑤⑥ ✓배추김치⑨	흑미밥 ✓버섯미역국⑤⑥ 간장찜닭⑤⑥⑬ ✓도라지나물⑤⑥ ✓깍두기⑨	소고기가지밥+양념장 ⑤⑥⑮ ✓배추당면국 ✓새우미나리전①⑤⑥⑨ ✓깍두기⑨			
오후간식	유과①②⑤⑥/우유②	찐고구마/우유②	삶은달걀①/식혜			
열량(kcal)/단백질(g)	443/17	458/21	421/20			
일 자	28(월)	29(화) 열린어린이집	30(수)	 이달의 푸드브릿지 단호박 		
오전간식	키위	✓모듬버섯죽	칼슘두유⑤			
점 심	백미밥 청경채된장국⑤⑥ 훈제오리양배추볶음⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ ✓깍두기⑨	기장밥 ✓콩나물국⑤ ✓돈육연근조림⑤⑥⑩ 가지된장볶음①⑤⑥ ✓배추김치⑨	두부굴소스덮밥⑤⑥⑮ 달걀파국① ✓오이무침⑤⑥ ✓깍두기⑨			
오후간식	잼샌드위치①②⑤⑥ /우유②	찐단호박/우유②	후리가케주먹밥⑤ /보리차			
열량(kcal)/단백질(g)	413/16	417/18	399/14			
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④팥콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ① ~ ⑱은 알레르기 유발 식품으로 유아에게 알레르기 반응을 일으킬 수 있으므로 주의하시기 바랍니다. 해당 식품의 자세한 알레르기 유발식품 표는 동대문구센터 식당 중 '알레르기'에서 확인하시기 바랍니다. ✓ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.					
식단사용 안내	※ 본 어린이집은 '동대문구 어린이 급식지원센터' 공동관리 영양사에 의해 작성된 식단표를 공급 받아 사용합니다. ※ 본 어린이집은 '돌무늬'에서 운영하는 '푸드머스'·서울 공공급식에서 식자재를 공동구매 하고 있습니다. ※ 본 어린이집은 빵은 '파리바게트', 떡은 '복시루', 과일은 '제일과일' (사과,배,귤,감,바나나,파인애플 등), 우유는 '우리아이 고칼슘 우유'를 제공합니다.					
원산지 표시	배추김치	쌀 (밥/죽/누룽지)	콩	소고기	돼지고기	
	배추(국내산)	백미(국내산) 흑미(국내산)	두부(국내산) 연두부(국내산) 순두부(국내산)	국내산 [한우] *국내산 해당	국내산	
	닭고기	임연수구이	훈제오리구이 (훈제오리) 훈제오리양배추볶음 (훈제오리)	돈가스	함박스테이크	
	국내산	임연수(미국산)	오리고기(국내산)	돼지고기(국내산)	돼지고기(국내산) 소고기(국내산)	

일 자		1(화)	2(수) 푸드브릿지Day	3(목)	4(금)	5(토)
오전간식		미역죽⑤⑥	♣바나나	♣키위	♣사과	♣(천도)복숭아⑪
점 심	발행일 : 2026.8.20. 발행처 : 영양기획팀	수수밥 소고기미나리국⑩ 들기름두부구이⑤ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨	닭살숙주볶음밥⑤⑥⑬ 근대된장국⑤⑥ 소시지채소볶음 ⑤⑥⑩⑬⑭ 배추김치⑨	백미밥 들깨두부탕⑤ 훈제오리구이 고사리나물⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 아욱맑은국 소불고기⑤⑥⑬ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨	닭칼국수⑥⑬ 추가쌀밥 배추김치⑨
오후간식		♣찐감자/우유②	단호박크림스파게티 ②⑥/액상요구르트②	핫도그①②⑤⑥⑩ /우유②	소보로빵①②④⑤⑥ /우유②	우유②
열량(kcal)/단백질(g)		685/24	702/30	696/32	645/27	641/30
일 자	7(월)생일축하	8(화)	9(수)	10(목)가동Day	11(금)	12(토)
오전간식	♣멜론	소고기피망죽⑩	시리얼/우유②	♣당근스틱 /떠먹는요구르트②	♣배	♣굴
점 심	백미밥 북어미역국⑤⑥ 함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑬ 마카로니샐러드①⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 무채국⑤⑥ 순살간장닭갈비 ⑤⑥⑬ 깍두기⑨	돈육카레라이스 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 브로콜리숙회 +케첩①②⑤⑥⑫ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 소고기대파국⑩ 달걀장조림①⑤⑥ 취나물들기름볶음⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 맑은미역국⑤⑥ 돼지고기수육⑩ 상추부추무침⑤⑥ 배추김치⑨	오므라이스 ①②⑤⑥⑫⑬ 실파장국⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	케이크①②⑤⑥⑩ /우유②	♣찐고구마/우유②	우영주먹밥⑤⑥ /보리차	감자크림스프②	모닝빵①②⑤⑥ /우유②	우유②
열량(kcal)/단백질(g)	703/29	699/33	674/30	608/22	608/28	548/20
일 자	14(월)상견Day1	15(화)	16(수)	17(목)	18(금) 푸드브릿지Day	19(토)
오전간식	♣바나나/우유②	누룽지죽	미숫가루⑤/우유②	♣토마토⑫/치즈②	♣자른샤인머스켓	♣키위
점 심	흑미밥 아기닭개장[0.4%] ⑤⑥⑬ 연두부+양념장⑤⑥ 얼갈이나물⑤⑥ 오이초무침	백미밥 물만두국 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 소고기꼭창 ①②⑤⑥⑫⑬ 숙갓사과무침 배추김치⑨	달걀열무볶음밥①⑤ 어묵국⑤⑥ 숙주나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 애호박된장국⑤⑥ 돈가스①⑤⑥⑩ +소스⑤⑥⑫⑬ 양배추코울슬로①⑤ 깍두기⑨	기장밥 순두부백탕⑤ 단호박치즈달걀찜 ①② 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	소고기채소볶음밥 ⑤⑥⑬ 청경채맑은국 배추김치⑨
오후간식	참나물전①⑤⑥ /보리차	♣찐감자 /액상요구르트②	볶음우동⑤⑥⑮ /보리차	수제비⑥	밤식빵①②⑤⑥ /우유②	우유②
열량(kcal)/단백질(g)	612/20	679/22	603/24	679/31	609/25	579/25
일 자	21(월)	22(화)	23(수)	24(목)	25(금)	26(토)
오전간식	♣사과	달걀부추죽①⑤⑥	♣배/떠먹는요구르트②			
점 심	백미밥 두부된장국⑤⑥ 임연수구이⑤⑥ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 버섯미역국⑤⑥ 간장찜닭⑤⑥⑬ 도라지나물⑤⑥ 깍두기⑨	소고기가지밥+양념장 ⑤⑥⑬ 배추당면국 새우미나리전①⑤⑥⑨ 깍두기⑨			
오후간식	유과①②⑤⑥/우유②	♣찐고구마/우유②	삶은달걀①/식혜			
열량(kcal)/단백질(g)	682/26	705/32	648/30			
일 자	28(월)	29(화) 열린어린이집	30(수)	표준조리법  이달의 푸드브릿지 단호박		
오전간식	♣키위	모듬버섯죽	갈슘두유⑤			
점 심	백미밥 청경채된장국⑤⑥ 훈제오리양배추볶음⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 콩나물국⑤ 돈육연근조림⑤⑥⑩ 가지된장볶음⑤⑥ 배추김치⑨	두부굴소스덮밥⑤⑥⑮ 달걀파국① 오이무침⑤⑥ 깍두기⑨			
오후간식	잼샌드위치①②⑤⑥ /우유②	♣찐단호박/우유②	후리가케주먹밥⑤ /보리차			
열량(kcal)/단백질(g)	686/24	641/28	614/22			
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮달걀 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ① ~ ⑱은 알레르기 유발 식품으로 유아에게 알레르기 반응을 일으킬 수 있으므로 주의하시기 바랍니다. 해당 월의 자세한 알레르기 유발식품 표는 동대문구센터 식단 중 '알레르기'에서 확인하시기 바랍니다. ✓ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.					
식단사용 안내	※ 본 어린이집은 '동대문구 어린이 급식지원센터' 공동관리 영양사에 의해 작성된 식단표를 공급 받아 사용합니다. ※ 본 어린이집은 '돌무늬'에서 운영하는 '푸드머스'·'서울 공공급식'에서 식자재를 공동구매 하고 있습니다. ※ 본 어린이집은 빵은 '파리바게트', 떡은 '복시루', 과일은 '제철과일' (사과, 배, 귤, 바나나, 파인애플 등), 우유는 '우리아이 고갈슘 우유'를 제공합니다.					
원산지 표시	배추김치	쌀 (밥/죽/누룽지)	콩	소고기	돼지고기	
	배추(국내산)	백미(국내산) 흑미(국내산)	두부(국내산) 연두부(국내산) 순두부(국내산)	국내산 [한우] *국내산 해당	국내산	
	닭고기	임연수구이	훈제오리구이 (훈제오리) 훈제오리양배추볶음 (훈제오리)	돈가스	함박스테이크	
	국내산	임연수(미국산)	오리고기(국내산)	돼지고기(국내산)	돼지고기(국내산) 소고기(국내산)	