

일 자	1 (월)	2 (화)	3 (수)	4 (목)	5 (금) 당연한날	6 (토)	
오전간식	미숫가루⑤ &우유②	◆유부양배추죽⑤⑥	2026 지방선거	참외 &치즈②	배♣	현충일	
점 심	기장밥 돈육된장국⑤⑥⑩ 달걀무조림①⑤⑥ 구이김 백배추김치⑨	흑미밥 버섯전골⑤⑥ 닭살채소찜⑤⑥⑫ 브로콜리유자청무침 백깍두기⑨		쇠불고기뭇밥⑤⑥⑩ 숙주된장국⑤⑥ 취나물들기름무침⑤⑥ 백배추김치⑨	백미밥 계살탕국①⑤⑥⑧ 시금치떡볶이떡갈비⑤⑥⑩ 미나리오이무침⑥		백깍두기⑨
오후간식	참깨주먹밥⑤&보리차	★찐감자♣&우유②		칼국수⑥	후레시변①②⑥ &우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	482/20	449/20		416/20	443/17		

일 자	8 (월)	9 (화)	10 (수) 감탄한날	11 (목)	12 (금)	13 (토)	
오전간식	미숫가루⑤&우유②	멜론♣	오이♣ &떠먹는요구르트②	당근크림스프②⑥	수박♣	우유②	
점 심	수수밥 사골당면국⑫ 간장두부두루치기⑤⑥ 시래기나물⑤⑥ 백배추김치⑨	백미밥 아육된장국⑤⑥ 돼지고기콩나물찜⑤⑥⑩ 상추무침⑤⑥ 백깍두기⑨	생일잔치	닭살소보로비빔밥⑤⑥⑫ 숙자어묵탕⑤⑥ 고사리나물⑤⑥ 백배추김치⑨	현미밥 달걀청경채국① 쇠고기애호박조림⑤⑥⑩ 우영채볶음⑤⑥ 백배추김치⑨	쇠고기청경채볶음밥⑤⑩ 고사리된장국⑤⑥ 어묵당근조림⑤⑥ (백)깍두기⑨	
오후간식	우동⑤⑥	프렌치토스트①②⑥ &우유②		치즈주먹밥②⑤&보리차	★찐단호박♣&우유②	소보로빵①②④⑥ &우유②	바나나♣&치즈②
열량(kcal)/단백질(g)	449/20	448/23		426/20	436/17	443/18	460/18

일 자	15 (월) 소소한날	16 (화)	17 (수)	18 (목)	19 (금)	20 (토)
오전간식	미숫가루⑤ &우유②	참외♣	키위♣&치즈②	북어죽⑤⑥	사과	우유②
점 심	보리밥 다시마탕국⑤⑥ 간장제육볶음⑤⑥⑩ 비름나물된장무침⑤⑥ 백배추김치⑨	두부데리야가뭇밥⑤⑥ 닭살양파국⑤⑥⑫ 단호박조림⑤⑥ 백배추김치⑨	백미밥 근대된장국⑤⑥ 쇠고기배추찜⑤⑥⑫ 건새우피망볶음⑤⑥⑨ 백깍두기⑨	기장밥 ◆오이적채냉국⑤⑥ 닭살장조림⑤⑥⑫ 청포묵김무침⑤⑥ 백깍두기⑨	흑미밥 만둣국⑤⑥⑩ 버섯달걀말이①⑤ 가지나물⑤⑥ 백배추김치⑨	달걀가지비빔밥①⑤⑥ 팽이버섯볶음⑤⑥ 간장비빔만두⑤⑥⑩ (백)깍두기⑨
오후간식	쇠고기얼무주먹밥⑤⑩ &보리차	바나나헛게이크①②⑥ &우유②	간장비빔국수⑤⑥&보리차	★찐감자♣&우유②	★약식⑤⑥&우유②	배♣ &떠먹는요구르트②
열량(kcal)/단백질(g)	481/21	485/18	430/18	456/22	437/16	490/20

일 자	22 (월)	23 (화)	24 (수) 서울미래밥상	25 (목)	26 (금)	27 (토)
오전간식	미숫가루⑤&우유②	당근♣ &떠먹는요구르트②	바나나♣&우유②	애호박죽	배	우유②
점 심	백미밥 두부탕국⑤⑥ 돼지고기수육⑩ 깻잎나물⑤⑥ 백배추김치⑨	쇠고기짜장밥⑤⑥⑫ 가스오부시장국⑤⑥ 에그마요파프리카범벅①⑤ 백배추김치⑨	차조밥 시금치된장국⑤⑥ 간장두부조림⑤⑥ 방울토마토부추볶음⑤⑥⑫ 백배추김치⑨	현미밥 아기참치김치찌개⑤⑥⑨ 참나물스크램블에그①②⑤ 콩나물무침⑤ 백깍두기⑨	수수밥 미역국⑤⑥ 훈제오리대파구이 ◆양배추샐러드 +이탈리안드레싱 백깍두기⑨	(훈제)오리감자볶음밥⑤⑥ 애호박맑은국 잔멸치조림⑤⑥ (백)배추김치⑨
오후간식	크림스파게티②⑥ &보리차	수박우유화채②	잔멸치채소주먹밥⑤ &보리차	★찐고구마♣&우유②	카스텔라①②⑥ &우유②	멜론♣&치즈②
열량(kcal)/단백질(g)	482/20	430/19	447/18	457/18	469/19	448/20

일 자	29 (월)	30 (화)	★생일식단★	6월의 푸드브릿지 <양배추·적채>	식중독 예방안내
오전간식	미숫가루⑤ &우유②	버섯된장죽⑤⑥	수박♣(멜론♣)	아삭아삭한 양배추는 식이섬유가 풍부해 장 건강에 도움을 주고, 적채는 항산화 성분이 풍부해 우리 몸을 건강하게 지켜줍니다.	• 6월~9월은 식중독 발생 위험으로 ★ 견학식단 ★을 별도로 제공하지 않습니다. 필요 시, 식단감수를 요청하시기 바랍니다. • 비가열 결절이류, 샐러드류, 무침류에 대하여 (시설선택식단)을 제공하오니, 별도의 감수 절차 없이 활용하시기 바랍니다.
점 심	보리밥 유부된장국⑤⑥ 쇠고기브로콜리완자전⑤⑥⑩ 우영개소스무침①⑤ 백깍두기⑨	흑미밥 아기닭개장⑤⑥⑫ 온두부⑤+양념장⑤⑥ 청경채무침⑤⑥ 백배추김치⑨	백미밥 새우살미역국⑤⑥⑨ (쇠고기미역국⑤⑥⑩) 돼지갈비찜⑤⑥⑫ (순살찜닭⑤⑥⑫) 과일요거트샐러드② (시금치나물⑤⑥) (백)배추김치⑨		
오후간식	잼샌드위치①②⑥ (&보리차)	★찐단호박♣&우유②	케이크①②⑥&우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	487/20	437/17	448/17		

공지사항

- 가공식품은 제품마다 포함된 알레르기 유발물질이 다르므로 식품표시사항을 확인하여 제공에 주의하시기 바랍니다.
- (시설선택식단) : 별도의 감수 절차 없이 선택하여 사용하는 메뉴로 급식 계획 시 제공할 메뉴를 선택하여 표시하시기 바랍니다.
- 유아의 특성을 고려하여 조리 및 배식(섭식) 시 주의가 필요한 ★제공주의메뉴를 표시하였습니다.
- 매주 3회 이상 자연간식(과일, 채소, 찐서류 등)을 제공합니다.
- 매월 계절 식재료 1가지를 선정하여 편식 예방을 위한 '◆푸드브릿지' 메뉴를 제공합니다.
- 매월 건강한 식생활 실천을 위한 '실천식단'을 운영하여 소소한날(저염), 당연한날(저당), 감탄한날(저철), 서울미래밥상(지속가능한 식생활) 메뉴를 제공합니다.
- 매월 국으로 인한 나트륨 섭취를 줄이기 위해 '국없는날'을 운영합니다.(국 제공 시, '국없는날' 문구 삭제)
- 김치류는 연령 특성에 따라 고춧가루와 염분을 최소화하여 조리하고 적절한 크기로 잘라 배식합니다.

원산지 표시	쇠고기 (한우)		돼지고기		닭고기		배추김치		쌀(밥/죽/누룽지)		콩	
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	오리고기	사골당면국	참치양배추채전	가스오부시장국	아기참치김치찌개	훈제오리대파구이	훈제오리감자볶음밥					

식품알레르기 유발물질

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳꽃 (*⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.)