

# 2026년 7월 이유식 식단표 (후기 9~11개월 및 완료기 12~15개월)

강북구 어린이·사회복지급식관리지원센터 식단 개발 영양사: 전소현 외 9인

발행일: 2026. 6. 15.

일 자			1 (수)	2 (목)	3 (금)	4 (토)
오전간식			시금치양파무른밥	쇠고기무른밥⑥	표고버섯무른밥	닭살무른밥⑤
점심			치즈무른밥② (치즈진밥②)	두부배추무른밥⑤ (두부배추진밥⑤)	애호박무른밥 (애호박진밥)	두부무른밥⑤ (두부진밥⑤)
오후간식			두부무른밥⑤	감자무른밥	노른자무른밥①	누룽지무른밥
열량(kcal)/단백질(g)			334.0/9.6	354.5/11.5	361.8/9.2	330.8/13.0
일 자	6 (월)	7 (화)	8 (수)	9 (목)	10 (금)	11 (토)
오전간식	채소무른밥	감자무른밥	브로콜리무른밥	애호박당근무른밥	양배추양파무른밥	노른자무른밥①
점심	(들깨②)오이무른밥 ((들깨②)오이진밥)	치즈무른밥② (치즈진밥②)	미역무른밥 (미역진밥)	노른자양파무른밥① (노른자양파진밥①)	쇠고기시금치무른밥⑥ (쇠고기시금치진밥⑥)	누룽지무른밥 (누룽지진밥)
오후간식	노른자무른밥①	닭살무른밥⑤	두부무른밥⑤	쇠고기무른밥⑥	두부무른밥⑤	배추당근무른밥
열량(kcal)/단백질(g)	366.8/9.2	345.6/12.9	308.3/8.5	378.8/12.0	338.6/10.9	364.2/8.8
일 자	13 (월)	14 (화)	15 (수) 초복	16 (목)	17 (금) 제헌절	18 (토)
오전간식	느타리버섯양파 무른밥	쇠고기무른밥⑥	닭살무른밥⑤	표고버섯양파무른밥		두부무른밥⑤
점심	치즈무른밥② (치즈진밥②)	(들깨②)미역무른밥 ((들깨②)미역진밥)	(연)두부오이무른밥⑤ (연)두부오이진밥⑤)	단호박무른밥 (단호박진밥)		쇠고기양파무른밥⑥ (쇠고기양파진밥⑥)
오후간식	닭살무른밥⑤	양배추당근무른밥	채소무른밥	노른자무른밥①		누룽지무른밥
열량(kcal)/단백질(g)	333.8/12.9	339.0/10.5	315.0/11.7	373.4/9.4		336.6/10.2
일 자	20 (월)	21 (화)	22 (수)	23 (목)	24 (금)	25 (토) 중복
오전간식	노른자무른밥①	단호박무른밥	두부무른밥⑤	누룽지무른밥	닭살무른밥⑤	쇠고기무른밥⑥
점심	숙주당근무른밥 (숙주당근진밥)	노른자가지무른밥① (노른자가지진밥①)	치즈무른밥② (치즈진밥②)	콩나물진밥⑤ (콩나물무른밥⑤)	두부무른밥⑤ (두부무진밥⑤)	오이양파무른밥 (오이양파진밥)
오후간식	채소무른밥	쇠고기무른밥⑥	무양파무른밥	노른자무른밥①	채소무른밥	새송이버섯당근 무른밥
열량(kcal)/단백질(g)	363.2/9.1	387.8/12.3	332.0/9.3	368.3/9.7	322.0/12.3	332.9/10.3
일 자	27 (월)	28 (화)	29 (수)	30 (목)	31 (금)	
오전간식	애호박무른밥	브로콜리당근무른밥	청경채양파무른밥	감자무른밥	두부무른밥⑤	
점심	노른자양배추무른밥① (노른자양배추진밥①)	단호박무른밥 (단호박진밥)	치즈무른밥② (치즈진밥②)	가지양파무른밥 (가지양파진밥)	노른자오이무른밥① (노른자오이진밥①)	
오후간식	두부무른밥⑤	닭살무른밥⑤	노른자무른밥①	쇠고기무른밥⑥	고구마무른밥	
열량(kcal)/단백질(g)	353.0/9.8	321.2/11.4	385.8/10.6	344.3/10.2	384.1/9.8	

★기도막힘 등 식사 중 안전사고를 예방하기 위해 배식 및 식사지도 시에는 씹기와 삼킴 능력에 맞는 음식 형태(잘게 썬 음식 등)를 제공하고, 식사 전·중·후에 물 등 수분을 함께 제공하여 입이 마르지 않도록 지도해 주시기 바랍니다. 혹여 이상 징후 발생 시 신속히 대응할 수 있도록 지속적인 관찰을 부탁드립니다.

원산지 표시	쌀			콩		배추김치		쇠고기			돼지고기	닭고기	오리고기	수산물		
	밥	죽	누룽지	두부	콩비지	배추	고춧가루	국내산			국내산	국내산	국내산			
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	한우	젓소	육우	국내산	국내산	국내산			

★기관의 식재료 공급에 따라 원산지가 변경될 수 있음을 알려드립니다.

알레르기 유발식품

★알레르기 유발 식품을 각 메뉴에 표시하였으나 알레르기 반응을 보이는 영유아에게는 해당 식품을 제한해주세요. 식단에 표기되어 있지 않더라도 가공식품과 양념류의 경우 해당 제품의 표시사항에서 알레르기 유발 식품을 개별적으로 확인하여 주의해주시기 바랍니다.  
 ①난류 ②우유 ③매일 ④땅콩 ⑤대두(두부, 유부, 간장, 된장, 고추장, 청국장, 춘장, 콩나물) ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우(모든 김치류) ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류(이를 첨가하여 최종제품에 SO<sub>2</sub>로 10mg/kg 이상 함유한 경우에 한함) ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 ⑳키위 ㉑참깨  
 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

# 2026년 7월 오전일반간식형 식단표 (12개월~2세)

강북구 어린이·사회복지급식관리지원센터 식단 개발 영양사: 전소현 외 9인

발행일: 2026. 6. 15.

일 자	7월 푸드브릿지 식품 '단호박'		1 (수)	2 (목)	3 (금) 삼삼한데이	4 (토)
오전간식			사과	미숫가루③④⑤⑥⑧⑨⑫+우유②	바나나+치즈②	키위⑫
점심	삼삼한데이 매월 '3'이 들어간 날짜에 저염식 메뉴 제공 *나트를 함량* 삼삼한데이: 777.9mg 평균: 818.0mg  푸드브릿지 메뉴는 센터 카카오톡 채널의 안내문을 참고해주세요.		(혼제)오리시금치덮밥⑤⑥ 송농 유부양파볶음⑤⑥⑫ 청포묵무침⑤⑥⑫ 배추김치⑨	흑미밥 배추된장국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥⑫ 감자채볶음⑤⑥ 깍두기⑨	쌀밥 달걀양파국①⑤⑥ 고등어구이⑤⑦ 표고버섯나물⑤⑥⑫ 깍두기⑨	닭살데리야끼볶음밥⑤⑥⑫⑬⑭ 맑은두부국⑤⑥ 숙주나물⑤⑥⑫ 깍두기⑨
오후간식	기호도 낮은 식재료를 단계적으로 노출시켜 편식을 예방하는 방법 1단계: 친해지기 2단계: 간접노출 3단계: 소극적노출 4단계: 적극적노출		모닝빵①②⑤⑥&잼+우유②	토마토스파게티⑤⑥⑫⑬⑭⑯ +수박	무지개떡+매실차	약과⑤⑥+우유②
열량(kcal)/단백질(g)			741.3/24.4	717.3/27.9	606.0/24.7	686.7/27.0
일 자	6 (월)	7 (화) 생일잔치	8 (수)	9 (목)	10 (금) *서울미래밥상*	11 (토)
오전간식	(데친)오이스틱 +떠먹는요거트②	사과	토마토⑫	곡물시리얼⑤⑥+우유②	오렌지+치즈②	바나나
점심	쌀밥 열무된장국⑤⑥ 돈육양파볶음⑤⑥⑩⑫ 파프리카나물⑤⑥⑫ 배추김치⑨	쌀밥 쇠고기미역국⑤⑥⑩⑫ 탕수육①⑤⑥⑩&소스⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥⑫ 배추김치⑨	◆돈육단호박카레라이스⑤⑥⑩ 송농 두부강정⑤⑥⑫ 브로콜리나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 안매운김치국⑨ 쇠고기당면찜⑤⑥⑩⑫ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 삼치구이⑤ 두부양념채움무침⑤⑥⑫ 깍두기⑨	나물비빔밥⑤⑥⑫ &달걀 프라이①⑤ 쇠고기배추국⑤⑥⑫ 마카로니샐러드①⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	(볶음)우동⑤⑥	케이크①②⑤⑥ (or 무지개떡)+우유②	밤식빵①②④⑤⑥+우유②	냉매밀국수③⑤④+사과	절편+보리차	아기쌀과자+우유②
열량(kcal)/단백질(g)	546.7/26.7	533.9/27.0	658.3/26.6	741.2/32.8	491.0/24.9	613.3/22.6
일 자	13 (월) 삼삼한데이	14 (화)	15 (수) 초복	16 (목)	17 (금)	18 (토)
오전간식	(데친)양배추스틱 +떠먹는요거트②	쇠고기미역국⑥⑫	수박	미숫가루③④⑤⑥⑧⑨⑫+우유②		토마토⑫
점심	쌀밥 (들깨⑫)느타리버섯국⑤⑥ 찜닭⑤⑥⑩⑫ 김구이⑥ 오이초절임	흑미밥 유부된장국⑤⑥ 돈가스①⑤⑥⑩&소스⑤⑥⑫ 콩나물무침⑤⑥⑫ 깍두기⑨	닭곰탕⑥&소면⑥ 추가밥 잔멸치볶음⑤⑥⑫ 오이무침⑥ 깍두기⑨	차조밥 청국장찌개⑤ 메추리알장조림①⑤⑥ 표고버섯나물⑤⑥⑫ 배추김치⑨	제한절	쇠불고기덮밥⑤⑥⑩⑫ 두부양파국⑤⑥ 오이지무침⑥ 배추김치⑨
오후간식	물만두①⑤⑥⑩	사과바나나샐러드①⑤ +우유②	머핀①②⑤⑥+우유②	◆단호박크림우동②⑤⑥ +포도		수제쿠키①②⑥+우유②
열량(kcal)/단백질(g)	549.2/30.2	751.9/29.3	562.7/29.4	672.7/22.9		652.2/23.0
일 자	20 (월)	21 (화)	22 (수) *서울미래밥상*	23 (목) 삼삼한데이/전장학습	24 (금)	25 (토) 중복
오전간식	(데친)당근스틱 +떠먹는요거트②	가지양파국②	바나나	곡물시리얼⑤⑥+우유②	멜론+치즈②	(데친)오이스틱
점심	쌀밥 된장찌개⑤⑥ 맑은달걀말이①⑤ 숙주나물⑤⑥⑫ 깍두기⑨	기장밥 맑은미역국⑤⑥⑫ ◆쇠고기단호박찜⑤⑥⑩⑫ 상추사과무침⑤⑥⑫ 배추김치⑨	두부채소된장덮밥⑤⑥⑫ 송농 새우살부채볶음⑤⑥⑨ 느타리버섯나물⑤⑥⑫ 배추김치⑨	수수밥 맑은콩나물국⑤⑥ 돈육마늘볶음⑤⑥⑩⑫ 김자반⑥ 배추김치⑨	쌀밥 안매운닭가장⑤⑥⑩ 두부찜⑤&양념장⑤⑥⑫ 파프리카무침⑥ 배추김치⑨	쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑩⑫ 맑은유부국⑤⑥ 새송이버섯나물⑤⑥⑫ 배추김치⑨
오후간식	콩국수⑤⑥	찐감자+우유②	마들렌①②⑤⑥+우유②	짜장면⑤⑥⑩+자두	호박설기+메밀차③	웨이감자⑤+우유②
열량(kcal)/단백질(g)	624.9/26.8	709.0/28.1	686.3/26.6	707.3/32.5	593.6/32.8	554.0/23.2
일 자	27 (월)	28 (화)	29 (수)	30 (목) 삼삼한데이	31 (금) 삼삼한데이	*생일/현장학습 행사 식단*
오전간식	토마토⑫ +떠먹는요거트②	브로콜리당근국②	수박	곡물시리얼⑤⑥+우유②	복숭아⑩+치즈②	
점심	쌀밥 맑은애호박국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩⑫ 찐양배추&쌈장⑤⑥⑫ 배추김치⑨	차조밥 청경채된장국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑩⑫ 도토리묵무침⑤⑥⑫ 깍두기⑨	오므라이스①⑤⑩⑫ 송농 잔멸치볶음⑤⑥⑫ 양상추샐러드&드레싱⑤⑥⑫ 배추김치⑨	흑미밥 맑은감자국⑤⑥⑫ 너비아니구이②⑤⑥⑩⑫⑬ 가지나물⑤⑥⑫ 파프리카초절임	쌀밥 맑은두부국⑤⑥ 돈육채소볶음⑤⑥⑩⑫ 오이무침⑥ 배추김치⑨	첨부파일 참고
오후간식	다진유부주먹밥⑤⑥	◆찐단호박+키위⑫+우유②	치즈빵①②⑤⑥+우유②	간장비빔당면⑤⑥⑫ +오렌지	찐고구마+매실차	
열량(kcal)/단백질(g)	639.5/31.1	660.1/29.3	648.5/23.8	668.4/26.4	593.6/24.4	

★식재료 공급 상황 등에 따라 메뉴가 변경될 수 있습니다.  
 ★기도마침 식사 중 안전사고를 예방하기 위해 배식 및 식사지도 시에는 씹기와 삼킴 능력에 맞는 음식 형태(잘게 썬 음식 등)를 제공하고, 식사 전·중·후에 물 등 수분을 함께 제공하여 입이 마르지 않도록 지도해 주시기 바랍니다. 혹여 이상 징후 발생 시 신속히 대응할 수 있도록 지속적인 관찰을 부탁드립니다.  
 ★금요일 오후 간식의 경우 떡과 곡류군 대체간식 중에서 선택 가능하나, 곡류군 대체간식을 권장드립니다.

원산지 표시	쌀(백미, 현미, 흑미, 찰쌀)		콩		배추김치		쇠고기		돼지고기		닭고기		오리고기		수산물	
	밥	죽	누룽지	두부	콩비지	콩국수	배추	고춧가루	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	고등어	오징어
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	한우	정소	육우	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	식육가공품														수산물가공품	
	혼제오리	돈가스	너비아니													
	오리고기	돼지고기	쇠고기													
	국내산	국내산	국내산													

★기관의 식재료 공급에 따라 원산지가 변경될 수 있음을 알려드립니다.  
 ★알레르기 유발 식품을 각 메뉴에 표시하였으나 알레르기 반응을 보이는 영유아에게는 해당 식품을 제한해주세요.  
 식단에 표기되어있지 않더라도 가공식품과 양념류의 경우 해당 제품의 표시사항에서 알레르기 유발 식품을 개별적으로 확인하여 주의해주시기 바랍니다.  
 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두(부, 유부, 간장, 된장, 고추장, 청국장, 춘장, 콩나물) ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우(모든 김치류) ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토  
 ⑬이황산류(우유 첨가하여 최종제품에 SO2로 10mg/kg 이상 함유한 경우에 한함) ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳감 ㉑키위 ㉒참깨  
 ※ 이황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

# 2026년 7월 오전일반간식형 식단표 (3~5세)

강북구 어린이·사회복지급식관리지원센터 식단 개발 영양사: 전소현 외 9인

발행일: 2026. 6. 15.

일 자	7월 푸드브릿지 식품 '단호박'		1 (수)	2 (목)	3 (금) 삼삼한데이	4 (토)
오전간식			사과	미숫가루③④⑤⑥⑧⑨⑫+우유②	바나나+치즈②	키위⑫
점심	삼삼한데이 매월 '3'이 들어간 날짜에 저염식 메뉴 제공 *나트륨 함량* 삼삼한데이: 777.9mg 평균: 818.0mg  푸드브릿지 메뉴는 센터 카카오톡 채널의 안내문을 참고해주세요.		(혼제)오리시금치덮밥⑤⑥ 송농 유부양파볶음⑤⑥⑫ 청포묵무침⑤⑥⑫ 배추김치⑨	흑미밥 배추된장국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥⑫ 감자채볶음⑤⑥ 깍두기⑨	쌀밥 달걀양파국①⑤⑥ 고등어구이⑤⑦ 표고버섯나물⑤⑥⑫ 깍두기⑨	닭살데리야끼볶음밥⑤⑥⑫⑬⑭ 맑은두부국⑤⑥ 숙주나물⑤⑥⑫ 깍두기⑨
오후간식	기호도 낮은 식재료를 단계적으로 노출시켜 편식을 예방하는 방법 1단계: 친해지기 2단계: 간접노출 3단계: 소극적노출 4단계: 적극적노출		모닝빵①②⑤⑥&잼+우유②	토마토스파게티⑤⑥⑫⑬⑭⑯ +수박	무지개떡+매실차	약과⑤⑥+우유②
열량(kcal)/단백질(g)			741.3/24.4	717.3/27.9	606.0/24.7	686.7/27.0
일 자	6 (월)	7 (화) 생일잔치	8 (수)	9 (목)	10 (금) *서울미래밥상*	11 (토)
오전간식	(데친)오이스틱 +떠먹는요거트②	사과	토마토⑫	곡물시리얼⑤⑥+우유②	오렌지+치즈②	바나나
점심	쌀밥 열무된장국⑤⑥ 돈육양파볶음⑤⑥⑩⑫ 파프리카나물⑤⑥⑫ 배추김치⑨	쌀밥 쇠고기미역국⑤⑥⑩⑫ 탕수육①⑤⑥⑩&소스⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥⑫ 배추김치⑨	◆돈육단호박카레라이스⑤⑥⑩ 송농 두부강정⑤⑥⑫ 브로콜리나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 안매운김치국⑨ 쇠고기당면찜⑤⑥⑩⑫ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 삼치구이⑤ 두부양념채움무침⑤⑥⑫ 깍두기⑨	나물비빔밥⑤⑥⑫ &달걀프라이①⑤ 쇠고기배추국⑤⑥⑫ 마카로니샐러드①⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	(볶음)우동⑤⑥	케이크①②⑤⑥ (or 무지개떡)+우유②	밥식빵①②④⑤⑥+우유②	냉매밀국수③⑤⑥+사과	절편+보리차	아기쌀과자+우유②
열량(kcal)/단백질(g)	546.7/26.7	533.9/27.0	658.3/26.6	741.2/32.8	491.0/24.9	613.3/22.6
일 자	13 (월) 삼삼한데이	14 (화)	15 (수) 초복	16 (목)	17 (금)	18 (토)
오전간식	(데친)양배추스틱 +떠먹는요거트②	쇠고기미역국⑥⑫	수박	미숫가루③④⑤⑥⑧⑨⑫+우유②		토마토⑫
점심	쌀밥 (들깨⑫)느타리버섯국⑤⑥ 찜닭⑤⑥⑩⑫ 김구이② 오이초절임	흑미밥 유부된장국⑤⑥ 돈가스①⑤⑥⑩&소스⑤⑥⑫ 콩나물무침⑤⑥⑫ 깍두기⑨	닭곰탕⑥&소면⑥ 추가밥 잔멸치볶음⑤⑥⑫ 오이무침② 깍두기⑨	차조밥 청국장찌개⑤ 메추리알장조림①⑤⑥ 표고버섯나물⑤⑥⑫ 배추김치⑨	제한절	쇠불고기덮밥⑤⑥⑩⑫ 두부양파국⑤⑥ 오이지무침② 배추김치⑨
오후간식	물만두①⑤⑥⑩	사과바나나샐러드①⑤ +우유②	머핀①②⑤⑥+우유②	◆단호박크림우동②⑤⑥ +포도		수제쿠키①②⑥+우유②
열량(kcal)/단백질(g)	549.2/30.2	751.9/29.3	562.7/29.4	672.7/22.9		652.2/23.0
일 자	20 (월)	21 (화)	22 (수) *서울미래밥상*	23 (목) 삼삼한데이/전장학습	24 (금)	25 (토) 중복
오전간식	(데친)당근스틱 +떠먹는요거트②	가지양파국②	바나나	곡물시리얼⑤⑥+우유②	멜론+치즈②	(데친)오이스틱
점심	쌀밥 된장찌개⑤⑥ 달걀말이①⑤ 숙주나물⑤⑥⑫ 깍두기⑨	기장밥 맑은미역국⑤⑥⑫ ◆쇠고기단호박찜⑤⑥⑩⑫ 상추사과무침⑤⑥⑫ 배추김치⑨	두부채소된장덮밥⑤⑥⑫ 송농 새우살부채볶음⑤⑥⑨ 느타리버섯나물⑤⑥⑫ 배추김치⑨	수수밥 맑은콩나물국⑤⑥ 돈육마늘볶음⑤⑥⑩⑫ 김자반② 배추김치⑨	쌀밥 안매운닭가장⑤⑥⑩ 두부찜⑤&양념장⑤⑥⑫ 파프리카무침② 배추김치⑨	쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑩⑫ 맑은유부국⑤⑥ 새송이버섯나물⑤⑥⑫ 배추김치⑨
오후간식	콩국수⑤⑥	찐감자+우유②	마들렌①②⑤⑥+우유②	짜장면⑤⑥⑩+자두	호박설기+메밀차③	웨이감자⑤+우유②
열량(kcal)/단백질(g)	624.9/26.8	709.0/28.1	686.3/26.6	707.3/32.5	593.6/32.8	554.0/23.2
일 자	27 (월)	28 (화)	29 (수)	30 (목) 삼삼한데이	31 (금) 삼삼한데이	*생일/현장학습 행사 식단*
오전간식	토마토⑫ +떠먹는요거트②	브로콜리당근국②	수박	곡물시리얼⑤⑥+우유②	복숭아⑩+치즈②	
점심	쌀밥 맑은애호박국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩⑫ 찐양배추&쌈장⑤⑥⑫ 배추김치⑨	차조밥 청경채된장국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑩⑫ 도토리묵무침⑤⑥⑫ 깍두기⑨	오므라이스①⑤⑩⑫ 송농 잔멸치볶음⑤⑥⑫ 양상추샐러드&드레싱⑤⑥⑫ 배추김치⑨	흑미밥 맑은감자국⑤⑥⑫ 너비아니구이②⑤⑥⑩⑫⑬ 가지나물⑤⑥⑫ 파프리카초절임	쌀밥 맑은두부국⑤⑥ 돈육채소볶음⑤⑥⑩⑫ 오이무침② 배추김치⑨	첨부파일 참고
오후간식	다진유부주먹밥⑤⑥⑫	◆찐단호박+키위⑫+우유②	치즈빵①②⑤⑥+우유②	간장비빔당면⑤⑥⑫ +오렌지	찐고구마+매실차	
열량(kcal)/단백질(g)	639.5/31.1	660.1/29.3	648.5/23.8	668.4/26.4	593.6/24.4	

★식재료 공급 상황 등에 따라 메뉴가 변경될 수 있습니다.  
 ★기도마침 식사 중 안전사고를 예방하기 위해 배식 및 식사지도 시에는 씹기와 삼킴 능력에 맞는 음식 형태(잘게 썬 음식 등)를 제공하고, 식사 전·중·후에 물 등 수분을 함께 제공하여 입이 마르지 않도록 지도해 주시기 바랍니다. 혹여 이상 징후 발생 시 신속히 대응할 수 있도록 지속적인 관찰을 부탁드립니다.  
 ★금요일 오후 간식의 경우 떡과 곡류군 대체간식 중에서 선택 가능하나, 곡류군 대체간식을 권장드립니다.

원산지 표시	쌀(백미, 현미, 흑미, 찰쌀)		콩		배추김치		쇠고기		돼지고기		닭고기		오리고기		수산물	
	밥	죽	누룽지	두부	콩비지	콩국수	배추	고춧가루	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	고등어	오징어
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	한우	정소	육우	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	식육가공품															
	수산물가공품															
	혼제오리	돈가스	너비아니													
	오리고기	돼지고기	쇠고기													
	국내산	국내산	국내산													

★기관의 식재료 공급에 따라 원산지가 변경될 수 있음을 알려드립니다.  
 ★알레르기 유발 식품을 각 메뉴에 표시하였으나 알레르기 반응을 보이는 영유아에게는 해당 식품을 제한해주세요.  
 식단에 표기되어있지 않더라도 가공식품과 양념류의 경우 해당 제품의 표시사항에서 알레르기 유발 식품을 개별적으로 확인하여 주의해주시기 바랍니다.  
 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두(두부, 유부, 간장, 된장, 고추장, 청국장, 춘장, 콩나물) ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우(모든 김치류) ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토  
 ⑬이황산류(우유 첨가하여 최종제품에 SO<sub>2</sub>로 10mg/kg 이상 함유한 경우에 한함) ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳갯 ㉑키위 ㉒참깨  
 ※ 이황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.