



2026년 7월 식단표

(만1-2세, 과일, 빵, 떡구체식)

참중은어린이집

※ 이 식단은 '서울난산Me' 서체로 작성되었습니다 ※
노원구어린이·사회복지급식관리지원센터 영양팀(02-970-7937)

일 자	알레르기 유발식품	7/1 (수)	7/2 (목)	7/3 (금) 국없는 저염밥상	7/4 (토)				
오전간식		파프리카, 요거트②	고구마죽⑤⑥(토마토⑫)	사과(멜론)	과일(오렌지)				
점 심	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲자 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. ※ 완제품, 가공식품을 사용하는 경우 제품에 따라 원재료가 상이하므로, 우리 기관에서 사용하는 제품의 뒷면 원재료를 꼼꼼하게 확인하여 제한이 필요한 경우 제한하여야 합니다.	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 김치국⑤⑥(부추국⑤⑥) 된장주물럭⑤⑥⑩ 머위대나물⑤⑥ (or가자나물⑤⑥) 배추김치⑨(각두기⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 아욱국⑤⑥ (or만두국①⑤⑥⑩⑫) 두부양념구이⑤⑥ 우유조림⑤⑥ 각두기⑨(배추김치⑨)	(단호박)카레라이스 ②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ 자양배추⑤⑥(송이버섯②) 오징어브로콜리볶음②⑤⑥⑨ (or쇠고기오이볶음⑤⑥⑨) 배추김치⑨(각두기⑨) (추가선택:자두⑪)	멸치볶음밥⑤⑥⑨⑩⑫⑬ (or달걀볶음밥①⑤⑥⑨⑫) 채소당면국⑤⑥ 각두기⑨(배추김치⑨)				
오 후 간식		(새우)볶음밥⑤⑥⑨⑩⑫	치킨 샐러드①⑤⑥⑫ (or달걀샐러드⑤⑥⑫)	잡곡떡①②⑤⑥ (or테니스떡①②⑤⑥), 우유②	김밥①⑤⑥⑧⑩⑫⑬ (or쇠고기죽⑤⑥⑫)				
kcal/단백질/칼슘		473.1/19.6/239.6	443.2/21.4/150.8	479.3/20.8/180.2	441.8/13.3/166.3				
일 자	7/6 (월) 서울미래밥상	7/7 (화)	7/8 (수)	7/9 (목)	7/10 (금)	7/11 (토)			
오전간식	수박(포도)	(미숫가루⑤⑥)우유②	자두⑪(바나나)	파프리카죽⑤⑥(멜론)	참외(사과)	과일(배)			
점 심	★미래밥상: 잡곡밥, 과일, 유제품 필수, 쌀밥x, 옥수수, 난류x 잡곡밥⑤⑥ (참치)미역국⑤⑥ (or감자찌개⑤⑥) 두부장정④⑤⑥⑨⑫⑬ 시금치나물⑤⑥ 각두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 열갈이국⑤⑥ 돈육콩나물불고기⑤⑥⑩ 어묵볶음⑤⑥⑨⑫ (or감자볶음⑤⑥) 배추김치⑨(각두기⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 팽이버섯국⑤⑥ 고구마닭볶음탕⑤⑥⑫⑬ 깻잎찜⑤⑥(개나물⑤⑥) 각두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 김치찌개⑤⑥⑨⑩ (or콩나물국⑤⑥⑨) 떡갈비⑤⑥⑩⑫⑬ (or가자미(옛장)구이⑤⑥) (노각)오이무침⑤⑥ 배추김치⑨(각두기⑨)	쇠고기가지밥⑤⑥⑩ 호박국⑤⑥⑨ 메추리알조림①⑤⑥ 조미김(무나물⑤⑥) 각두기⑨(배추김치⑨)	감자볶음밥⑤⑥⑨⑩⑫⑬ 청경채국⑤⑥ 각두기⑨(배추김치⑨)			
오 후 간식	전옥수수, 우유②	에그샌드위치①②⑤⑥	단호박전①⑤⑥ (or전향도그①②⑥⑩⑫)	(냉)우동①⑤⑥⑧⑨	화남시에①②⑤⑥, 우유②	콧샐러드①②⑤⑥			
kcal/단백질/칼슘	492.0/18.4/233.3	496.6/23.6/215.6	427.9/15.0/119.9	431.5/12.6/108.4	454.7/17.8/191.2	426.6/13.5/108.4			
일 자	7/13 (월)	7/14 (화)	7/15 (수) 초복	7/16 (목) 일당! 오싹! 지단밥상	7/17 (금) 제헌절	7/18 (토)			
오전간식	토마토⑫(바나나)	포도(참외)	오이, 요거트②	게살죽①⑤⑥⑧(오렌지)		과일(포도)			
점 심	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 순두부국⑤⑥⑨ 돈육감자조림⑤⑥⑩ 미역줄기볶음⑤⑥ (or쇠고기부침⑤⑥) 배추김치⑨(각두기⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 쇠고기된장찌개⑤⑥⑩ 달걀찜①⑨ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨(각두기⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 삼계탕①⑤ 전멸치볶음⑤⑥ (or쇠고기숙주볶음⑤⑥⑨⑩⑫) 도토리묵채소무침③⑤⑥ 지단(자두⑪)샐러드①②⑤⑥ 각두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) (단호박)스프②⑤⑥(장국⑤⑥) (고구마)돈가스①⑤⑥⑩⑫ (or안심스테이크⑤⑥⑨⑫⑬) 도토리묵채소무침③⑤⑥ 지단(자두⑪)샐러드①②⑤⑥ 각두기⑨(배추김치⑨)	 새송이버섯볶음밥⑤⑥⑨⑩⑫⑬ 유부장국⑤⑥ 각두기⑨(배추김치⑨)	삶은달걀①, 우유②			
오 후 간식	전고구마, 우유②	치즈스틱①②⑤⑥, 차③	(메밀③)국수①⑤⑥⑨	카스텔라①②⑤⑥, 우유②					
kcal/단백질/칼슘	421.3/18.5/255.3	428.5/16.1/130.1	516.5/23.4/211.0	539.2/18.5/153.7		470.7/18.5/228.7			
일 자	7/20 (월) 서울미래밥상	7/21 (화)	7/22 (수)	7/23 (목)	7/24 (금) 미리먹는 중복밥상	7/25 (토) 중복			
오전간식	바나나(사과)	참외(토마토⑫)	현미스낵(씨리얼⑤), 우유②	끓인누룽지 ((단)호박죽⑤⑥or포도)	수박(자두⑪)	과일(참외)			
점 심	★미래밥상: 잡곡밥, 과일, 유제품 필수, 쌀밥x, 옥수수, 난류x (오징어⑰)근대국⑤⑥⑨ 닭살(카레②⑤⑥⑩)볶음⑤⑥⑨ 김구이(호박전①⑤⑥) 각두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 유부국⑤⑥(냉국⑤⑥) 달걀(카레②⑤⑥⑩)볶음⑤⑥⑨ 열무나물⑤⑥ 배추김치⑨(각두기⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 달걀국①⑤⑥ 고등어감자조림⑤⑥⑦ (or완자①⑤⑥⑩⑫) 숙주당근나물⑤⑥ 각두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 열무국⑤⑥ 마늘묵살구이⑤⑥⑩ 상추쌈⑤⑥(무생채⑨) 배추김치⑨(각두기⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 쇠고기육개장⑤⑥⑩ 새우살볶음⑤⑥⑨⑫ (or달걀볶음①⑤②) 치커리무침⑤⑥(파래자반⑤) 각두기⑨(배추김치⑨)	양배추볶음밥⑤⑥⑨⑩⑫⑬ 두부장국⑤⑥ 각두기⑨(배추김치⑨)			
오 후 간식	전감자, 우유②	스파게티②⑤⑥⑩⑫	주먹밥⑤⑥⑩	묵사발③⑤⑥⑨ (or갈국수⑤⑥⑨⑫)	쌀떡①②⑤⑥ (or크림떡①②⑤⑥), 우유②	크로켓①②⑤⑥⑫			
kcal/단백질/칼슘	451.9/17.6/249.2	475.4/17.9/154.5	519.0/20.7/164.5	453.1/15.7/110.4	433.0/19.0/201.4	448.9/14.6/102.8			
일 자	7/27 (월)	7/28 (화)	7/29 (수)	7/30 (목) 지탄소 지구밥상: 단호박	7/31 (금)	가정에서 함께해요! 지탄소 지구밥상교과! 단호박			
오전간식	당근, 치즈②	포도(바나나)	(미숫가루⑤⑥)우유②	김치죽⑤⑥⑨ (or참치죽⑤⑥(or수박))	사과(참외)				
점 심	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 숙갓(어묵)국⑤⑥ 장조림①⑤⑥⑩ 오이지무침⑤⑥(취나물⑤⑥) 각두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 쇠고기(미역)국⑤⑥⑩ 생선전①⑤ (or돈육(춘장⑨)볶음⑤⑥⑩) 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨(각두기⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 감자국⑤⑥ 파프리카오리볶음⑤⑥⑨⑫ (or다진마늘두부⑤⑥⑨⑩⑫) 고구마줄기⑤⑥(무쌈) 각두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 콩나물국⑤⑥⑨ 달걀말이①⑤② (김가루)묵무침③⑤⑥ 각두기⑨(배추김치⑨)	김치볶음밥⑤⑥⑨⑩⑫⑬ (or파프리카볶음밥⑤⑥⑨⑫) 부추장국⑤⑥ 닭강정⑤⑥⑨(구이⑤⑥) 각두기⑨(배추김치⑨) (추가선택:토마토⑫)	 ■ 비타민A가 풍부해 눈을 보호해요. ■ 비타민C가 풍부해 피부를 좋게해요.			
오 후 간식	굴린고구마②⑤(튀김⑤⑥), 차③	(비빔)국수①⑤⑥⑨	(해물⑨⑩⑫)채소전①⑤⑥ 식혜	전단호박, 우유②	모닝롤①②⑤⑥, 우유②(스프②⑤⑥)				
kcal/단백질/칼슘	450.7/17.3/230.2	441.3/13.9/112.3	491.4/20.7/218.3	450.1/18.5/251.0	475.4/18.6/168.0				
원산지	쌀 (밥, 죽, 누룽지) (참쌀, 현미, 흑미)	배추김치	콩	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	오징어	고등어
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	가공품(사용하지 않은 식재료는 삭제)				생일/이벤트/견학식단(미사용 시 삭제)				
	치킨(닭고기)	참치(다랑어)	떡갈비(돈육)	돈가스(돈육)	완자(돈육)	생선전(명태)	-	-	-
	국내산	원양산	국내산	국내산	국내산	러시아산	-	-	-
한 번 더 체크	☒ 쇠고기 국내산일 경우 : 국내산만 표기(X), 한우만 표기(X) → 국내산 한우(O), 국내산 육우(O) ☒ 참치(다랑어) : 국내산(X) → 원산지를 확인하여 표기해주세요! ☒ 육가공품(미트볼, 떡갈비, 완자, 동그마뽕, 너비아니, 함박 등) : 3순위 내 포함된 식육(쇠고기, 돼지고기, 닭고기 등) 원산지를 모두 표기해주세요! ☒ 명태(동태, 코다리, 생태, 명태, 동태포, 명태가공품(생선전, 생선가스 중 '명태' 사용제품) 등) : 국내산(X) → 원산지를 확인하여 표기해주세요! ☒ 오징어, 진미채(오징어) : 원산지를 확인하여 표기해주세요! ☒ 해물완자, 해물미스, 모듬해물(오징어) : 3순위 내 오징어가 포함되면 오징어 원산지를 표기해주세요! ☒ 원물과 그 가공품 원산지가 모두 동일한 경우, 개별 가공품 표기 없이, '00 및 그 가공품: 00산'으로 일괄표시 가능합니다! ※ 원산지 표기대상 수산물 20종 : 오징어(진미채, 해물완자 등) / 꽃게 / 명태(동태, 코다리, 생태, 명태, 동태포, 명태가공품 등) / 고등어 / 갈치 / 참조기 / 넙치 / 조피볼락 / 참돔 / 미꾸라지 / 뽕장어 / 다랑어(참치통조림 등) / 낙지 / 주꾸미 / 아귀 / 가리비 / 우렁개(명게) / 전복 / 방어 / 부세								
■ 1일 에너지 및 단백질 권장량은 만 1~2세 900kcal 20g, 만 3~5세 1,400kcal 25g입니다.									

■ 1일 에너지 및 단백질 권장량은 만 1-2세 900kcal 20g, 만 3-5세 1,400kcal 25g입니다.



2026년 7월 이유식

[초기+중기+후기](죽+무른밥+간식)+완료가(죽+진밥+간식)

참중은어린이집

※ 이 식단은 '서울남산제M' 제1호로 작성되었습니다 ※

노원구어린이·사회복지급식관리지원센터 영양팀 (02-970-7937)

날짜			7/1 (수)	7/2 (목)	7/3 (금)	7/4 (토)
초기(5-6) ·이유식1회	☑알러드됩니다 기관 요청에 따라 후기 이유식의 죽·간식 구성에 따라 2종으로 제공해드리니, 기관 상황에 맞게 선택하여 이용 바랍니다.		배추미음 (첫시작시: 쌀미음)	고구마미음 (첫시작시: 쌀미음)		
중기(7-8) ·이유식2회			노른자죽① (쇠고기⑫)파프리카죽	고구마죽 두부아욱죽⑤	닭살당근죽⑤ (쇠고기⑫)팽이죽	(쇠고기⑫)애호박죽 노른자양배추죽①
후기(9-11) ·오전간식 ·점심 ·오후간식	1) 이유식 식단(초,중,후기) A (간편 형태) - 후기: 이유식 무른밥 1회 + 간식2회 - 완료기: 이유식 진밥 1회 + 간식2회 2) 이유식 식단(초,중,후기) B (죽2회 조리) - 후기: 이유식 죽1회 + 무른밥1회 + 간식1회 - 완료기: 이유식 죽1회 + 진밥1회 + 간식1회		노른자죽① (쇠고기⑫)파프리카무른밥 자른과일(멜론)(무른오이)	고구마죽 두부아욱무른밥⑤ 현미스낵(닭살죽⑤)	닭살당근죽⑤ (쇠고기⑫)팽이무른밥 자른과일(사과or멜론)	(쇠고기⑫)애호박죽 노른자양배추무른밥① 자른과일(오렌지)(쇠고기⑫)
완료기(12-15) ·오전간식 ·점심 ·오후간식			노른자죽① (쇠고기⑫)파프리카진밥 자른과일(멜론)(무른오이)	고구마죽 두부아욱진밥⑤ 현미스낵(닭살죽⑤)	닭살당근죽⑤ (쇠고기⑫)팽이진밥 자른과일(사과or멜론)	(쇠고기⑫)애호박죽 노른자양배추진밥① 자른과일(오렌지)(쇠고기⑫)
날짜	7/6 (월)	7/7 (화)	7/8 (수)	7/9 (목)	7/10 (금)	7/11 (토)
초기(5-6) ·이유식1회	당근미음		오이미음			
중기(7-8) ·이유식2회	근대죽 두부미역죽⑤	새송이죽 노른자알갈이죽①	고구마죽(부추죽) 닭살팽이죽⑤	파프리카죽 노른자오이죽①	양배추죽 쇠고기호박죽⑥	쇠고기감자죽⑥ 노른자청경채죽①
후기(9-11) ·오전간식 ·점심 ·오후간식	근대(새우살⑨)죽 두부미역무른밥⑤ 자른과일(바나나or수박)	새송이죽 노른자알갈이무른밥① 플레인요거트②	부추죽(고구마죽) 닭살팽이무른밥⑤ 단호박전①⑤⑥(오렌지단호박)	파프리카죽 노른자오이무른밥① 자른과일(멜론)(현미스낵)	양배추죽 쇠고기호박무른밥⑥ 자른과일(참외or사과)	쇠고기감자죽⑥ 노른자청경채무른밥① 자른과일(배or수박)
완료기(12-15) ·오전간식 ·점심 ·오후간식	근대(새우살⑨)죽 두부미역진밥⑤ 자른과일(바나나or수박)	새송이죽 노른자알갈이진밥① 플레인요거트②	부추죽(고구마죽) 닭살팽이진밥⑤ 단호박전①⑤⑥(오렌지단호박)	파프리카죽 노른자오이진밥① 자른과일(멜론)(현미스낵)	양배추죽 쇠고기호박진밥⑥ 자른과일(참외or사과)	쇠고기감자죽⑥ 노른자청경채진밥① 자른과일(배or수박)
날짜	7/13 (월)	7/14 (화)	7/15 (수)	7/16 (목)	7/17(금) 제헌절	7/18 (토)
초기(5-6) ·이유식1회	감자미음(고구마미음)			당근미음		당근미음
중기(7-8) ·이유식2회	노른자애호박죽① 순두부감자죽⑤	양송이죽 쇠고기콩나물죽⑤⑥	시금치죽 닭살무죽⑤	숙주죽 노른자(단호박)죽①		쇠고기새송이죽⑥ (닭살)당근죽
후기(9-11) ·오전간식 ·점심 ·오후간식	노른자애호박죽① 순두부감자무른밥⑤ 으깬고구마	양송이죽 쇠고기콩나물무른밥⑤⑥ 자른과일(참외or사과)	시금치죽 닭살무무른밥⑤ 무른오이(플레인요거트②)	게살죽⑧(숙주죽) 노른자(단호박)무른밥① 자른과일(오렌지or자두①)		쇠고기새송이죽⑥ (닭살)당근무른밥 자른과일(바나나)(오렌지or자두①)
완료기(12-15) ·오전간식 ·점심 ·오후간식	(오징어⑩)애호박죽 순두부감자진밥⑤ 으깬고구마	양송이죽 쇠고기콩나물진밥⑤⑥ 자른과일(참외or사과)	시금치죽 닭살무진밥⑤ 무른오이(플레인요거트②)	게살죽⑧(숙주죽) 노른자(단호박)진밥① 자른과일(오렌지or자두①)	쇠고기새송이죽⑥ (닭살)당근진밥 자른과일(바나나)(오렌지or자두①)	
날짜	7/20 (월)	7/21 (화)	7/22 (수)	7/23 (목)	7/24 (금)	7/25 (토)
초기(5-6) ·이유식1회	브로콜리미음			애호박미음		
중기(7-8) ·이유식2회	감자죽 두부근대죽⑤	브로콜리죽 닭살열무죽⑤	(단)호박죽 노른자숙주죽①	애호박죽 (두부⑤)열무죽	콩나물죽⑤ 쇠고기숙주죽⑥	닭살양배추죽⑤ 두부감자죽⑤
후기(9-11) ·오전간식 ·점심 ·오후간식	감자죽 두부근대무른밥⑤ 으깬감자(자른과일(수박))	브로콜리죽 닭살열무무른밥⑤ 자른과일(참외or바나나)	(단)호박죽 노른자숙주무른밥① 어린이치즈②	애호박죽 (두부⑤)열무무른밥 현미스낵(자른과일(포도))	콩나물죽⑤ 쇠고기숙주무른밥⑥ 자른과일(수박or자두①)	닭살양배추죽⑤ 두부감자무른밥⑤ 자른과일(참외)(으깬감자)
완료기(12-15) ·오전간식 ·점심 ·오후간식	감자죽 두부근대진밥⑤ 으깬감자(자른과일(수박))	브로콜리죽 닭살열무진밥⑤ 자른과일(참외or바나나)	(단)호박죽 노른자숙주진밥① 어린이치즈②	애호박죽 (두부⑤)열무진밥 현미스낵(자른과일(포도))	콩나물죽⑤ 쇠고기숙주진밥⑥ 자른과일(수박or자두①)	닭살양배추죽⑤ 두부감자진밥⑤ 자른과일(참외)(으깬감자)
날짜	7/27 (월)	7/28 (화)	7/29 (수)	7/30 (목)	7/31 (금)	가정에서 함께해요! 저탄소 자급식교육! 단호박
초기(5-6) ·이유식1회	감자미음			단호박미음		
중기(7-8) ·이유식2회	두부죽⑤ 노른자(썩갠)죽①	배추죽 쇠고기(미역)죽⑥	애호박죽 (두부⑤)감자죽	(쇠고기⑫)김죽 노른자콩나물죽①⑤	쇠고기죽⑥ 닭살부추죽⑤	
후기(9-11) ·오전간식 ·점심 ·오후간식	두부죽⑤ 노른자(썩갠)무른밥① 으깬고구마(어린이치즈②)	배추죽 쇠고기(미역)무른밥⑥ 자른과일(바나나)(온두부⑤)	애호박죽 (두부⑤)감자무른밥 현미스낵(자른과일(포도))	(쇠고기⑫)김죽 노른자콩나물무른밥①⑤ 으깬단호박	쇠고기죽⑥ 닭살부추무른밥⑤ 자른과일(사과or참외)	
완료기(12-15) ·오전간식 ·점심 ·오후간식	두부죽⑤ 노른자(썩갠)진밥① 으깬고구마(어린이치즈②)	배추죽 쇠고기(미역)진밥⑥ 자른과일(바나나)(온두부⑤)	애호박죽 (두부⑤)감자진밥 현미스낵(자른과일(포도))	(쇠고기⑫)김죽 노른자콩나물진밥①⑤ 으깬단호박	쇠고기죽⑥ 닭살부추진밥⑤ 자른과일(사과or참외)	
비타민A가 풍부해 눈을 보호해요. 비타민C가 풍부해 피부를 좋게해요.						

				7/1 (수)	7/2 (목)	7/3 (금)	7/4 (토)	원산지		
열량/단백질 kcal/g	초기 유기 완료기			41.2/1.8 156.0/8.2 203.6/9.0 313.1/9.7	47.7/1.7 156.0/8.2 203.6/9.0 313.1/9.7	45.9/2.5 157.1/6.1 261.9/9.4 328.2/11.3	45.9/2.5 177.5/6.1 256.9/8.7 350.7/9.5	쌀 (밥,죽,누룽지) 국내산		
열량/단백질 kcal/g	초기 유기 완료기	7/6 (월)	7/7 (화)	7/8 (수)	7/9 (목)	7/10 (금)	7/11 (토)	콩	두부 국내산	
									순두부 국내산	
									연두부 국내산	
		7/13 (월)	7/14 (화)	7/15 (수)	7/16 (목)	7/17 (금)	7/18 (토)	쇠고기 국내산 한우		
열량/단백질 kcal/g	초기 유기 완료기	45.9/2.5 177.5/6.1 256.9/8.7 350.7/9.5	43.2/1.2 211.2/5.8 287.3/8.7 326.2/12.8	45.9/2.5 177.5/6.1 256.9/8.7 350.7/9.5	47.7/1.7 177.5/6.1 256.9/8.7 350.7/9.5	제헌절	45.6/1.8 189.4/5.5 267.8/7.9 341.5/10.8	닭고기 국내산		
								오징어 국내산		
식품알레르기 유발물질										
①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ㉠참깨										
※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.										
※ 완제품, 가공식품을 사용하는 경우 제품에 따라 원재료가 상이하므로, 우리 기관에서 사용하는 제품의 뒷면 원재료를 꼼꼼하게 확인하여 제한이 필요한 경우 제한하여야 합니다.										

원산지		
쌀 (밥,죽,누룽지)	국내산	
	두부	국내산
	순두부	국내산
콩	연두부	국내산
쇠고기		국내산 한우
닭고기		국내산
오징어		국내산
식품알레르기 유발물질		
①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ㉠참깨		
※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.		
※ 완제품, 가공식품을 사용하는 경우 제품에 따라 원재료가 상이하므로, 우리 기관에서 사용하는 제품의 뒷면 원재료를 꼼꼼하게 확인하여 제한이 필요한 경우 제한하여야 합니다.		

■ 영아 1일 한국인 영양소 섭취기준(2025년): 0-5개월 500kcal, 6-11개월 600kcal, 12-15개월 900kcal, 월분 섭취를 위하여 단백질 식품이 없는 날은 쇠고기 육수로 조리 & 단백질군(쇠고기, 닭고기, 두부, 난황 등) 추가하여 조리 가능합니다!

■ 분홍색 음영이 들어간 날은 중식 메뉴에 이유식으로 적합한 재료가 없으므로 추가 발주 하셔야 합니다.

■ 무른채소는 오이, 당근, 파프리카, 무, 양배추, 브로콜리, 감자, 고구마, 밤, 단호박 등을 익혀서 으개거나 먹기 좋은 크기로 제공 가능합니다!