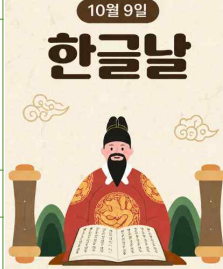


2026년 10월 만1-2세 식단

[구체식]

1주차	[제철 식재료 및 신메뉴 소개]		♥2026년 식단 안내♥	1(목)	2(금) 일대! 오심! 살찐의 날	3(토) 개천절
오전간식	★채소류 : 청경채, 대파, 느타리버섯 등 ★과일류 : 사과, 배, 굴, 석류등 ★해산물 : 고등어, 전복, 콩치, 삼치등 지구와 건강을 지키는 10월의 지구건강식단 『미역두부전』 : 지구와 나의 건강을 지키는 식재료인 미역과 두부를 활용한 메뉴		생일식단 조리원휴가메뉴 소풍 식단 컬러데이 식단 선택형 식단 →월간 식단 구성 안내문을 참고해주세요	닭살당근죽 ¹⁵	현장학습 	
점심				잡곡밥 미역국 ^{5,6} 소고기버섯조림 ^{5,6,16} 열무나물 ^{5,6} 깍두기 ⁹		
오후간식				찐고구마,우유 ²		
열량/단백질 (kcal/g)				449.1/17.9		
2주차	5(월) 대체휴일	6(화)	7(수)	8(목)	9(금) 한글날	10(토)
오전간식		씨리얼+우유 ²	채썬오이,마시는요거트 ²	양파치즈죽 ²	10월 9일 한글날 	마시는요거트 ²
점심		잡곡밥 부추두부된장국 ^{5,6} (닭살버터구이 ^{2,15}) 연근조림 ^{5,6} 깍두기 ⁹	돈육짜장밥 ^{2,5,6,10,15,16} 달걀팥국 ¹ 근대나물 ^{5,6} 배추김치 ⁹	잡곡밥 시래기된장국 ^{5,6} 소고기파프리카볶음 ^{5,6,16} 고양이밥 ⁹ 깍두기 ⁹		소고기소보로덮밥 ^{5,6,16} 감자맑은국 ^{5,6} 시래기나물 ^{5,6} 깍두기 ⁹
오후간식		야끼파스타 ^{1,5,6,12,18}	잼샌드위치 ^{1,2,5,6} (+보리차)	찐감자,우유 ²		미숫가루 ⁵
열량/단백질 (kcal/g)		481.6/17.1	414.5/16.3	472.1/19		422.1/13.2
3주차	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금) 지구건강방상	17(토)
오전간식	사과,마시는요거트 ²	씨리얼+우유 ²	채썬당근 마시는요거트 ²	버섯죽	생일데이(바나나)	마시는요거트 ²
점심	백미밥 순두부백탕 ^{5,6} 돈육우영볶음 ^{5,6,10} 얼갈이나물 ^{5,6} 깍두기 ⁹	잡곡밥 청경채된장국 ^{5,6} 새우살채소전 ^{1,5,6,9} 청포묵김무침 ^{5,6} 깍두기 ⁹	닭살깨잎볶음밥 ^{5,6,15} 물만둣국 ^{5,6,10,16,18} 오이나물 ^{5,6} 배추김치 ⁹	잡곡밥 참나물된장국 ^{5,6} 소고기숙주볶음 ^{5,16} 잔멸치조림 ^{5,6} 깍두기 ⁹	백미밥 미역국 ^{5,6} 찜닭 ^{5,6,15} 잡채 ^{5,6} 배추김치 ⁹	두부들깨볶음밥 ^{5,6,18} 단호박된장국 ^{5,6} 오이무침 ^{5,6} 깍두기 ⁹
오후간식	스크램블에그 ^{1,2,5} (+매실차)	유부주먹밥 ⁶ (+결명차)	★감자애호박스프 ² (+1/2모닝빵 ^{1,2,5,6})	찐단호박,우유 ²	케이크 ^{1,2,5,6} ,우유 ²	(수제)포도주스
열량/단백질 (kcal/g)	429.4/17.7	490.4/16.6	496.7/20.3	433.1/19.8	456/14	359.8/13
4주차	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)
오전간식	배,마시는요거트 ²	씨리얼+우유 ²	채썬파프리카 마시는요거트 ²	소고기채소죽 ^{5,6,16}	바나나,치즈 ²	마시는요거트 ²
점심	백미밥 콩나물국 ⁵ 닭살데리야끼조림 ^{5,6,15} 시래기나물 배추김치 ⁹	잡곡밥 근대된장국 ^{5,6} 삼치구이 ^{5,6} 가지토마토소스조림 ^{2,5,6,12,15,16,18} 깍두기 ⁹	★소고기순두부덮밥 ^{5,6,16} 버섯맑은국 ^{5,6} 그린샐러드 ^{5,6} 배추김치 ⁹	잡곡밥 아욱국 ^{5,6} 순살찜닭 ^{5,6,15} 크래미양배추무침 ^{1,5,6,8} 깍두기 ⁹	백미밥 황태맑은국 ^{5,6} 돈육잡채 ^{5,6,10} 김자반 ⁵ 배추김치 ⁹	돈육채소볶음밥 ^{5,6,10} 팽이장국 ^{5,6} 고구마범벅 ² 깍두기 ⁹
오후간식	찐감자,유자차	잔치국수 ^{5,6}	프렌치토스트 ^{1,2,5,6}	고구마맛탕 ⁵ ,우유 ²	곡물빵 ^{1,2,5,6} ,우유 ²	(수제)바나나우유 ²
열량/단백질 (kcal/g)	403.2/16.2	426.1/16.8	460.7/14.8	489/18.2	441.8/21.5	398.7/13.6
5주차	26(월) 지구건강방상	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)	31(토)
오전간식	감귤,마시는요거트 ²	씨리얼+우유 ²	채썬오이 마시는요거트 ²	누룽지죽	사과,치즈 ²	마시는요거트 ²
점심	잡곡밥 달걀양파국 ¹ ★미역두부전 ⁵ 브로콜리채 배추김치 ⁹	잡곡밥 얼갈이된장국 ^{5,6} (소고기무조림 ^{5,6,16}) 당근숙주무침 ^{5,6} 배추김치 ⁹	돈육연근볶음밥 ^{5,6,10} 유부맑은국 ^{5,6} 청경채나물 ^{5,6} 배추김치 ⁹	잡곡밥 시금치된장국 ^{5,6} 소불고기 ^{5,6,16} 새송이버섯볶음 ⁵ 깍두기 ⁹	백미밥 애호박맑은국 (훈제)오리주물럭 ^{5,6} 참나물무침 ^{5,6} 배추김치 ⁹	(훈제)오리덮밥 ⁵ 미역장국 ^{5,6} 애호박볶음 ^{5,6} 깍두기 ⁹
오후간식	참치마요주먹밥 ^{1,5} (+동굴레차)	어묵우동 ^{5,6}	연두부달걀찜 ^{1,5}	찐단호박,우유 ²	밤식빵 ^{1,2,5,6} ,우유 ²	(수제)사과주스
열량/단백질 (kcal/g)	432.4/16.7	423.1/17.8	417.8/20.2	432.6/17.3	450.2/16.4	370.3/13

원산지 표시	쌀·흑미 참살·현미	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	추가 작성칸	콩	수산물										김치
	국내산 ● ○ □ △ ▽ ◇ ▽ ◇ ▽ ◇	국내산	국내산	국내산	국내산	가공품 사용 시 직접 작성	두부 국내산	콩버찌 국내산	명태 산	고등어 산	오징어 산	전복 산	다랑어 원양산	추가 작성칸	배추 국내산	고춧가루 국내산		

식품알레르기 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류 ⑲잣

(주황색)은 대체 가능, (초록색)은 추가 가능한 메뉴이며, 식단감수가 따로 요구되지 않으니 급식소의 상황에 맞게 운영하여 주시기 바랍니다.

식단을 사용하실 때에 간식메뉴 [제철과일, 빵, 채소스틱]을 구체적인 명으로 기입하여 제공해주세요.		★가능한 저당 제품으로 선택 권장	
 ★표시된 메뉴는 이달의 신메뉴입니다. 이달의 신메뉴 레시피와 조리과정이 궁금하시다면? 휴대폰 카메라를 켜고 이 코드를 사진 찍듯 비추면, 휴대폰 화면에 뜨는 주소를 꼭! 눌러주세요. (센터 블로그 신메뉴 카테고리 바로 연결됩니다.)	빵	곡물빵, 식빵, 모닝빵, 밤식빵, 단팥빵, 치아바타, 소보로빵 등	
	채소스틱	오이스틱, 당근스틱, 파프리카스틱, 고구마스틱 등	
	익혀서 제공 가능	만 1-2세: 갈게 또는 채썬 형태로 제공	
	제철과일	딸기, 사과, 바나나, 토마토, 굴 등	
	요거트	마시는/떠먹는/짜먹는 요거트, 치즈 중 선택 제공	

1주차	[제철 식재료 및 신메뉴 소개]		♥2026년 식단 안내♥	1(목)	2(금) 일당! 오입+살찐날	3(토) 개천절
오전간식	★채소류 : 청경채, 대파, 느타리버섯 등 ★과일류 : 사과, 배, 귤, 석류 등 ★해산물 : 고등어, 전복, 공치, 삼치 등  지구와 건강을 지키는 10월의 지구건강식단 『미역두부전』 : 지구와 나의 건강을 지키는 식재료인 미역과 두부를 활용한 메뉴		생일식단 조리원휴가메뉴 소풍 식단 컬러데이 식단 선택형 식단 →월간 식단 구성 안내문을 참고해주세요!	닭살당근죽 ¹⁵ 잡곡밥 미역국 ^{5,6} 소고기버섯조림 ^{5,6,16} 열무나물 ^{5,6} 깍두기 ⁹	현장학습	10월 3일 개천절 
점심				찐고구마,우유 ²		
오후간식				655.9/25.9		
열량/단백질 (kcal/g)						
2주차	5(월) 대체휴일	6(화)	7(수)	8(목)	9(금) 한글날	10(토)
오전간식	 대체휴일	씨리얼+우유 ²	채썬오이,마시는요거트 ²	양파치즈죽 ² 잡곡밥 시래기된장국 ^{5,6} 소고기파프리카볶음 ^{5,6,16} 고양살 ¹⁶ 깍두기 ⁹	10월 9일 한글날 	마시는요거트 ² 소고기소보로덮밥 ^{5,6,16} 감자맑은국 ^{5,6} 시래기나물 ^{5,6} 깍두기 ⁹
점심		잡곡밥 부추두부된장국 ^{5,6} (닭살버터구이 ^{2,15}) 연근조림 ^{5,6} 깍두기 ⁹	돈육짜장밥 ^{2,5,6,10,15,16} 달걀찐국 ¹ 근대나물 ^{5,6} 배추김치 ⁹	찐감자,우유 ²		미숫가루 ⁵
오후간식		야끼파스타 ^{1,5,6,12,18}	잼샌드위치 ^{1,2,5,6} (+보리차)	691.3/27.7		422.1/13.2
열량/단백질 (kcal/g)						
3주차	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금) 지구건강방상	17(토)
오전간식	사과,마시는요거트 ²	씨리얼+우유 ²	채썬당근 마시는요거트 ²	버섯죽	생일데이(바나나)	마시는요거트 ²
점심	백미밥 순두부백탕 ^{5,6} 돈육우육볶음 ^{5,6,10} 얼갈이나물 ^{5,6} 깍두기 ⁹	잡곡밥 청경채된장국 ^{5,6} 새우살채소전 ^{1,5,6,9} 청포묵김무침 ^{5,6} 깍두기 ⁹	닭살갯잎볶음밥 ^{5,6,15} 물만둣국 ^{5,6,10,16,18} 오이나물 ^{5,6} 배추김치 ⁹	잡곡밥 참나물된장국 ^{5,6} 소고기숙주볶음 ^{5,16} 잔멸치조림 ^{5,6} 깍두기 ⁹	백미밥 미역국 ^{5,6} 찜닭 ^{5,6,15} 잡채 ^{5,6} 배추김치 ⁹	두부들깨볶음밥 ^{5,6,18} 단호박된장국 ^{5,6} 오이무침 ^{5,6} 깍두기 ⁹
오후간식	스크램블에그 ^{1,2,5} (+매실차)	유부주먹밥(+결명차)	★감자애호박스프 ² (+1/2모닝빵 ^{1,2,5,6})	찐단호박,우유 ²	케이크 ^{1,2,5,6} ,우유 ²	(수제)포도주스
열량/단백질 (kcal/g)	609.5/25.6	752.3/25.4	690.5/28.9	631.3/28.8	644/20	502.4/18.5
4주차	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)
오전간식	배,마시는요거트 ²	씨리얼+우유 ²	채썬파프리카 마시는요거트 ²	소고기채소죽 ^{5,6,16}	바나나,치즈 ²	마시는요거트 ²
점심	백미밥 콩나물국 ⁵ 닭살데리야끼조림 ^{5,6,15} 시래기나물 ^{5,6} 배추김치 ⁹	잡곡밥 근대된장국 ^{5,6} 삼치구이 ^{5,6} 가지토마토소스조림 ^{2,5,6,12,15,16,18} 깍두기 ⁹	★소고기순두부덮밥 ^{5,6,16} 버섯맑은국 ^{5,6} 그린샐러드 ^{5,6} 배추김치 ⁹	잡곡밥 아욱국 ^{5,6} 순살찜닭 ^{5,6,15} 크래임양배추무침 ^{1,5,6,8} 깍두기 ⁹	백미밥 황태맑은국 ^{5,6} 돈육잡채 ^{5,6,10} 김자반 ⁵ 배추김치 ⁹	돈육채소볶음밥 ^{5,6,10} 팽이장국 ^{5,6} 고구마범벅 ² 깍두기 ⁹
오후간식	찐감자,유자차	잔치국수 ^{5,6}	프렌치토스트 ^{1,2,5,6}	고구마맛탕 ^{5,우유²}	곡물빵 ^{1,2,5,6} ,우유 ²	(수제)바나나우유 ²
열량/단백질 (kcal/g)	569.1/23.3	655.6/25.8	621.9/20	717.4/26.4	619.2/29.5	562.3/19.3
5주차	26(월) 지구건강방상	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)	31(토)
오전간식	감귤,마시는요거트 ²	씨리얼+우유 ²	채썬오이 마시는요거트 ²	누룽지죽	사과,치즈 ²	마시는요거트 ²
점심	잡곡밥 달걀양파국 ¹ ★미역두부전 ⁵ 브로콜리수프 ^{5,6} 배추김치 ⁹	잡곡밥 얼갈이된장국 ^{5,6} (소고기무조림 ^{5,6,16}) 당근숙주무침 ^{5,6} 배추김치 ⁹	돈육연근볶음밥 ^{5,6,10} 유부맑은국 ^{5,6} 청경채나물 ^{5,6} 배추김치 ⁹	잡곡밥 시금치된장국 ^{5,6} 소불고기 ^{5,6,16} 새송이버섯볶음 ⁵ 깍두기 ⁹	백미밥 애호박맑은국 (훈제)오리주물럭 ^{5,6} 참나물무침 ^{5,6} 배추김치 ⁹	(훈제)오리덮밥 ⁵ 미역장국 ^{5,6} 애호박볶음 ^{5,6} 깍두기 ⁹
오후간식	참치마요주먹밥 ^{1,5} (+동굴레차)	어묵우동 ^{5,6}	연두부달걀찜 ^{1,5}	찐단호박,우유 ²	밤식빵 ^{1,2,5,6} ,우유 ²	(수제)사과주스
열량/단백질 (kcal/g)	614.1/24.2	650.9/27.5	591.6/29.5	630.6/25	632.2/21.7	518.5/18.3

원산지 표시	쌀, 흑미 찬쌀, 현미	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	추가 작성칸	콩		수산물						김치		
	국내산 ●한우 ☐ 절소	국내산	국내산	국내산	국내산	가공품 사용 시 직접 작성	두부 국내산	콩버찌 국내산	명태 산	고등어 산	오징어 산	전복 산	다랑어 원양산	추가 작성칸 가공품 사용 시 직접 작성	배추 국내산	고춧가루 국내산	
식품알레르기	①난류 ②우유 ③매일 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류 ⑲참																

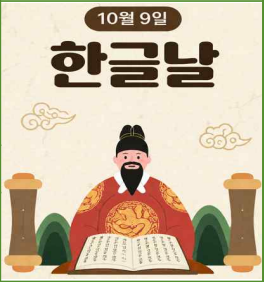
(주황색)은 대체 가능, (초록색)은 추가 가능한 메뉴이며, 식단감수가 따로 요구되지 않으니 급식소의 상황에 맞게 운영하여 주시기 바랍니다.

식단을 이용하실 때에 간식메뉴 [제철과일, 빵, 채소스틱]을 구체적인 명으로 기입하여 제공해주세요.			★가능한 저당 제품으로 선택 권장	
	★표시된 메뉴는 이달의 신메뉴입니다. 이달의 신메뉴 레시피와 조리과정이 궁금하시다면? 휴대폰 카메라를 켜고 이 코드를 사진 찍듯 비추면, 휴대폰 화면에 뜨는 주소를 꼭! 눌러주세요. (센터 블로그 신메뉴 카테고리 바로 연결됩니다.)	빵	곡물빵, 식빵, 모닝빵, 밤식빵, 단팥빵, 치아바타, 소보로빵 등	
		채소스틱	오이스틱, 당근스틱, 파프리카스틱, 고구마스틱 등	
		익혀서 제공 가능	만 1-2세, 잘게 또는 채썬 형태로 제공	
		제철과일	딸기, 사과, 바나나, 토마토, 귤 등	
		요거트	마시는/떠먹는/짜먹는 요거트, 치즈 중 선택 제공	

2026년 10월 만1-2세,3-5세 시간연장형 식단

저녁 간식은 선택사항이므로 저녁 간식을 제공하지 않는 경우 감수 없이 변경 가능합니다.

저녁 간식을 제공하지 않는 경우 '저녁 간식' 칸과 '저녁+저녁간식 열량/단백질' 칸을 삭제하여 배포해주세요.

1주차	[제철식재료 및 신메뉴 소개]		♥2026년 식단 안내♥	1(목)	2(금)
저녁	★채소류 : 청경채, 대파, 느타리버섯 등 ★과일류 : 사과, 배, 귤, 석류등 ★해산물 : 고등어, 전복, 콩치, 삼치등		생일식단 조리원휴가메뉴 소풍 식단 컬러데이 식단 선택형 식단 →월간 식단 구성 안내문을 참고해주세요!	소고기당근볶음밥 ^{5,6,16} 단호박된장국 ^{5,6} 미역초무침 깍두기 ⁹	백미밥 무채국 ^{5,6} 돈육열무볶음 ^{5,6,10} 버섯나물 배추김치 ⁹
1-2세 열량/단백질kcal/g				246/8.9	220.1/8.9
3-5세 열량/단백질kcal/g				378.5/13.7	331.5/13.2
2주차	5(월) 대체휴일	6(화)	7(수)	8(목)	9(금) 한글날
저녁	 대체휴일	가자미덮밥 ^{5,6} 양배추맑은국 두부구이(+양념장 ^{5,6}) 깍두기 ⁹	백미밥 근대된장국 ^{5,6} 돈육연근볶음 ^{5,6,10} 오이무침 배추김치 ⁹	잡곡밥 소고기미역국 ^{5,6,16} 달걀찜 ¹ 파프리카감자채볶음 ⁵ 깍두기 ⁹	 10월 9일 한글날
1-2세 열량/단백질kcal/g		255.6/12.2	230.3/10.7	235.3/9.1	
3-5세 열량/단백질kcal/g		393.2/18.8	346.5/15.8	362/14.1	
3주차	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금) 지구건강방상
저녁	백미밥 열갈이된장국 ^{5,6} 돈육데리야끼조림 ^{5,6,10} 상추사과무침 ^{5,6} 깍두기 ⁹	(소고기달걀볶음밥 ^{1,5,6,16}) 황태맑은국 ^{5,6} 청경채나물 ^{5,6} 깍두기 ⁹	백미밥 감자된장국 ^{5,6} 닭살소금구이 ^{5,15} 애호박볶음 ^{5,6} 배추김치 ⁹	잡곡밥 숙주맑은국 소고기단호박조림 ^{5,6} 김자반 ⁵ 깍두기 ⁹	마파두부덮밥 ^{5,6} 시금치된장국 ^{5,6} 버섯어묵볶음 ^{5,6} 배추김치 ⁹
1-2세 열량/단백질kcal/g	232.1/11.5	209.4/11.4	234.8/12.1	236.9/10.4	241.1/9
3-5세 열량/단백질kcal/g	357.1/17.7	299.2/16.2	361.3/18.7	364.5/16	371/13.9
4주차	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)
저녁	백미밥 시래기된장국 ^{5,6} 닭살양파볶음 ^{5,6,15} 콩나물무침 ^{5,6} 배추김치 ⁹	잡곡밥 감자맑은국 ^{5,6} 삼치조림 ^{5,6} 근대나물 ^{5,6} 깍두기 ⁹	백미밥 순두부된장국 ^{5,6} 소고기가지찜 ^{5,6,16} 버섯볶음 ⁵ 배추김치 ⁹	잡곡밥 안매운김치국 ⁹ 닭살고구마조림 ^{5,6,15} 크래미채소전 ^{1,5,6,8} 깍두기 ⁹	돈육토마토소스덮밥 ^{2,5,6,12,15,16,18} 미소장국 ^{5,6} 양배추김치무침 ^{5,6} 배추김치 ⁹
1-2세 열량/단백질kcal/g	242.9/11.1	235.1/11.3	237.3/14	305.4/14.2	236.6/10.2
3-5세 열량/단백질kcal/g	373.7/17.1	353.5/16.6	365.1/21.6	469.9/21.8	342/15
5주차	26(월) 지구건강방상	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)
저녁	달걀대파볶음밥 ^{1,5} 미역장국 ^{5,6} 두부브로콜리무침 ^{5,6} 배추김치 ⁹	잡곡밥 물만둣국 ^{5,6,10,16,18} 고등어구이 ^{5,6,7} 열갈이나물 ^{5,6} 배추김치 ⁹	백미밥 청경채된장국 ^{5,6} 돈육당근볶음 ^{5,6,10} 연근조림 ^{5,6} 배추김치 ⁹	소고기시금치덮밥 ^{5,6,16} 연두부맑은국 ^{5,6} 버섯나물 ⁵ 깍두기 ⁹	백미밥 참나물된장국 ^{5,6} (훈제)오리단호박찜 ^{5,6} 잔멸치볶음 ^{5,6} 배추김치 ⁹
1-2세 열량/단백질kcal/g	232.5/10.7	251/11.1	233.8/9.5	244.9/11.5	239.5/11.3
3-5세 열량/단백질kcal/g	357.6/16.4	386.1/17.1	351.9/14.1	376.7/17.6	368.4/17.4

원산지 표시	쌀, 흑미 찬쌀 현미	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	추가 작성칸	콩		수산물						김치	
		국내산 ●한우 □흑우 □적소	국내산	국내산	국내산	가공품 사용 시 직접 작성	두부	콩비지	명태	고등어	오징어	주꾸미	다랑어	추가 작성칸	배추	고춧가루
식품알레르기	①난류 ②우유 ③매밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류 ⑲참						국내산	산	산	국내산	산	산	원양산	가공품 사용 시 직접 작성	국내산	국내산

(주황색)은 대체 가능, (초록색)은 추가 가능한 메뉴입니다.

(대체) 및 (추가)의 경우에는 식단감수가 따로 요구되지 않으니 급식소의 상황에 맞게 운영하여 주시기 바랍니다.

10월 알레르기 대체메뉴

- 5가지(달걀, 우유, 견과류, 밀가루, 해산물)의 알레르기 유발식품을 대체할 수 있는 메뉴를 안내 해드립니다.
 급식소 상황(조리법 등) 및 어린이 알레르기 증상에 알맞게 선택하여 사용하시기 바랍니다.
 (알레르기 아동을 위한 메뉴 변경은 식단 감수없이 가능합니다. 단, 급식일지는 기록하셔야 합니다.)

알레르기 유발식품군	알레르기 유발식품	대체식품
달걀	달걀	두부(연두부, 순두부), 어육류(흰살생선 등), 콩나물
	마요네즈 소스	요거트 드레싱 올리브오일, 유자청, 발사믹, 키위, 오리엔탈, 발사믹, 참깨, 레몬
우유	우유, 요거트, 치즈	두유, 아몬드밀크, 코코넛밀크, 오트밀크
	요거트 드레싱	마요네즈, 올리브오일, 유자청, 발사믹, 키위, 오리엔탈, 발사믹, 참깨, 레몬
밀가루	밀가루(면)	전분, 쌀가루, 감자가루, 당면, 쌀국수
	각종 빵	떡, 감자, 고구마, 단호박, 옥수수, 제철과일, 삶은달걀, 쌀과자
	간장	소금, 밀이 첨가되어 있지 않은 간장 사용
	짜장가루, 카레가루	소금, 케찹
해산물	각종 해산물	두부, 계란, 육류
	새우젓이 들어간 각종 김치	제조 과정 시 새우젓 제외
견과류	땅콩, 호두, 피칸, 잣 등	제외, 확인 후 다른 견과류로 대체

알레르기 유발식품군	날짜	메뉴	대체식품	알레르기 유발식품군	날짜	메뉴	대체식품
우유	10/1	우유	두유	우유			
	10/6	우유	두유				
	10/8	우유	두유				
	10/13	우유	두유				
	10/15	우유	두유				
	10/16	우유	두유				
	10/20	우유	두유				
	10/22	우유	두유				
	10/23	우유	두유				
	10/27	우유	두유				
	10/29	우유	두유				
	10/30	우유	두유				
달걀	10/6	야끼파스타	(마요네즈제외)	견과류			
	10/7	잼샌드위치	쌀과자				
	10/7	달걀찐국	어묵국		10/30	밤식빵	쌀과자
	10/12	스크램블에그	물만두				
	10/13	새우살채소전	(달걀제외)				
	10/14	감자애호박스프+모닝빵	감자애호박스프+쌀과자				
	10/16	케이크	쌀과자				
	10/21	프렌치토스트	김가루주먹밥				
	10/22	크래미양배추무침	두부양배추무침				
	10/23	곡물빵	쌀과자				
	10/26	달걀양파국	황태양파국				
	10/26	참차마요주먹밥	(마요네즈제외)				
	10/28	연두부달걀찜	연두부찜				
	10/30	밤식빵	쌀과자				
이유식 중기, 후기, (알러지식품:계란) 두부,흰살생선,닭가슴살 (단백질) 식품으로 대체 제공됩니다.							