원 공지

8월식단

8월식단

서대문구 어린이급식관리지원센터
Center for Children's Foodservice Management

2026년 8월 만1-2세 죽형 식단

[포괄식]

홍제꿈 어린이집
서대문구 어린이급식관리지원센터
영양팀 작성

1주차	8/31(월)	[제철식재료 및 신메뉴 소개]			♥2026년 식단 안내♥
오전간식	포도,감자죽	★채소류 : 옥수수, 가지, 오이, 토마토, 애호박 등 ★과일류 : 복숭아, 수박, 자두, 포도, 참외 등 ★해산물 : 갈치, 꼬막, 오징어, 가자미 등 지구와 건강을 지키는 8월의 지구건강식단 「버섯냉파스타」 : 지구와 나의 건강을 지키는 식재료인 버섯을 활용한 냉파스타			생일식단 조리원휴가메뉴 소풍 식단 퀼리테이 식단 선택형 식단 →월간 식단 구성 안내문을 참고해주세요!
점심	백미밥 참나물된장국5,6 소고기우엉볶음5,6,16 청포묵무침 배추김치9				
오후간식	연두부찜5 우유2				
열량/단백질 (kcal/g)	472.1/20.1				
2주차	**3(월)**	**4(화)**	**5(수)** 영양의 날	**6(목)**	**7(금)** 지구건강방상
오전간식	수박,참깨양파죽	숙주죽	오이채썬채소 치즈죽2,5,6	들깨죽	바나나,김가루합쌀죽
점심	백미밥 애호박된장국5,6 안매운닭갈비5,6,15 쌈무 배추김치9	잡곡밥 달걀팟국1 두부채소볶음5,6 근대나물5,6 배추김치9	잡곡밥 소고기소보로덮밥5,6,16 버섯된장국5,6 참나물무침5,6 배추김치9	잡곡밥 콩나물국5 돈육배추볶음5,6,10 깻잎나물5,6 배추김치9	잡곡밥 순두부백탕5 브로콜리달걀볶음1,5 우엉조림5,6 배추김치9
오후간식	참치주먹밥5,우유2	잔치국수5,6	닭살버터구이2,15	찐감자,두유5	모닝빵1,2,5,6,우유2
열량/단백질 (kcal/g)	511.2/23.2	341.8/14.5	407.6/20.3	406.9/20.6	466/19.4
3주차	**10(월)**	**11(화)**	**12(수)**	**13(목)**	**14(금)말복**
오전간식	복숭아,미역국5,6	소고기죽5,6,16	두부파프리카죽5,6	채소죽5,6	바나나, 콩나물치즈죽2,5,6
점심	백미밥 유부맑은국5,6 소불고기5,6,16 가지무침5,6 배추김치9	잡곡밥 숙주된장국5,6 순살가자미구이5,610 새송이버섯볶음5 배추김치9	닭살짜장밥 2,5,6,10,15,16 감자맑은국5,6 양배추숙채무침 배추김치9	잡곡밥 미소장국5,6 돈육당근찜5,6,10 도토리묵무침5,6 배추김치9	초계국수5,6,15 1/2백미밥 김구이 배추김치9
오후간식	연두부찜,12,5, 우유2	김가루주먹밥,2,5,6	수박화채2	찐단호박, 두유5	소보루빵1,2,5,6,우유2
열량/단백질 (kcal/g)	490.2/19.9	370.2/16.7	380.6/17.9	453.2/16.2	492/21.2
4주차	**17(월)대체휴일**	**18(화)**	**19(수)**	**20(목)**	**21(금)**
오전간식		양배추죽	당근채썬채소, 누룽지죽	녹두죽	바나나, 달걀애호박죽1
점심		잡곡밥 소고기뭇국5,6,16 치즈달걀말이1,2,5 열무볶음5,6 배추김치9	돈육마파두부덮밥5,6,10 배춧국5,6 과일샐러드 오리엔탈드레싱5,6 배추김치9	잡곡밥 황태맑은국5,6 닭살소금구이5,15 콩나물무침5,6 배추김치9	백미밥 미역국5,6 소고기파프리카찜5,6,16 ⭐**브로콜리두부볶음5,6** 배추김치9
오후간식		군만두,2,6,10	볶음우동5,6	찐고구마,두유5	소금빵,2,5,6,우유2
열량/단백질 (kcal/g)		370.5/14.2	460.8/14.7	403.6/20.9	534.6/22.2
5주차	**24(월)** 지구건강방상	**25(화)**	**26(수)**	**27(목)**	**28(금)**
오전간식	참외,황태채소죽	버섯죽	오이채썬채소, 김가루무국5,6	잔멸치죽5,6	바나나, 당근치즈죽2,5,6
점심	잡곡밥 두부된장국5,6 당근달걀찜1 가지양파볶음5,6 배추김치9	잡곡밥 어묵국5,6 임연수간장조림5,6 숙주나물5,6 배추김치9	소고기대파볶음밥5,6,16 물만둣국5,6,10,16,18 시래기무침5,6 배추김치9	잡곡밥 얼갈이된장국5,6 오리주물럭5,6 양배추찜 저염쌀장5,6,13 배추김치9	백미밥 양파달걀국1 돈육갈비찜5,6,10 애호박볶음5,6 배추김치9
오후간식	⭐**버섯냉파스타5,6** 우유2	유부주먹밥5,6	미숫가루5, +찐감자,2,5,6	⭐**토마토감자조림5,12,** 두유5	밤식빵1,2,5,6,우유2
열량/단백질 (kcal/g)	568.5/22.4	504.8/15.7	434.8/18.2	456.7/18	474.2/17.8

원산지 표시	쌀,흑미,찹쌀,현미	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	추가 작성란	콩		수산물						김치	
	국내산	산 ☑한우 □육우 □염소	국내산	국내산	국내산	가공품 사용 시 직접 작성	두부	콩비지	명태	고등어	오징어	전복	다랑어	추가 작성란	배추	고춧가루
							국내산	국내산	수입산	국내산	국내산	국내산	수입산	가공품 사용 시 직접 작성	국내산	국내산
식품알레르기	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류 ⑲잣															

식단을 사용하실 때에 간식메뉴 [제철과일, 빵, 채소스틱]을 구체적인 명으로 기입하여 제공해주세요. ★가능한 저당 제품으로 선택 권장

⭐표시된 메뉴는 **이달의 신메뉴**입니다.
이달의 신메뉴 레시피와 조리과정이 궁금하시다면?
휴대폰 카메라를 켜고 이 코드를 사진 찍듯 비춘 뒤, 휴대폰 화면에 뜨는 주소를 콕! 눌러주세요.
(센터 블로그 신메뉴 카테고리로 바로 연결됩니다.)

빵	곡물빵, 식빵, 모닝빵, 밤식빵, 단팥빵, 치아바타, 소보루빵 등
채소스틱 익혀서 제공 가능	오이스틱, 당근스틱, 파프리카스틱, 고구마스틱 등 **만 1-2세: 갈게 또는 채썬 형태로 제공**
제철과일	딸기, 사과, 바나나, 토마토, 귤 등
요거트	마시는/떠먹는/짜먹는 요구르트, 치즈 중 선택 제공

가장 먼저 공감을 남겨주세요

2024비담임교사외 조리사
2026년 7월 31일 금요일 오후 3:47

댓글 0

댓글이 없습니다.