마포구 어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

2026년 6월 식단

<1-2세 영아 식단>

합정 어린이집
마포구 어린이·사회복지급식관리지원센터 영양팀

	날짜	1(월)	2(화) 부모참여수업	3(수) 지방선거	4(목)	5(금) 생일식단	6(토) 현충일
첫째주	오전간식	미숫가루⑤&우유②	부모참여수업		당근스틱 &어린이치즈②	배	
	점심	백미밥 돈육비지찌개⑤⑨⑩ 메추리알장조림①⑤⑥ 깻잎나물⑤⑥ 어린이깍두기⑨			흑미밥 팽이버섯된장국⑤⑥ 돈육폭찹⑤⑥⑩⑫ 비름나물무침⑤⑥ 어린이깍두기⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 돈육갈비찜⑤⑥⑩ 마카로니샐러드①⑤⑥ 어린이배추김치⑨	
	오후간식	칼국수⑤⑥			토마토스파게티⑤⑥⑫	케익①②⑥&우유②	
	열량(kcal)/단백질(g)	435/17			416/19	461/15	
	날짜	8(월)	9(화)	10(수)	11(목)	12(금)	13(토)
둘째주	오전간식	곡물시리얼⑤⑥&우유②	닭살양파죽⑮	수박 &딸기요거트②	오이스틱 &어린이치즈②	사과	딸기요거트②
	점심	백미밥 열무된장국⑤⑥ 쇠고기파프리카볶음⑤⑥⑯ 가지나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	백미밥 (달걀제외)순두부백탕⑤ 돈육수육⑤⑥⑩ 양배추숙쌈&저염쌈장⑤⑥ 어린이깍두기⑨	단호박짜장밥⑤⑥ 숭늉 실채볶음⑤⑥⑰ 과일샐러드② 어린이배추김치⑨	기장밥 맑은동태살국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 우거지나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	수수밥 청경채된장국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑮ 콩나물무침⑤⑥ 어린이깍두기⑨	새우살채소덮밥⑤⑥⑨ 숭늉 어린이배추김치⑨
	오후간식	프렌치토스트①②⑤⑥	버터감자구이② &우유②	김가루주먹밥⑤⑥	수제비⑥	모닝빵①②⑥+잼 &우유②	자른 방울토마토⑫ &어린이치즈②
	열량(kcal)/단백질(g)	439/14	406/19	390/14	402/18	390/18	270/13
	날짜	15(월)	16(화)	17(수)	18(목) NEW	19(금) 단오	20(토)
셋째주	오전간식	미숫가루⑤&우유②	두부양파죽⑤	참외&딸기요거트②	데친 고구마스틱 &어린이치즈②	골드키위	두유⑤
	점심	백미밥 콩가루배춧국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 청포묵무침⑤⑥ 어린이깍두기⑨	백미밥 안매운육개장⑤⑥⑯ 치즈달걀찜①② 김구이 어린이깍두기⑨	닭살깻잎볶음밥⑤⑥⑮ 시금치된장국⑤⑥ 물만두①⑤⑥⑩ 어린이배추김치⑨	수수밥 맑은유부국⑤⑥ 쇠고기장조림⑤⑥⑯ 느타리버섯나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	흑미밥 들깨미역국⑤⑥ 훈제오리볶음⑤ 숙주나물⑤⑥ 어린이깍두기⑨	간장비빔국수⑤⑥ 1/2잔멸치주먹밥⑤ 어린이배추김치⑨
	오후간식	우동⑤⑥	찐단호박&우유②	삼색주먹밥⑤	카레감자전⑤⑥	카스테라①②⑥ &우유②	딸기요거트②
	열량(kcal)/단백질(g)	393/17	404/19	405/17	409/19	400/14	254/10
	날짜	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)	27(토)
넷째주	오전간식	곡물시리얼⑤⑥&우유②	치즈채소죽②	자른 방울토마토⑫ &딸기요거트②	파프리카스틱 &어린이치즈②	바나나	딸기요거트②
	점심	백미밥 달걀팟국① 쇠고기폭찹⑤⑥⑫⑯ 브로콜리무침⑤⑥ 어린이배추김치⑨	백미밥 감자된장국⑤⑥ 돈육장똑똑이⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 어린이깍두기⑨	해산물덮밥⑤⑥⑨⑰ 숭늉 볼어묵조림⑤⑥ 오이새콤무침⑤⑥ 어린이깍두기⑨	흑미밥 두부된장국⑤⑥ 임연수구이⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	기장밥 맑은콩나물국⑤⑥ 영양찜닭⑤⑥⑮ 치커리사과무침⑤⑥ 어린이배추김치⑨	돈육가지볶음밥⑤⑥⑩ 숭늉 어린이깍두기⑨
	오후간식	(달걀제외)핫케이크②⑤⑥	고구마샐러드①⑤ &우유②	다진유부주먹밥⑤	쌀국수⑥	쌀식빵⑤⑥&우유②	배&어린이치즈②
	열량(kcal)/단백질(g)	447/15	418/15	400/18	419/17	392/20	287/13
	날짜	29(월)	30(화)				특별식단 운영 안내
다섯째주	오전간식	옥수수스프②⑥	달걀당근죽①				NEW 신메뉴 DAY (월 1회)
	점심	백미밥 새송이버섯된장국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 어린이깍두기⑨	백미밥 쇠고기당면국⑤⑥⑯ 두부카레조림⑤⑥ 아욱나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨				국 없는 날(2·4주 토요일)
	오후간식	잔치국수⑤⑥	찐감자&우유②				서울미래밥상 (월 2회)
	열량(kcal)/단백질(g)	392/17	423/16				우리음식의 날(?)
							생일식단 (월 1회)

식품알레르기 유발식품 표시】

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣

(대체)의 경우에는 식단 감수가 따로 요구되지 않으니 급식소의 상황에 맞게 운영하여 주시기 바랍니다.

원산지 표시

쌀	김치		쇠고기	콩			돼지고기	닭고기	수산물	
밥,죽,누룽지,흑미,현미,찹쌀	배추	고춧가루	국내산	두부류	유부	콩비지			동태	오징어 (해산물덮밥)
국내산	국내산	국내산	한우	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	외국산 (러시아)	국내산

식육·수산물가공품		
실채	훈제오리	우동 (가쓰오부시장국)
외국산 (페루)	국내산	외국산 (필리핀,원양)

이달의 식재료 가정통신문

*학부모 참여 사업 확인해주세요

※ 원산지 표기 대상 식품이 있는 경우 원산지를 추가 작성해 주시기 바랍니다. 식품의 원산지는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

마포구 어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

2026년 6월 식단

<3-5세 유아 식단>

합정 어린이집
마포구 어린이·사회복지급식관리지원센터 영양팀

	날짜	1(월)	2(화) 부모참여수업	3(수) 지방선거	4(목)	5(금) 생일식단	6(토) 현충일
첫째주	오전간식	미숫가루⑤&우유②			당근스틱 &어린이치즈②	배	
	점심	백미밥 돈육비지찌개⑤⑨⑩ 메추리알장조림①⑤⑥ 깻잎나물⑤⑥ 어린이깍두기⑨			흑미밥 팽이버섯된장국⑤⑥ 돈육폭찹⑤⑥⑩⑫ 비름나물무침⑤⑥ 어린이깍두기⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 돈육갈비찜⑤⑥⑩ 마카로니샐러드①⑤⑥ 어린이배추김치⑨	
	오후간식	칼국수⑤⑥			토마토스파게티⑤⑥⑫	케익①②⑥&우유②	
	열량(kcal)/단백질(g)	679/27			639/29	669/21	
	날짜	8(월)	9(화)	10(수)	11(목)	12(금)	13(토)
둘째주	오전간식	곡물시리얼⑤⑥&우유②	닭살양파죽⑮	수박 &딸기요거트②	오이스틱 &어린이치즈②	사과	딸기요거트②
	점심	백미밥 열무된장국⑤⑥ 쇠고기파프리카볶음⑤⑥⑯ 가지나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	백미밥 (달걀제외)순두부백탕⑤ 돈육수육⑤⑥⑩ 양배추숙쌈&저염쌈장⑤⑥ 어린이깍두기⑨	단호박짜장밥⑤⑥⑩ 숭늉 실채볶음⑤⑥⑰ 과일샐러드② 어린이배추김치⑨	기장밥 맑은동태살국⑤⑥ 달걀말이①⑤ 우거지나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	수수밥 청경채된장국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑮ 콩나물무침⑤⑥ 어린이깍두기⑨	새우살채소덮밥⑤⑥⑨ 숭늉 어린이배추김치⑨
	오후간식	프렌치토스트①②⑤⑥	버터감자구이② &우유②	김가루주먹밥⑤⑥	수제비⑥	모닝빵①②⑥+잼 &우유②	자른 방울토마토⑫ &어린이치즈②
	열량(kcal)/단백질(g)	693/23	625/30	600/21	618/27	602/28	455/21
	날짜	15(월)	16(화)	17(수)	18(목) NEW	19(금) 단오	20(토)
셋째주	오전간식	미숫가루⑤&우유②	두부양파죽⑤	참외&딸기요거트②	데친 고구마스틱 &어린이치즈②	골드키위	두유⑤
	점심	백미밥 콩가루배춧국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 청포묵무침⑤⑥ 어린이깍두기⑨	백미밥 안매운육개장⑤⑥⑯ 치즈달걀찜①② 김구이 어린이깍두기⑨	닭살깻잎볶음밥⑤⑥⑮ 시금치된장국⑤⑥ 물만두①⑤⑥⑩ 어린이배추김치⑨	수수밥 맑은유부국⑤⑥ 쇠고기장조림⑤⑥⑯ 느타리버섯나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	흑미밥 들깨미역국⑤⑥ 훈제오리볶음⑤ 숙주나물⑤⑥ 어린이깍두기⑨	간장비빔국수⑤⑥ 1/2잔멸치주먹밥⑤ 어린이배추김치⑨
	오후간식	우동⑤⑥	찐단호박&우유②	삼색주먹밥⑤	카레감자전⑤⑥	카스테라①②⑥ &우유②	딸기요거트②
	열량(kcal)/단백질(g)	634/25	605/28	623/26	630/29	612/20	372/15
	날짜	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)	27(토)
넷째주	오전간식	곡물시리얼⑤⑥&우유②	치즈채소죽②	자른 방울토마토⑫ &딸기요거트②	파프리카스틱 &어린이치즈②	바나나	딸기요거트②
	점심	백미밥 달걀팟국① 쇠고기폭찹⑤⑥⑫⑯ 브로콜리무침⑤⑥ 어린이배추김치⑨	백미밥 감자된장국⑤⑥ 돈육장똑똑이⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 어린이깍두기⑨	해산물덮밥⑤⑥⑨⑰ 숭늉 볼어묵조림⑤⑥ 오이새콤무침⑤⑥ 어린이깍두기⑨	흑미밥 두부된장국⑤⑥ 임연수구이⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨	기장밥 맑은콩나물국⑤⑥ 영양찜닭⑤⑥⑮ 치커리사과무침⑤⑥ 어린이배추김치⑨	돈육가지볶음밥⑤⑥⑩ 숭늉 어린이깍두기⑨
	오후간식	(달걀제외)핫케이크②⑤⑥	고구마샐러드①⑤ &우유②	다진유부주먹밥⑤	쌀국수⑥	쌀식빵⑤⑥ &우유②	배&어린이치즈②
	열량(kcal)/단백질(g)	698/25	642/23	621/27	644/27	608/30	468/20
	날짜	29(월)	30(화)				특별식단 운영 안내
다섯째주	오전간식	옥수수스프②⑥	달걀당근죽①				NEW 신메뉴 DAY (월 1회)
	점심	백미밥 새송이버섯된장국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 어린이깍두기⑨	백미밥 쇠고기당면국⑤⑥⑯ 두부카레조림⑤⑥ 아욱나물⑤⑥ 어린이배추김치⑨				국 없는 날(1,3주 토요일)
	오후간식	잔치국수⑤⑥	찐감자&우유②				서울미래밥상 (월 2회)
	열량(kcal)/단백질(g)	600/26	651/25				우리 음식의 날(2주 마다)
							생일식단 (월 1회)

【식품알레르기 유발식품 표시】

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣

(대체)의 경우에는 식단 감수가 따로 요구되지 않으니 급식소의 상황에 맞게 운영하여 주시기 바랍니다.

원산지 표시

쌀	김치		쇠고기	콩			돼지고기	닭고기	수산물		이달의 식재료 가정통신문
밥,죽,누룽지,흑미,현미,찹쌀	배추	고춧가루	국내산	두부류	유부	콩비지			동태	오징어 (해산물덮밥)	
국내산	국내산	국내산	한우	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	외국산 (러시아)	국내산	

식육·수산물가공품		
실채	훈제오리	우동 (가쓰오부시장국)
외국산 (페루)	국내산	외국산 (필리핀,원양)

*학부모 참여 사업 확인해주세요

※ 원산지 표기 대상 식품이 있는 경우 원산지를 추가 작성해 주시기 바랍니다. 식품의 원산지는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.