2026년 6월의 식단

〈 2026년 6월 식단 소개 〉

■ 식단 구성 기준 안내

① 영유아의 신체 성장을 위해 필요한 칼로리와 균형 잡힌 영양소 공급을 고려하되 어린이집에서의 급간식이 하루 섭취량의 많은 부분을 차지함을 감안해 충분한 칼로리와 단백질을 포함하여 식단을 작성하였습니다. (2020 한국인 영양소 섭취기준)

※ 공통식단인 오전간식~오후간식까지의 영양량 계산 / 영양량은 계산 프로그램, 양념, 개인 섭취량 따라 달라질 수 있음

연령	에너지(kcal)	단백질(g)
만1~2세	900kcal	20g
만3~5세	1,400kcal	25g

(일별)

② 급간식 메뉴는 맵거나 자극적이지 않게 조리하며, 인공조미료를 사용하지 않습니다. (★만 1-2세는 만3-5세에 비해 작게, 싱겁게 조리한 음식을 제공합니다.)

③ 나트륨을 줄인 건강한 국 염도 0.3~0.4 메뉴를 제공하고 있습니다. (찌개류는 0.5 이하)

④ 과일과 생채소는 간식 또는 후식으로 주 3~4회이상 제공됩니다.

⑤ 우유 및 유제품은 주 3~4회 이상 제공됩니다.

⑥ 잡곡밥의 경우 한끼당 한가지의 잡곡으로 5% 이내로 사용하여 제공합니다.

⑦ 원산지표시는 주간 식단으로 매주 제공합니다.

⑧ 계획된 급식 메뉴가 계절적 요인이나 식재료 공급 상태에 의해 부득이 대체 메뉴로 변경되는 경우 당일 부모님께 공지해드리므로 양해부탁드립니다.

⑨ 가정에서는 식단표를 참고하시어 식품 알레르기가 있는 영유아의 급간식에 대해 담임교사와 미리 의논하시기 바랍니다.

이는 가정과 기관에서 대체메뉴 혹은 급식 주의사항을 공유하기 위해 매우 중요합니다.

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

⑩ 연령별 적정 배식량을 준수하여 제공하며, 여유분을 준비하여 충분한 양을 제공합니다. (식판 크기에 따라 음식량이 적어보일 수 있습니다.)

연령	구분	급 식 적 정 배 식 량				
		밥	국	주찬	부찬	김치
만1~2세	배식량	80g 100g	90ml	35g	25g (30g)	14g
	목측량	1주걱	1½ 국자	3숟가락	2숟가락	1숟가락 가득
만3~5세	배식량	120g 140g	140ml	50g	40g (50g)	20g
	목측량	1½ 주걱	2국자	3숟가락 가득	4숟가락	2숟가락

출처 : 식품의약품안전처 영유아 단체급식 가이드라인

2026년

6월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시(3-5세)

1주		6월 1일	6월 2일	6월 3일	6월 4일	6월 5일
		월	화	수	목	금
오전 간식		새우야채죽⑤⑥⑨ 수박	사과/유아치즈② 우유②		브로컬리스프②⑤⑥ 조각식빵②⑤⑥	누룽지죽 멜론
점심		차조밥 아욱국⑤⑥ 돈육오징어볶음⑤⑥⑩⑰ 양배추나물⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑫	기장밥 콩나물국⑤⑥ 대구살구이⑥ 배추된장나물⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨	전국동시지방선거	소고기비빔밥⑤⑥⑯ 팽이버섯무된장국⑤⑥ 도토리묵상추무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨ 참외	강황쌀밥 계란파국①⑤⑥ 닭자장볶음⑤⑥⑮ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑫
오후 간식		롤치즈빵①②⑤⑥ 우유②	크림카레우동 ②⑤⑥⑩⑫⑮⑱		미트소스푸실리②⑤⑥⑩⑫⑯ 우유②	찐고구마 우유②
저녁		차수수밥 감자다시마국⑤⑥ 고등어무조림⑤⑥⑦ 치커리사과무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	찰현미밥 들깨미역국⑤⑥ 돈육곤약조림⑤⑥⑩ 파프리카샐러드⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨		차수수밥 돈육김치찌개⑤⑥⑨⑩⑫ 두부샐러드⑤⑥ 오이지무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	돈육계란채소볶음밥⑤⑥⑩ 무채된장국⑤⑥ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑫ 오렌지
원산지 일괄표기	쌀·잡곡	밥	국내산	국내산		국내산	국내산
		죽/이유식	국내산	국내산		국내산	국내산
		누룽지	국내산	국내산		국내산	국내산
		☞ 쌀은 조리방법에 따라 밥, 죽, 누룽지로 제공하는 경우만 원산지 표시 / 백미, 찹쌀, 현미, 흑미쌀 모두 원산지 표시				
	육류	쇠고기	국내산_한우/육우	국내산_한우		국내산_한우	국내산_한우
		돼지고기	국내산	국내산		국내산	국내산
		닭고기	국내산	국내산		국내산	국내산
		오리고기					
		식육가공품					
		☞ 쇠고기는 원산지 외 한우, 정소, 육우 표시 / 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시				
	김치	배추	국내산	국내산		국내산	국내산
		고춧가루	국내산	국내산		국내산	국내산
		얼갈이				국내산	
		봄동					
		☞ 배추김치는 배추, 고춧가루 별도 표시 / 얼갈이, 봄동은 겉절이로 제공하는 것만 표시				
	콩	두부류	국내산	국내산		국내산	국내산
		콩국수					
		콩비지					
		☞ 콩은 조리방법에 따라 두부, 콩국수, 콩비지로 제공하는 경우만 원산지 표시/ 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시				
	수산물	낙지					
		명태					
		고등어	국내산				
		갈치					
		참조기					
		오징어	국내산				
		꽃게					
		다랑어					
		아귀					
		주꾸미					
		수산가공품					
		☞ 명태 =생태=동태=코다리 (건어물을 제외한 반 건조 제품 모두 원산지 표시 대상임) ☞ 통조림 및 수산 가공품 모두 원산지 표시				
	기타		새우살_베트남산	대구살_미국산			
		☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, 전복, 방어, 부세 사용 시 원산지 기재				
메뉴변동사항						
영양량		744/40		720/28	772/22	756/29

푸르니보육지원재단 영양사 이현주 작성

2026년

6월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시(3-5세)

2주		6월 8일	6월 9일	6월 10일	6월 11일	6월 12일
		월	화	수	목	금
오전 간식		소고기버섯죽⑤⑥⑯ 수박	새우브로컬리죽⑤⑥⑨ 토마토⑫	쌀시리얼/요거트② 냉동블루베리	만둣국⑤⑥⑩ 골드키위	삶은계란①/사과 보리차
점심		차조밥 황태무국⑤⑥ 돈목살당근조림⑤⑥⑩ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑫	찹쌀밥 순살감자탕⑤⑥⑩ 다진고기두부조림⑤⑥ 비타민무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	온메밀국수③⑤⑥ 밥도제공 소고기채소샐러드⑤⑥⑯ 열무김치⑥⑨ 멜론	차수수밥 순두부부추국⑤⑥ 삼치구이⑥ 새송이버섯조림⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	찹쌀밥 닭곰탕⑤⑥⑮ 멸치볶음⑤⑥ 청포묵김무침⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨
오후 간식		치즈감자치아바타②⑤⑥ 우유②	닭고기샐러드⑤⑥⑮ 우유②	김가루섞음밥①②⑥⑨ 옥수수차	버섯크림뇨끼 ②⑤⑥⑨⑩⑱	단호박찜/크림치즈② 우유②
저녁		흑미밥 소고기양배추국⑤⑥⑯ 당근계란찜① 감자채볶음⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	찰현미밥 애호박된장국⑤⑥ 코다리강정②⑤⑥⑫⑯ 근대나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	기장밥 두부김치국⑤⑥ 닭고기부추볶음⑤⑥⑮ 콩나물당면무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	차조밥 열무된장국⑤⑥ 돈육주꾸미볶음⑤⑥⑩⑰ 청경채나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	소고기버섯밥⑤⑥⑯ 건새우뭇국⑤⑥⑨ 치커리양상추샐러드⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨ 참외
원산지 일괄표기	쌀·잡곡	밥	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		죽/이유식	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		누룽지	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		☞ 쌀은 조리방법에 따라 밥, 죽, 누룽지로 제공하는 경우만 원산지 표시 / 백미, 찹쌀, 현미, 흑미쌀 모두 원산지 표시				
	육류	쇠고기	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우
		돼지고기	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		닭고기	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		오리고기					
		식육가공품				만두:돈육_국내산	
		☞ 쇠고기는 원산지 외 한우, 정소, 육우 표시 / 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
	김치	배추	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		고춧가루	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		얼갈이				국내산	
		봄동					
		☞ 배추김치는 배추, 고춧가루 별도 표시 / 얼갈이, 봄동은 겉절이로 제공하는 것만 표시					
	콩	두부류	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		콩국수					
		콩비지					
		☞ 콩은 조리방법에 따라 두부, 콩국수, 콩비지로 제공하는 경우만 원산지 표시/ 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
	수산물	낙지					
		명태		명태:코다리_러시아산			
		고등어					
		갈치					
		참조기					
		오징어					
		꽃게					
		다랑어					
		아귀					
		주꾸미				국내산	
		수산가공품					
		☞ 명태 =생태=동태=코다리 (건어물을 제외한 반 건조 제품 모두 원산지 표시 대상임) ☞ 통조림 및 수산 가공품 모두 원산지 표시					
	기타			새우살_베트남산		삼치_국내산	
		☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, 전복, 방어, 부세 사용 시 원산지 기재					
메뉴변동사항							
영양량			771/45	728/37	758/22	689/33	697/32

푸르니보육지원재단 영양사 이현주 작성

2026년

6월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시(3-5세)

3주		6월 15일	6월 16일	6월 17일	6월 18일	6월 19일
		월	화	수	목	금
오전 간식		닭채소죽⑤⑥⑮ 수박	감자수제비⑤⑥ 멜론	바나나 우유미숫가루②⑤	깨간장연두부⑤⑥ 사과	소고기미역죽⑤⑥⑯ 참외
점심		흑미밥 근대국⑤⑥ 소고기양배추볶음⑤⑥⑯ 깻잎순나물⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑫	찰현미밥 새우살뭇국⑤⑥⑨ 순살닭갈비⑤⑥⑮ 천사채무침①⑤⑥⑫⑱ 깍두기⑤⑥⑨	돈육하이라이스②⑤⑥⑩⑫⑯ 두부된장국⑤⑥ 버터스크램블에그①② 그린샐러드⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	차조밥 돈육김치찌개⑤⑥⑨⑩⑫ 코다리무조림⑤⑥ 구이김 열무김치⑥⑨	찹쌀밥 미소된장국⑤⑥ 수제돈가스⑤⑥⑩ 양배추샐러드⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑫
오후 간식		효모빵②⑤⑥ 우유②	오징어채소전⑤⑥⑰ 보리차	소고기김치리조또⑤⑥⑯	참치샌드위치①②⑤⑥⑫⑱ 우유②	찐감자/유아치즈② 우유②
저녁		차조밥 계란파국①⑤⑥ 돈채피망볶음⑤⑥⑩ 애호박나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	차수수밥 콩비지찌개⑤⑥ 가자미구이⑥ 참나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	기장밥 시래기국⑤⑥ 오리불고기⑤⑥ 파래김자반①②⑥⑨ 백김치⑤⑥⑨	흑미밥 소고기버섯전골⑤⑥⑯ 계란찜① 우엉조림⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	소고기콩나물밥⑤⑥⑯ 감자다시마국⑤⑥ 도토리묵쑥갓무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨ 골드키위
원산지 일괄표기	쌀·잡곡	밥	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		죽/이유식	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		누룽지	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		☞ 쌀은 조리방법에 따라 밥, 죽, 누룽지로 제공하는 경우만 원산지 표시 / 백미, 찹쌀, 현미, 흑미쌀 모두 원산지 표시				
	육류	쇠고기	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우
		돼지고기	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		닭고기	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		오리고기			훈제오리_국내산		
		식육가공품					
		☞ 쇠고기는 원산지 외 한우, 정소, 육우 표시 / 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
	김치	배추	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		고춧가루	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		얼갈이				국내산	
		봄동					
		☞ 배추김치는 배추, 고춧가루 별도 표시 / 얼갈이, 봄동은 겉절이로 제공하는 것만 표시					
	콩	두부류	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		콩국수					
		콩비지					
		☞ 콩은 조리방법에 따라 두부, 콩국수, 콩비지로 제공하는 경우만 원산지 표시/ 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
	수산물	낙지					
		명태				코다리_러시아산	
		고등어					
		갈치					
		참조기					
		오징어		국내산			
		꽃게					
		다랑어					
		아귀					
		주꾸미					
		수산가공품		새우살_베트남산		참치:다랑어_원양산	
		☞ 명태 =생태=동태=코다리 (건어물을 제외한 반 건조 제품 모두 원산지 표시 대상임) ☞ 통조림 및 수산 가공품 모두 원산지 표시					
	기타			가자미_미국산		새우살_베트남산	
		☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, 전복, 방어, 부세 사용 시 원산지 기재					

2026년

6월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시(3-5세)

4주		6월 22일	6월 23일	6월 24일	6월 25일	6월 26일
		월	화	수	목	금
오전 간식		닭녹두죽⑤⑥⑮ 수박	찐고구마 우유②	단호박찜/유아치즈② 우유②	흰살생선죽⑤⑥ 오렌지	쌀시리얼/요거트② 바나나
점심		찰현미밥 오이냉국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 느타리버섯볶음⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑫	기장밥 소고기미역국⑤⑥⑯ 닭고기카레볶음②⑤⑥⑩⑫⑮⑱ 오이지무침⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨	소고기열무비빔밥⑤⑥⑯ 황태계란국①⑤⑥ 깨간장연두부⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨ 참외	찹쌀밥 청국장찌개⑤⑥⑩ 임연수구이⑥ 사과치커리무침⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑫	강황쌀밥 애호박새우젓국⑤⑥⑨ 돈목살데리야끼⑤⑥⑩ 브로컬리깨소스무침①⑤⑫ 깍두기⑤⑥⑨
오후 간식		올리브치아바타②⑤⑥ 우유②	소고기우동샐러드⑤⑥⑯ 토마토⑫	돈육부추잡채⑤⑥⑩/꽃빵⑥ 매실차	만두국⑤⑥⑩	약식 우유②
저녁		차수수밥 오징어뭇국 메추리알장조림①⑤⑥ 비타민무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	흑미밥 순두부찌개⑤⑥⑨ 삼치구이⑥ 취나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	차조밥 도토리묵국⑤⑥ 새우청경채볶음⑤⑥⑨ 감자조림⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 얇은돈육수육/쌈장⑤⑥ 무쌈 백김치⑤⑥⑨	닭고기채소볶음밥 유부쑥갓된장국⑤⑥ 진미채조림⑤⑥ 양배추나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨ 사과
원산지 일괄표기	쌀·잡곡	밥	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		죽/이유식	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		누룽지	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		☞ 쌀은 조리방법에 따라 밥, 죽, 누룽지로 제공하는 경우만 원산지 표시 / 백미, 찹쌀, 현미, 흑미쌀 모두 원산지 표시				
	육류	쇠고기	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우
		돼지고기	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		닭고기	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		오리고기					
		식육가공품				만두:돈육_국내산	
		☞ 쇠고기는 원산지 외 한우, 정소, 육우 표시 / 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
	김치	배추	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		고춧가루	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		얼갈이					
		봄동					
		☞ 배추김치는 배추, 고춧가루 별도 표시 / 얼갈이, 봄동은 겉절이로 제공하는 것만 표시					
	콩	두부류	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		콩국수					
		콩비지					
		☞ 콩은 조리방법에 따라 두부, 콩국수, 콩비지로 제공하는 경우만 원산지 표시/ 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
	수산물	낙지					
		명태				동태살_러시아산	
		고등어					
		갈치					
		참조기					
		오징어	국내산				진미채:오징어_페루산
		꽃게					
		다랑어					
		아귀					
		주꾸미					
		수산가공품					
		☞ 명태 =생태=동태=코다리 (건어물을 제외한 반 건조 제품 모두 원산지 표시 대상임) ☞ 통조림 및 수산 가공품 모두 원산지 표시					
	기타			삼치_국내산	새우살_베트남산	임연수_미국산	
		☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, 전복, 방어, 부세 사용 시 원산지 기재					
메뉴변동사항							
영양량			733/36	702/23	587/28	725/35	779/26

푸르니보육지원재단 영양사 이현주 작성

2026년

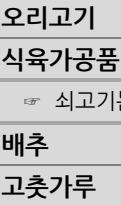
6월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시(3-5세)

5주		6월 29일	6월 30일			
		월	화			
오전 간식		소고기채소죽⑤⑥⑯ 수박	멜론/유아치즈② 우유②			
점심		기장밥 두부김칫국⑤⑥⑨⑫ 소고기숙주볶음⑤⑥⑯ 상추무침⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑫	차조밥 감자계란국①⑤⑥ 가자미구이⑥ 쑥갓나물⑤⑥ 열무김치⑥⑨			
오후 간식		후레쉬번①②⑤⑥ 우유②	소고기비빔국수⑤⑥⑯ 우엉차			
저녁		찰현미밥 동태뭇국⑤⑥ 닭고기파프리카볶음⑤⑥⑮ 참나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	차수수밥 안매운육개장⑤⑥⑯ 두부조림⑤⑥ 당근라페 백김치⑤⑥⑨			
원산지 일괄표기	쌀·잡곡	밥	국내산	국내산			
		죽/이유식	국내산	국내산			
		누룽지	국내산	국내산			
		☞ 쌀은 조리방법에 따라 밥, 죽, 누룽지로 제공하는 경우만 원산지 표시 / 백미, 찹쌀, 현미, 흑미쌀 모두 원산지 표시					
	육류	쇠고기	국내산_한우	국내산_한우			
		돼지고기	국내산	국내산			
		닭고기	국내산	국내산			
		오리고기					
		식육가공품					
		☞ 쇠고기는 원산지 외 한우, 정소, 육우 표시 / 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
	김치	배추	국내산	국내산			
		고춧가루	국내산	국내산			
		얼갈이					
		봄동					
		☞ 배추김치는 배추, 고춧가루 별도 표시 / 얼갈이, 봄동은 겉절이로 제공하는 것만 표시					
	콩	두부류	국내산	국내산			
		콩국수					
		콩비지					
		☞ 콩은 조리방법에 따라 두부, 콩국수, 콩비지로 제공하는 경우만 원산지 표시/ 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
	수산물	낙지					
		명태	동태살_러시아산				
		고등어					
		갈치					
		참조기					
		오징어					
		꽃게					
		다랑어					
		아귀					
		주꾸미					
		수산가공품					
		☞ 명태 =생태=동태=코다리 (건어물을 제외한 반 건조 제품 모두 원산지 표시 대상임) ☞ 통조림 및 수산 가공품 모두 원산지 표시					
	기타			가자미_미국산			
		☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, 전복, 방어, 부세 사용 시 원산지 기재					
메뉴변동사항							
영양량		724/25	695/33	688/26	752/39		

푸르니보육지원재단 영양사 이현주 작성

2026년

6월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시(1-2)

1주	6월 1일	6월 2일	6월 3일	6월 4일	6월 5일
	월	화	수	목	금
오전 간식	새우야채죽⑤⑥⑨ 수박	사과/유아치즈② 우유②		브로컬리스프②⑤⑥ 조각식빵②⑤⑥	누룽지죽 멜론
점심 	차조밥 아욱국⑤⑥ 돈육오징어볶음⑤⑥⑩⑰ 양배추나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	기장밥 콩나물국⑤⑥ 대구살구이⑥ 배추된장나물⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨	전국동시지방선거	소고기비빔밥⑤⑥⑯ 팽이버섯무된장국⑤⑥ 도토리묵상추무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨ 참외	강황쌀밥 계란파국①⑤⑥ 닭자장볶음⑤⑥⑮ 참나물무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨
오후 간식	롤치즈빵①②⑤⑥ 우유②	크림카레우동 ②⑤⑥⑩⑫⑮⑱		미트소스푸실리②⑤⑥⑩⑫⑯ 우유②	찐고구마 우유②
저녁	차수수밥 감자다시마국⑤⑥ 고등어무조림⑤⑥⑦ 치커리사과무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	찰현미밥 들깨미역국⑤⑥ 돈육곤약조림⑤⑥⑩ 파프리카샐러드⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨		차수수밥 돈육김치찌개⑤⑥⑨⑩⑫ 두부샐러드⑤⑥ 오이지무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	돈육계란채소볶음밥⑤⑥⑩ 무채된장국⑤⑥ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑫ 오렌지
원산지 일괄표기 / 쌀·잡곡	밥	국내산		국내산	국내산	국내산
	죽/이유식	국내산		국내산	국내산	국내산
	누룽지	국내산		국내산	국내산	국내산
	☞ 쌀은 조리방법에 따라 밥, 죽, 누룽지로 제공하는 경우만 원산지 표시 / 백미, 찹쌀, 현미, 흑미쌀 모두 원산지 표시				
육류	쇠고기	국내산_한우/육우		국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우
	돼지고기	국내산		국내산	국내산	국내산
	닭고기	국내산		국내산	국내산	국내산
	오리고기					
	식육가공품					
	☞ 쇠고기는 원산지 외 한우, 젖소, 육우 표시 / 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시				
김치	배추	국내산		국내산	국내산	국내산
	고춧가루	국내산		국내산	국내산	국내산
	얼갈이				국내산	
	봄동					
	☞ 배추김치는 배추, 고춧가루 별도 표시 / 얼갈이, 봄동은 겉절이로 제공하는 것만 표시				
콩	두부류	국내산		국내산	국내산	국내산
	콩국수					
	콩비지					
	☞ 콩은 조리방법에 따라 두부, 콩국수, 콩비지로 제공하는 경우만 원산지 표시/ 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시				
수산물	낙지					
	명태					
	고등어					
	갈치					
	참조기					
	오징어					
	꽃게					
	다랑어					
	아귀					
	주꾸미					
	수산가공품					
	☞ 명태 =생태=동태=코다리 (건어물을 제외한 반 건조 제품 모두 원산지 표시 대상임) ☞ 통조림 및 수산 가공품 모두 원산지 표시				
기타			새우살_베트남산	새우살_베트남산	삼치_국내산
	☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, 전복, 방어, 부세 사용 시 원산지 기재				
메뉴변동사항					
영양량			540/21	579/17	574/21

푸르니보육지원재단 영양사 이현주작성

2026년

6월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시(1-2)

2주	6월 8일	6월 9일	6월 10일	6월 11일	6월 12일
	월	화	수	목	금
오전 간식	소고기버섯죽⑤⑥⑯ 수박	새우브로컬리죽⑤⑥⑨ 토마토⑫	쌀시리얼/요거트② 냉동블루베리	만둣국⑤⑥⑩ 골드키위	삶은계란①/사과 보리차
점심	차조밥 황태무국⑤⑥ 돈목살당근조림⑤⑥⑩ 오이무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	찹쌀밥 순살감자탕⑤⑥⑩ 다진고기두부조림⑤⑥ 비타민무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	온메밀국수③⑤⑥ 밥도제공 소고기채소샐러드⑤⑥⑯ 백김치⑤⑥⑨ 멜론	차수수밥 순두부부추국⑤⑥ 삼치구이⑥ 새송이버섯조림⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	찹쌀밥 닭곰탕⑤⑥⑮ 멸치볶음⑤⑥ 청포묵김무침⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨
오후 간식	치즈감자치아바타②⑤⑥ 우유②	닭고기샐러드⑤⑥⑮ 우유②	김가루섞음밥①②⑥⑨ 옥수수차	버섯크림뇨끼 ②⑤⑥⑨⑩⑱	단호박찜/크림치즈② 우유②
저녁	흑미밥 소고기양배추국⑤⑥⑯ 당근계란찜① 감자채볶음⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	찰현미밥 애호박된장국⑤⑥ 코다리강정②⑤⑥⑫⑯ 근대나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	기장밥 두부김치국⑤⑥ 닭고기부추볶음⑤⑥⑮ 콩나물당면무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	차조밥 열무된장국⑤⑥ 돈육주꾸미볶음⑤⑥⑩⑰ 청경채나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	소고기버섯밥⑤⑥⑯ 건새우뭇국⑤⑥⑨ 치커리양상추샐러드⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨ 참외
원산지 일괄표기 — 쌀·잡곡	밥	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	죽/이유식	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	누룽지	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	☞ 쌀은 조리방법에 따라 밥, 죽, 누룽지로 제공하는 경우만 원산지 표시 / 백미, 찹쌀, 현미, 흑미쌀 모두 원산지 표시				
육류	쇠고기	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우
	돼지고기	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	닭고기	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	오리고기					
	식육가공품		만두:돈육_국내산			
	☞ 쇠고기는 원산지 외 한우, 젖소, 육우 표시 / 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
김치	배추	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	고춧가루	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	얼갈이				국내산	
	봄동					
	☞ 배추김치는 배추, 고춧가루 별도 표시 / 얼갈이, 봄동은 겉절이로 제공하는 것만 표시					
콩	두부류	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	콩국수					
	콩비지					
	☞ 콩은 조리방법에 따라 두부, 콩국수, 콩비지로 제공하는 경우만 원산지 표시/ 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
수산물	낙지					
	명태					
	고등어					
	갈치					
	참조기					
	오징어		국내산	진미채:오징어_페루산		
	꽃게					
	다랑어					
	아귀					
	주꾸미					
	수산가공품	참치:다랑어_원양산				
	☞ 명태 =생태=동태=코다리 (건어물을 제외한 반 건조 제품 모두 원산지 표시 대상임) ☞ 통조림 및 수산 가공품 모두 원산지 표시					
기타		새우살_베트남산	임연수_미국산		가자미_미국산	
	☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, 전복, 방어, 부세 사용 시 원산지 기재					
메뉴변동사항						
영양량		578/34	546/28	569/16	516/25	523/24

푸르니보육지원재단 영양사 이현주작성

2026년

6월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시(1-2)

3주		6월 15일	6월 16일	6월 17일	6월 18일	6월 19일
		월	화	수	목	금
오전 간식		닭채소죽⑤⑥⑮ 수박	감자수제비⑤⑥ 멜론	바나나 우유미숫가루②⑤	깨간장연두부⑤⑥ 사과	소고기미역죽⑤⑥⑯ 참외
점심		흑미밥 근대국⑤⑥ 소고기양배추볶음⑤⑥⑯ 깻잎순나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	찰현미밥 새우살뭇국⑤⑥⑨ 순살닭갈비⑤⑥⑮ 천사채무침①⑤⑥⑫⑱ 깍두기⑤⑥⑨	돈육하이라이스②⑤⑥⑩⑫⑯ 두부된장국⑤⑥ 버터스크램블에그①② 그린샐러드⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	차조밥 돈육김치찌개⑤⑥⑨⑩⑫ 코다리무조림⑤⑥ 구이김 백김치⑤⑥⑨	찹쌀밥 미소된장국⑤⑥ 수제돈가스⑤⑥⑩ 양배추샐러드⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨
오후 간식		효모빵②⑤⑥ 우유②	오징어채소전⑤⑥⑰ 보리차	소고기김치리조또⑤⑥⑯	참치샌드위치①②⑤⑥⑫⑱ 우유②	찐감자/유아치즈② 우유②
저녁		차조밥 계란파국①⑤⑥ 돈채피망볶음⑤⑥⑩ 애호박나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	차수수밥 콩비지찌개⑤⑥ 가자미구이⑥ 참나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	기장밥 시래기국⑤⑥ 오리불고기⑤⑥ 파래김자반①②⑥⑨ 백김치⑤⑥⑨	흑미밥 소고기버섯전골⑤⑥⑯ 계란찜① 우엉조림⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	소고기콩나물밥⑤⑥⑯ 감자다시마국⑤⑥ 도토리묵쑥갓무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨ 골드키위
원산지 일괄표기	쌀·잡곡	밥	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		죽/이유식	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		누룽지	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		☞ 쌀은 조리방법에 따라 밥, 죽, 누룽지로 제공하는 경우만 원산지 표시 / 백미, 찹쌀, 현미, 흑미쌀 모두 원산지 표시					
	육류	쇠고기	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우
		돼지고기	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		닭고기	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		오리고기					
		식육가공품					만두:돈육_국내산
		☞ 쇠고기는 원산지 외 한우, 젖소, 육우 표시 / 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
	김치	배추	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		고춧가루	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		얼갈이				국내산	
		봄동					
		☞ 배추김치는 배추, 고춧가루 별도 표시 / 얼갈이, 봄동은 겉절이로 제공하는 것만 표시					
	콩	두부류	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		콩국수					
		콩비지					
		☞ 콩은 조리방법에 따라 두부, 콩국수, 콩비지로 제공하는 경우만 원산지 표시/ 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
	수산물	낙지					
		명태				코다리_러시아산	
		고등어		국내산			
		갈치					
		참조기					
		오징어			국내산	국내산	
		꽃게					
		다랑어					
		아귀					
		주꾸미					
		수산가공품					
		☞ 명태 =생태=동태=코다리 (건어물을 제외한 반 건조 제품 모두 원산지 표시 대상임) ☞ 통조림 및 수산 가공품 모두 원산지 표시					
	기타		새우살_베트남산			새우살_베트남산	
		☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, 전복, 방어, 부세 사용 시 원산지 기재					
메뉴변동사항							
영양량			577/21	511/18	564/23	519/28	535/27

푸르니보육지원재단 영양사 이현주작성

2026년

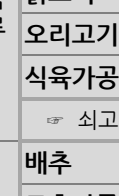
6월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시(1-2)

4주	6월 22일	6월 23일	6월 24일	6월 25일	6월 26일
	월	화	수	목	금
오전 간식	닭녹두죽⑤⑥⑮ 수박	찐고구마 우유②	단호박찜/유아치즈② 우유②	흰살생선죽⑤⑥ 오렌지	쌀시리얼/요거트② 바나나
점심	찰현미밥 오이냉국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 느타리버섯볶음⑤⑥	기장밥 소고기미역국⑤⑥⑯ 닭고기카레볶음②⑤⑥⑩⑫⑮⑱ 오이지무침⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨	소고기열무비빔밥⑤⑥⑯ 황태계란국①⑤⑥ 깨간장연두부⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨ 참외	찹쌀밥 청국장찌개⑤⑥⑩ 임연수구이⑥ 사과치커리무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	강황쌀밥 애호박새우젓국⑤⑥⑨ 돈목살데리야끼⑤⑥⑩ 브로컬리깨소스무침①⑤⑫ 깍두기⑤⑥⑨
오후 간식	올리브치아바타②⑤⑥ 우유②	소고기우동샐러드⑤⑥⑯ 토마토⑫	돈육부추잡채⑤⑥⑩/꽃빵⑥ 매실차	만두국⑤⑥⑩	약식 우유②
저녁	차수수밥 오징어뭇국 메추리알장조림①⑤⑥ 비타민무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	흑미밥 순두부찌개⑤⑥⑨ 삼치구이⑥ 취나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	차조밥 도토리묵국⑤⑥ 새우청경채볶음⑤⑥⑨ 감자조림⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	흑미밥 콩나물국⑤⑥ 얇은돈육수육/쌈장⑤⑥ 무쌈 백김치⑤⑥⑨	닭고기채소볶음밥 유부쑥갓된장국⑤⑥ 진미채조림⑤⑥ 양배추나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨ 사과
원산지 일괄표기	쌀·잡곡	밥	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		죽/이유식	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		누룽지	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		☞ 쌀은 조리방법에 따라 밥, 죽, 누룽지로 제공하는 경우만 원산지 표시 / 백미, 찹쌀, 현미, 흑미쌀 모두 원산지 표시					
	육류	쇠고기	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우	국내산_한우
		돼지고기	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		닭고기	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		오리고기					
		식육가공품					만두:돈육_국내산
		☞ 쇠고기는 원산지 외 한우, 정소, 육우 표시 / 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
	김치	배추	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		고춧가루	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		얼갈이					국내산
		봄동					
		☞ 배추김치는 배추, 고춧가루 별도 표시 / 얼갈이, 봄동은 겉절이로 제공하는 것만 표시					
	콩	두부류	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
		콩국수					
		콩비지					
		☞ 콩은 조리방법에 따라 두부, 콩국수, 콩비지로 제공하는 경우만 원산지 표시/ 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
	수산물	낙지					
		명태				동태살_러시아산	
		고등어					
		갈치					
		참조기					
		오징어					
		꽃게					
		다랑어					
		아귀					
		주꾸미					
		수산가공품					크래미:명태연육_러시아산
		☞ 명태 =생태=동태=코다리 (건어물을 제외한 반 건조 제품 모두 원산지 표시 대상임) ☞ 통조림 및 수산 가공품 모두 원산지 표시					
	기타			삼치_국내산			참치:다랑어_원양산
		☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, 전복, 방어, 부세 사용 시 원산지 기재					
메뉴변동사항							
영양량		550/27	477/17	51521	544/26	584/19	

푸르니보육지원재단 영양사 이현주작성

2026년

6월 주간식단 - 원산지/영양량 알레르기표시(1-2)

5주	6월 29일	6월 30일			
	월	화			
오전 간식	소고기채소죽⑤⑥⑯ 수박	멜론/유아치즈② 우유②			
점심 	기장밥 두부김칫국⑤⑥⑨⑫ 소고기숙주볶음⑤⑥⑯ 상추무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	차조밥 감자계란국①⑤⑥ 가자미구이⑥ 쑥갓나물⑤⑥ 열무김치⑥⑨	백김치⑤⑥⑨		
오후 간식	후레쉬번①②⑤⑥ 우유②	소고기비빔국수⑤⑥⑯ 우엉차			
저녁	찰현미밥 동태뭇국⑤⑥ 닭고기파프리카볶음⑤⑥⑮ 참나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨	차수수밥 안매운육개장⑤⑥⑯ 두부조림⑤⑥ 당근라페 백김치⑤⑥⑨			
원산지 일괄표기	쌀·잡곡	밥	국내산	국내산			
		죽/이유식	국내산	국내산			
		누룽지	국내산	국내산			
		☞ 쌀은 조리방법에 따라 밥, 죽, 누룽지로 제공하는 경우만 원산지 표시 / 백미, 찹쌀, 현미, 흑미쌀 모두 원산지 표시					
	육류	쇠고기	국내산_한우	국내산_한우			
		돼지고기	국내산	국내산			
		닭고기	국내산	국내산			
		오리고기					
		식육가공품					
		☞ 쇠고기는 원산지 외 한우, 젖소, 육우 표시 / 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
	김치	배추	국내산	국내산			
		고춧가루	국내산	국내산			
		얼갈이					
		봄동					
		☞ 배추김치는 배추, 고춧가루 별도 표시 / 얼갈이, 봄동은 겉절이로 제공하는 것만 표시					
	콩	두부류	국내산	국내산			
		콩국수					
		콩비지					
		☞ 콩은 조리방법에 따라 두부, 콩국수, 콩비지로 제공하는 경우만 원산지 표시/ 동일 품목 혼합 표시는 섞음 비율이 높은 순서대로 표시					
	수산물	낙지					
		명태					
		고등어					
		갈치					
		참조기					
		오징어	국내산				
		꽃게					
		다랑어					
		아귀					
		주꾸미					
		수산가공품	새우살_베트남산				
		☞ 명태 =생태=동태=코다리 (건어물을 제외한 반 건조 제품 모두 원산지 표시 대상임) ☞ 통조림 및 수산 가공품 모두 원산지 표시					
	기타			대구살_미국산			
		☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, 전복, 방어, 부세 사용 시 원산지 기재					
메뉴변동사항							
영양량		543/19	522/25				

푸르니보육지원재단 영양사 이현주작성