

예꼬 어린이집

(8월 식단)



발행처	영등포구어린이·사회복지 급식관리지원센터 영양기획팀
세부유형	만1-2세 중2회형
발행일	2026.7.16

기호표시 안내
[] 선택메뉴(미 제공시 삭제)
□ 비가열 조리 식재료(세척 및 소독)
♪ 만3-5세 식단과 조리법 차이(잘게, 무르게)

월	화	수	목	금
31		♥생일식단♥	★신메뉴 안내★	●8월 푸드브릿지●
오전간식	복숭아⑩	(생일식단 적용 날짜 간식)	13일 안매운삼치김치찌 조리방법은 표준제시파를 참고하세요!	step 1 : (혼제)오리근대볶음밥 step 2 : 차돌근대된장국 step 3 : 근대나물
점심	쌀밥 다시마찜국 돈육갯잎볶음⑤⑥⑩ ♪잔멸치조림⑤⑥ 영유아깍두기⑨	쌀밥 쇠고기미역국⑤⑥⑩ 돈육사태찜⑤⑥⑩ □양상추샐러드⑤⑥ 영유아배추김치⑨ 케이크①②⑤⑥/우유②		
오후간식	옥수수식빵①②⑤⑥/우유②			
영양단백질	422/21	440/16		
3	4	5 국없데이 [일당오십의날]	6	7
오전간식	오렌지	당근 스틱 /떠먹는요구르트②	바나나/우유②	채소죽⑤⑥
점심	쌀밥 양배추된장국⑤⑥ 쇠고기숙주찌⑤⑥⑩ 감자채볶음⑤ 영유아깍두기⑨	수수밥 팽이버섯맑은국⑤⑥ 고등어살연장구이⑤⑥⑦ 갯잎나물⑤⑥ 영유아배추김치⑨	기장밥 취나물된장국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥ 영유아배추김치⑨	쌀밥 미역국⑤⑥ 닭살부추볶음⑤⑥⑩ 얼갈이나물⑤⑥ 영유아깍두기⑨
오후간식	곡물식빵①②⑤⑥/우유②	열무국수⑥⑦	미니핫도그①②⑥⑩/매실차	♪단호박찜/우유②
영양단백질	427/18	405/20	431/18	422/15
10	11	12	13 [서울미래밥상]	14 [말복]
오전간식	사과	토마토 스틱⑩ /치즈②	참외/우유②	영양달죽⑤
점심	쌀밥 ♪어묵탕⑤⑥ 돈육목살구이⑤⑩ 고구마순나물⑤⑥ 영유아배추김치⑨	차조밥 들깨묵국⑤⑥ 닭살주물럭⑤⑥⑩ 가지양념무침⑤⑥ 영유아배추김치⑨	흑미밥 두부된장국⑤⑥ ★♪안매운삼치김치찌⑤⑥⑦★ 애호박볶음⑤⑥ 영유아깍두기⑨	쌀밥 모듬버섯전골⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤⑥ 영유아배추김치⑨
오후간식	♪모닝빵①②⑤⑥/우유②	크림파스타②⑥	채소주먹밥⑤/보리차	♪감자버터구이②/우유②
영양단백질	425/17	449/17	452/19	481/21
17 [대체공휴일]	18	19 국없데이	20	21
오전간식	파프리카스틱 /떠먹는요구르트②	미역죽⑤⑥	멜론/우유②	흑미찰쌀죽
점심	기장밥 ●차돌근대된장국⑤⑥⑩● 달걀말이①⑤ 우렁조림⑤⑥ 영유아배추김치⑨	안매운달걀비빔밥⑤⑥⑩ ♪숙주맑은국⑤⑥ 새송이버섯구이⑤ □과일샐러드② 영유아배추김치⑨	수수밥 ♪배추당면국 임연수살조림⑤⑥ 열무들깨무침⑤⑥ 영유아깍두기⑨	쌀밥 아욱된장국⑤⑥ ♪돈까스*소스①⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 부추나물⑤⑥ 영유아배추김치⑨
오후간식	치즈스틱①②⑤⑥/등굴레차	단호박찜/두유⑤	잼샌드위치①②⑤⑥/결명자차	♪찐 고구마/우유②
영양단백질	448/21	422/15	419/18	464/18
24	25	26	27 [서울미래밥상]	28
오전간식	키위	오이 스틱 /떠먹는요구르트②	사과/우유②	녹두죽(생일잔치)
점심	쌀밥 황태국⑤⑥ 안동찜닭⑤⑥⑩ 유부양파볶음⑤⑥ 영유아배추김치⑨	흑미밥 ♪안매운김치수제비⑥⑦ 돈육묵찜⑤⑥⑩⑫ 취나물무침⑤⑥ 영유아깍두기⑨	차조밥 새우탕⑤⑥⑦ 들기름두부구이⑤ ●근대나물⑤⑥● 영유아배추김치⑨	쌀밥 미소장국⑤⑥ 쇠고기가지조림⑤⑥⑩ □파프리카초무침⑤⑥ 영유아배추김치⑨
오후간식	핑거스틱빵①②⑤⑥/우유②	김가루주먹밥⑤⑥/보리차	볶음우동⑤⑥/옥수수차	케이크①②⑤⑥/마시는 요구르트②
영양단백질	463/19	464/19	456/19	444/16

원산지 표시	쌀(찰쌀, 흑미 등)	김치			콩		쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기 (혼제)	수산물
	밥/죽	누룽지	배추	고춧가루	두부	연두부	순두부(토)	국내산	수입산			
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	□한우□육우□젓소	산	국내산	국내산	국내산
	식육가공품	돈까스*소스(돼지고기:국내산)										
	수산물가공품	어묵탕(국내산)										

(※연육: 복합원재료로 삭제 가능)

알레르기 유발식품 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮달고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류 ⑳젓

* 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함 되어 있습니다.