



# 에은어린이집/ 6월 식단 (1-2세)

일자/요일	1(월)	2(화)	3(수) 2026 지방선거	4(목)	5(금)	6(토) 현충일	
오전간식	제철과일(수박)	제철과일(바나나)		채소스틱(오이)&치즈②	호상요구르트②		
점심	쌀밥 감자국⑤⑥ 소고기파프리카볶음⑤⑥⑬ 양배추후르츠샐러드② 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(기장밥) 안매운해물찜볶음⑤⑥⑨⑬ (두부구이⑤) (★건새우⑨)마늘중조림⑤⑥ 김치(배추김치)⑨		<일당! 오십! 의날> 잡곡밥(현미밥) 열무된장국⑤⑥ ★달걀간장구이⑤⑥⑬ 갯잎나물⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 시래기맑은국 돼지고기데리야끼볶음⑤⑥⑬ 청경채나물⑤⑥ 김치(깍두기)⑨		
오후간식	빵(모닝빵)①②⑤⑥ 우유②	달걀샐러드①⑤ 우유②		★찬치국수①⑤⑥	찐단호박 차(보리차)		
열량(kcal)/단백질(g)	435/18	424/23		403/19	399/17		
일자/요일	8(월)	9(화)	10(수)	11(목)	12(금)	13(토)	
오전간식	제철과일(참외)	제철과일(오렌지)	씨리얼&우유②	채소스틱(파프리카)&치즈②	저당액상요구르트②	우유미숫가루②⑤	
점심	쌀밥 소고기묵국⑬ 새송이버섯달걀찜① 오이송송이무침⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(수수밥) 두부된장국⑤⑥ (참치채소볶음⑤) 양상추샐러드&참깨드레싱 ①⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	(★달걀카레라이스⑤⑥⑬) 콩나물국⑤ 춘권튀김⑤⑥⑩ 김치(깍두기)⑨	잡곡밥(참쌀밥) 미소장국⑤⑥ 돼지고기보쌈⑩ 사과무생채 김치(배추김치)⑨	쌀밥 ★안매운담개장⑤⑥⑬ 온두부찜&양념장⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	달걀주먹밥①⑤ ★소고기쌀국수⑬ 김치(배추김치)⑨	
오후간식	빵(카스테라)①②⑥ 우유②	찐고구마 우유②	★토마토스파게티 ②⑤⑥⑬⑮⑰ 차(등굴레차)	김가루채소주먹밥⑤ 차(보리차)	빵(크로와상1/2)①②⑥ 차(옥수수차)	-	
열량(kcal)/단백질(g)	379/14	433/15	442/13	378/16	386/13	421/16	
일자/요일	15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금)	20(토)	
오전간식	제철과일(바나나)	제철과일(사과)	우유미숫가루②⑤	채소스틱(당근)&치즈②	호상요구르트②	씨리얼&우유②	
점심	쌀밥 시금치된장국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑬ ★청포묵무침⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(흑미밥) 모듬버섯탕⑤⑥ (★불어묵조림⑤⑥) 숙주유부무침⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	<저염데이> 오므라이스①⑤⑬ ★두부황태찜국⑤⑥ 꽃말샐러드①⑤⑥⑧ 오이파클	잡곡밥(차조밥) 미역장국⑤⑥ 간장재육볶음⑤⑥⑩ 상추오이무침⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 두부맑은국⑤ ★달걀양념구이⑤⑥⑬ 마카로니(건포도)샐러드①⑤ 김치(깍두기)⑨	돼지고기채소볶음밥⑤⑥⑬ 아욱된장국⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	
오후간식	빵(프렌치토스트)①②⑤⑥ 우유②	(찐단호박) 우유②	★우동⑤⑥	★잔멸치주먹밥⑤ 차(옥수수차)	찐감자 차(등굴레차)	-	
열량(kcal)/단백질(g)	447/19	396/17	411/21	383/17	386/17	390/18	
일자/요일	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)	27(토)	
오전간식	제철과일(오렌지)	제철과일(수박)	씨리얼&우유②	채소스틱(오이)&치즈②	호상요구르트②	제철과일(바나나)&우유②	
점심	★쌀밥 ★소고기당면국⑤⑥⑬ ★달걀장조림①⑤⑥ 팽이버섯나물⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(기장밥) 순두부국 (★자른매추리알계첩볶음 ①⑤⑥⑬) 우렁조림⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	<지구를 지키는 날> ★달걀굴소스덮밥⑤⑬⑮ 어묵국⑤⑥ 브로콜리크래미두부무침 ①⑤⑥⑧ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(현미밥) 안매운김치국⑨ 파인애플함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑬⑮ 눈꽃양배추샐러드①⑤⑬ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 참치양파국⑤⑥ 훈제오리채소구이⑤ 열무나물⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	소고기콩나물밥&양념장 ⑤⑥⑬ 느타리된장국⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	
오후간식	빵(소보로빵)①②⑤⑥ 우유②	찐고구마 우유②	(가지전①⑤⑥) 차(보리차)	★애호박간장비빔국수①⑤⑥ 차(옥수수차)	빵(핑거스틱빵)①②⑤⑥ 차(등굴레차)	-	
열량(kcal)/단백질(g)	450/19	416/17	431/19	401/16	399/19	386/17	
일자/요일	29(월)	30(화)	공휴일 대체식단				
오전간식	제철과일(참외)	제철과일(사과)	우유미숫가루②⑤				
점심	쌀밥 근대된장국⑤⑥ 소고기채소볶음⑤⑥⑬ 고사리나물⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(흑미밥) 무쌈국⑤⑥ ★오징어볶음⑤⑥⑬ 콩나물무침⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	크래미양파덮밥①⑤⑥⑧ 두부새우젓국⑤⑨ 김자반⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(현미밥) 안매운김치국⑨ 파인애플함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑬⑮ 눈꽃양배추샐러드①⑤⑬ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 참치양파국⑤⑥ 훈제오리채소구이⑤ 열무나물⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	소고기콩나물밥&양념장 ⑤⑥⑬ 느타리된장국⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	
오후간식	빵(슈크림빵)①②⑤⑥ 우유②	찐감자 우유②	찐만두⑤⑥⑩ 차(등굴레차)	★애호박간장비빔국수①⑤⑥ 차(옥수수차)	빵(핑거스틱빵)①②⑤⑥ 차(등굴레차)	-	
열량(kcal)/단백질(g)	402/19	389/17	377/15				
원산지 표시	< 이달의 식재료 >						
	농산물		감자, 애호박, 양파, 양배추, 양송이버섯, 근대, 부추, 마늘, 썩갠 배추, 양상추, 취나물, 당근, 미나리, 무, 고구마순, 갯잎, 상추, 시금치, 피망, 아욱, 열무, 느타리버섯, 총각무, 가지, 도라지, 우렁, 머위대, 마늘, 콩, 노각, 완두콩, 갈감자				
	수산물		전복, 오징어, 가자미, 임연수, 삼치, 낙지, 바지락, 꼬막, 홍합, 꽃게				
	과일		토마토, 매실, 복분자, 수박, 참외, 포도				
원산지 표시	쌀 (밥, 죽, 누룽지, 현미, 찰쌀, 흑미)	콩 (두부, 콩비지)	김치	소고기(○포시)	돼지고기	닭고기	오리고기
	국내산	수입산	국내산	국내산	국내산한우	국내산	국내산
	고등어	오징어	참치캔 (다량어)	함박스테이크 (돼지고기, )	생일식단	현장학습식단	
	국내산	수입산	원양산(남태평양)	국내산			
※ 식단 안내문의 원산지 품목 및 표시 방법을 참고하여 기재해주세요.							
알레르기 표시 안내	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야채류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲자른 알레르기 유발 식품 표시: 알레르기 반응을 보이는 아동에게는 해당 식품이 들어간 식품 및 가공식품에 특별히 주의해 주시기 바랍니다. ⑳야채산류는 표백제, 보존제, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. 일부 식단이 완제품의 경우, 알레르기 식품을 배제하기 어려우므로 반드시 각 제품의 알레르기 표시를 확인해 주시기 바랍니다.						
식단 안내 사항	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ &lt;저염데이&gt;: 나트륨 저감 메뉴 ▪ &lt;일당! 오십! 의날&gt;: 당 저감 메뉴 ▪ &lt;서울미래밥상&gt;: 유류가공식품 제한 메뉴 ▪ ★: 영유아 주의 식품 ▪ ③초록색: 탄소 저감 식재료 ▪ 노랑형광판: 3-5세와 다른 메뉴</li> <li>- 금요일 오전간식 호상요구르트의 경우 저당제품을 제공해 주시기 바랍니다.</li> <li>- 이미지 출처: 미리캔버스의 자료를 사용해 디자인되었습니다.</li> <li>- 위 식단은 관악구 어린이·사회복지급식관리지원센터에서 제공된 식단이며, 센터의 동의 없이 무단으로 수정·사용하는 경우 센터에서는 변경된 식단에 대해 책임지지 않습니다.</li> </ul>						



# 에은어린이집/ 6월 식단 (3-5세)

일자/요일	1(월)	2(화)	3(수) 2026 지방선거	4(목)	5(금)	6(토) 현충일	
오전간식	제철과일(수박)	제철과일(바나나)		채소스틱(오이)&치즈②	호상요구르트②		
점심	쌀밥 감자국⑤⑥ 소고기파프리카볶음⑤⑥⑬ 양배추후르츠샐러드② 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(기장밥) 안매운해물찜볶음⑤⑥⑨⑬ (두부구이⑤) (★건새우⑨)마늘중주름⑤⑥ 김치(배추김치)⑨		<b>&lt;일당! 오십! 의날&gt;</b> 잡곡밥(현미밥) 열무된장국⑤⑥ ★달걀간장구이⑤⑥⑬ 갯잎나물⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 시래기맑은국 돼지고기데리야끼볶음⑤⑥⑬ 청경채나물⑤⑥ 김치(깍두기)⑨		
오후간식	빵(모닝빵)①②⑤⑥ 우유②	달걀샐러드①⑤ 우유②		★찬치국수①⑤⑥	찐단호박 차(보리차)		
열량(kcal)/단백질(g)	435/18	424/23		403/19	399/17		
일자/요일	8(월)	9(화)	10(수)	11(목)	12(금)	13(토)	
오전간식	제철과일(참외)	제철과일(오렌지)	씨리얼&우유②	채소스틱(파프리카)&치즈②	저당액상요구르트②	우유미숫가루②⑤	
점심	쌀밥 소고기묵국⑬ 새송이버섯달걀찜① 오이송송이무침⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(수수밥) 두부된장국⑤⑥ (참치채소볶음⑤) 양상추샐러드&참깨드레싱 ①⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	(★달걀카레라이스⑤⑥⑬) 콩나물국⑤ 춘권튀김⑤⑥⑩ 김치(깍두기)⑨	잡곡밥(참쌀밥) 미소장국⑤⑥ 돼지고기보쌈⑩ 사과무생채 김치(배추김치)⑨	쌀밥 ★안매운달걀장⑤⑥⑬ 온두부찜&양념장⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	달걀주먹밥①⑤ ★소고기쌀국수⑬ 김치(배추김치)⑨	
오후간식	빵(카스테라)①②⑥ 우유②	찐고구마 우유②	★토마토스파게티 ②⑤⑥⑬⑮⑰ 차(등굴레차)	김가루채소주먹밥⑤ 차(보리차)	빵(크로와상1/2)①②⑥ 차(옥수수차)	-	
열량(kcal)/단백질(g)	379/14	433/15	442/13	378/16	386/13	421/16	
일자/요일	15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금)	20(토)	
오전간식	제철과일(바나나)	제철과일(사과)	우유미숫가루②⑤	채소스틱(당근)&치즈②	호상요구르트②	씨리얼&우유②	
점심	쌀밥 시금치된장국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑬ ★청포묵무침⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(흑미밥) 모듬버섯탕⑤⑥ (★불어묵조림⑤⑥) 숙주유부무침⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	<b>&lt;저염데이&gt;</b> 오므라이스①⑤⑬ ★두부황태찜국⑤⑥ 꽃말샐러드①⑤⑥⑧ 오이파클	잡곡밥(차조밥) 미역장국⑤⑥ 간장재육볶음⑤⑥⑩ 상추오이무침⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 두부맑은국⑤ ★달걀양념구이⑤⑥⑬ 마카로니(건포도)샐러드①⑤ 김치(깍두기)⑨	돼지고기채소볶음밥⑤⑥⑬ 아욱된장국⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	
오후간식	빵(프렌치토스트)①②⑤⑥ 우유②	(찐단호박) 우유②	★우동⑤⑥	★잔멸치주먹밥⑤ 차(옥수수차)	찐감자 차(등굴레차)	-	
열량(kcal)/단백질(g)	447/19	396/17	411/21	383/17	386/17	390/18	
일자/요일	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)	27(토)	
오전간식	제철과일(오렌지)	제철과일(수박)	씨리얼&우유②	채소스틱(오이)&치즈②	호상요구르트②	제철과일(바나나)&우유②	
점심	쌀밥 ★소고기당면국⑤⑥⑬ ★달걀장조림①⑤⑥ 팽이버섯나물⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(기장밥) 순두부국 (★자른매추리알계첩볶음 ①⑤⑥⑬) 우영조림⑤⑥ 김치(깍두기)⑨	<b>&lt;지구를 지키는 날&gt;</b> ★달걀굴소스덮밥⑤⑬⑮ 어묵국⑤⑥ 브로콜리크래미두부무침 ①⑤⑥⑧ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(현미밥) 안매운김치국⑨ 파인애플함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑬⑮ 눈꽃양배추샐러드①⑤⑬ 김치(깍두기)⑨	쌀밥 참치양파국⑤⑥ 훈제오리채소구이⑤ 열무나물⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	소고기콩나물밥&양념장 ⑤⑥⑬ 느타리된장국⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	
오후간식	빵(소보로빵)①②⑤⑥ 우유②	찐고구마 우유②	(가지전①⑤⑥) 차(보리차)	★애호박간장비빔국수①⑤⑥ 차(옥수수차)	빵(핑거스틱빵)①②⑤⑥ 차(등굴레차)	-	
열량(kcal)/단백질(g)	450/19	416/17	431/19	401/16	399/19	386/17	
일자/요일	29(월)	30(화)	공휴일 대체식단				
오전간식	제철과일(참외)	제철과일(사과)	우유미숫가루②⑤				
점심	쌀밥 근대된장국⑤⑥ 소고기채소볶음⑤⑥⑬ 고사리나물⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	잡곡밥(흑미밥) 무찜국⑤⑥ ★오징어볶음⑤⑥⑬ 콩나물무침⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	크래미양파덮밥①⑤⑥⑧ 두부새우젓국⑤⑨ 김자반⑤⑥ 김치(배추김치)⑨	<b>&lt; 이달의 식재료 &gt;</b> <b>농산물</b> 감자, 애호박, 양파, 양배추, 양송이버섯, 근대, 부추, 마늘, 숙갓, 배추, 양상추, 취나물, 당근, 미나리, 무, 고구마순, 갯잎, 상추, 시금치, 피망, 아욱, 열무, 느타리버섯, 총각무, 가지, 도라지, 우영, 머위대, 마늘종, 노각, 완두콩, 갈감자 <b>수산물</b> 전복, 오징어, 가자미, 임연수, 삼치, 낙지, 바지락, 꼬막, 홍합, 꽃게 <b>과일</b> 토마토, 매실, 복분자, 수박, 참외, 포도			
오후간식	빵(슈크림빵)①②⑤⑥ 우유②	찐감자 우유②	찐만두⑤⑥⑩ 차(등굴레차)				
열량(kcal)/단백질(g)	402/19	389/17	377/15				
원산지 표시	쌀 (밥, 죽, 누룽지, 현미, 찰쌀, 흑미)	콩 (두부, 콩비지)	김치	소고기(○포시)	돼지고기	닭고기	오리고기
	국내산	수입산	국내산	국내산	국내산한우	국내산	국내산
	고등어	오징어	참치캔 (다량어)	함박스테이크 (돼지고기, )	생일식단	현장학습식단	
	국내산	수입산	원양산(남태평양)	국내산			
※ 식단 안내문의 원산지 품목 및 표시 방법을 참고하여 기재해주세요.							
알레르기 표시 안내	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야채류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲자른 알레르기 유발 식품 표시: 알레르기 반응을 보이는 아동에게는 해당 식품이 들어간 식품 및 가공식품에 특별히 주의해 주시기 바랍니다. - ⑳야채산류는 표백제, 보존제, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. - 일부 식단이 완제품의 경우, 알레르기 식품을 배제하기 어려우므로 반드시 각 제품의 알레르기 표시를 확인해 주시기 바랍니다.						
식단 안내 사항	▪ <저염데이>: 나트륨 저감 메뉴 ▪ <일당! 오십! 의날>: 당 저감 메뉴 ▪ <사육일대백상>: 육류가공식품 제한 메뉴 ▪ ★: 영유아 주의 식품 ▪ ⑳초록색: 탄소 저감 식재료 ▪ 노랑형광판: 3-5세와 다른 메뉴 - 금요일 오전간식 호상요구르트의 경우 저당제품을 제공해 주시기 바랍니다. - 이미지 출처: 미리캔버스의 자료를 사용해 디자인되었습니다. - 위 식단은 관악구 어린이·사회복지급식관리지원센터에서 제공된 식단이며, 센터의 동의 없이 무단으로 수정·사용하는 경우 센터에서는 변경된 식단에 대해 책임지지 않습니다.						



# 예은어린이집 6월 이유식 식단

일자/요일	1(월)	2(화)	3(수) 2026 지방선거	4(목)	5(금)	6(토) 현충일
초기	바나나미음	바나나미음		단호박미음	단호박미음	
열량(kcal)/단백질(g)	29/1	29/1		28/1	28/1	
중기	소고기채소죽 <sup>⑩</sup>	흰살생선채소죽 (두부채소죽 <sup>⑤</sup> )		닭살채소죽 <sup>⑮</sup>	노른자채소죽 <sup>①</sup>	
열량(kcal)/단백질(g)	74/3	67/3		65/3	86/2	
후기	오전간식	잘게자른과일(수박)	잘게자른과일(바나나)	아기치즈 <sup>②</sup>	호상요구르트 <sup>②</sup>	
	점심	소고기채소무른밥 <sup>⑩</sup>	흰살생선채소무른밥 (두부채소무른밥 <sup>⑤</sup> )	닭살채소무른밥 <sup>⑮</sup>	노른자채소무른밥 <sup>①</sup>	
	오후간식	잘게자른빵 <sup>①②⑤⑥</sup>	으깬노른자 <sup>①</sup>	잘게자른국수 <sup>⑥</sup>	으깬단호박	
열량(kcal)/단백질(g)	221/8	231/10	212/10	209/8		
일자/요일	8(월)	9(화)	10(수)	11(목)	12(금)	13(토)
초기	고구마미음	고구마미음	고구마미음	사과미음	사과미음	사과미음
열량(kcal)/단백질(g)	33/1	33/1	33/1	28/1	28/1	28/1
중기	소고기채소죽 <sup>⑩</sup>	두부채소죽 <sup>⑤</sup>	노른자채소죽 <sup>①</sup>	두부채소죽 <sup>⑤</sup>	닭살채소죽 <sup>⑮</sup>	소고기채소죽 <sup>⑩</sup>
열량(kcal)/단백질(g)	74/3	64/2	86/2	64/2	65/3	74/3
후기	오전간식	잘게자른과일(참외)	잘게자른과일(오렌지)	잘게자른과일(바나나)	아기치즈 <sup>②</sup>	저당액상요구르트 <sup>②</sup>
	점심	소고기채소무른밥 <sup>⑩</sup>	두부채소무른밥 <sup>⑤</sup>	노른자채소무른밥 <sup>①</sup>	두부채소무른밥 <sup>⑤</sup>	닭살채소무른밥 <sup>⑮</sup>
	오후간식	잘게자른빵 <sup>①②⑤⑥</sup>	으깬고구마	잘게자른스파게티 <sup>⑤⑥</sup>	한입크기주먹밥 <sup>⑤</sup>	잘게자른빵 <sup>①②⑤⑥</sup>
열량(kcal)/단백질(g)	227/8	186/4	251/7	195/7	241/8	242/8
일자/요일	15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금)	20(토)
초기	단호박미음	단호박미음	단호박미음	당근미음	당근미음	당근미음
열량(kcal)/단백질(g)	28/1	28/1	28/1	27/1	27/1	27/1
중기	소고기채소죽 <sup>⑩</sup>	흰살생선채소죽 (두부채소죽 <sup>⑤</sup> )	노른자채소죽 <sup>①</sup>	두부채소죽 <sup>⑤</sup>	닭살채소죽 <sup>⑮</sup>	노른자채소죽 <sup>①</sup>
열량(kcal)/단백질(g)	74/3	67/3	86/2	64/2	65/3	86/2
후기	오전간식	잘게자른과일(바나나)	잘게자른과일(사과)	잘게자른과일(바나나)	아기치즈 <sup>②</sup>	호상요구르트 <sup>②</sup>
	점심	소고기채소무른밥 <sup>⑩</sup>	흰살생선채소무른밥 (두부채소무른밥 <sup>⑤</sup> )	노른자채소무른밥 <sup>①</sup>	두부채소무른밥 <sup>⑤</sup>	닭살채소무른밥 <sup>⑮</sup>
	오후간식	잘게자른빵 <sup>①②⑤⑥</sup>	으깬단호박	잘게자른우동 <sup>⑥</sup>	한입크기주먹밥 <sup>⑤</sup>	으깬감자
열량(kcal)/단백질(g)	242/8	152/6	202/6	195/7	185/9	226/7
일자/요일	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)	27(토)
초기	소고기미음 <sup>⑩</sup>	소고기미음 <sup>⑩</sup>	소고기미음 <sup>⑩</sup>	현미미음	현미미음	현미미음
열량(kcal)/단백질(g)	36/1	36/1	36/1	25/1	25/1	25/1
중기	소고기채소죽 <sup>⑩</sup>	두부채소죽 <sup>⑤</sup>	닭살채소죽 <sup>⑮</sup>	노른자채소죽 <sup>①</sup>	두부채소죽 <sup>⑤</sup>	소고기채소죽 <sup>⑩</sup>
열량(kcal)/단백질(g)	74/3	64/2	65/3	86/2	64/2	74/3
후기	오전간식	잘게자른과일(오렌지)	잘게자른과일(수박)	잘게자른과일(바나나)	아기치즈 <sup>②</sup>	호상요구르트 <sup>②</sup>
	점심	소고기채소무른밥 <sup>⑩</sup>	두부채소무른밥 <sup>⑤</sup>	닭살채소무른밥 <sup>⑮</sup>	노른자채소무른밥 <sup>①</sup>	두부채소무른밥 <sup>⑤</sup>
	오후간식	잘게자른빵 <sup>①②⑤⑥</sup>	으깬고구마	잘게자른가지치즈구이 <sup>②⑤</sup>	잘게자른국수 <sup>⑥</sup>	잘게자른빵 <sup>①②⑤⑥</sup>
열량(kcal)/단백질(g)	228/8	179/4	175/6	241/9	244/9	242/8
일자/요일	29(월)	30(화)	공휴일 대체식단	<식단 안내사항>		
초기	감자미음	감자미음	바나나미음	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 금요일 오전간식 호상요구르트의 경우 저당제품을 제공해 주시기 바랍니다.</li> <li>- 빵은 모닝빵과 식빵을 격주로 제공해 주시기 바랍니다.</li> <li>- 식단표 제공 후에 식단이 변경될 경우 급식일지(운영일지)에 반드시 기재하고, 보호자에게 변경된 식단을 안내해 주시기 바랍니다.</li> <li>- 위 식단은 관악구 어린이·사회복지급식관리지원센터에서 제공된 식단이며, 센터의 동의 없이 무단으로 수정·사용하는 경우 센터에서는 변경된 식단에 대해 책임지지 않습니다.</li> <li>- 이미지 출처: 미리캔버스의 자료를 사용해 디자인되었습니다.</li> </ul>		
열량(kcal)/단백질(g)	29/1	29/1	29/1			
중기	소고기채소죽 <sup>⑩</sup>	두부채소죽 <sup>⑤</sup>	노른자채소죽 <sup>①</sup>			
열량(kcal)/단백질(g)	74/3	64/2	86/2			
후기	오전간식	잘게자른과일(참외)	잘게자른과일(사과)	잘게자른과일(바나나)		
	점심	소고기채소무른밥 <sup>⑩</sup>	두부채소무른밥 <sup>⑤</sup>	노른자채소무른밥 <sup>①</sup>		
	오후간식	잘게자른빵 <sup>①②⑤⑥</sup>	으깬감자	한입크기주먹밥 <sup>⑤</sup>		
열량(kcal)/단백질(g)	227/8	151/4	234/6			
원산지 표시	쌀 (밥, 죽, 누룽지, 현미, 찹쌀, 흑미)	소고기(○ 표시)			콩 두부류	수산물 명태(동태)
		한우	육우	젓소		
	국내산		국내산한우		국내산	수입산
알레르기 표시 안내	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 - 알레르기 유발 식품 표시: 알레르기 반응을 보이는 아동에게는 해당 식품이 들어간 식품 및 가공식품에 특별히 주의해 주시기 바랍니다. - ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. - 일부 식단이나 완제품의 경우, 알레르기 식품을 배제하기 어려우므로 반드시 각 제품의 알레르기 표시를 확인해 주시기 바랍니다.					