

요일	월 1	화 2	수 3(전국동시지방선거)	목 4	금 5
오전 간식	♣ 견과일(견블루베리) 호상요구르트②	● 신선과일(멜론) 우유②		● 채소스틱(자른토마토⑫) 치즈②	● 신선과일(오렌지)
점심	백미밥(기장밥) 순두부맑은국⑤⑥⑨ 닭살양배추볶음⑤⑥⑬ 구이김 김치(깍두기⑨)	백미밥(흑미밥) 감자양파국⑤⑥ 돈육새송이버섯조림⑤⑥⑩ 얼갈이나물⑤⑥ 김치(깍두기⑨)		백미밥(차조밥) 달걀국① 소고기마늘중볶음⑤⑥⑬⑭ 참나물무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	백미밥(참쌀현미밥) 열무된장국⑤⑥ ◆ 훈제오리구이 숙주나물⑤⑥ 김치(배추김치⑨)
오후 간식	● 자연간식(찐단호박) 메밀차③	모듬어묵탕⑤⑥		카레우동 ②⑤⑥⑫⑬⑭	♣ 잔멸치주먹밥⑤⑥
열량/단백질	607/27 kcal/g	614/30 kcal/g		655/30 kcal/g	609/24 kcal/g

8		서울미래발상 9	10(국없는날)	11♥생일식단♥	12
오전 간식	시리얼⑤ * 우유②	● 신선과일(사과) 우유②	양송이스프②	● 신선과일(수박)	● 채소스틱(데친당근) 스틱②
점심	백미밥(수수밥) 미역국⑤⑥ 돈육두루치기⑤⑥⑩ 취나물된장무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	백미밥(기장밥) 들깨시래국⑤⑥ ♣ 삼치조림⑤⑥ 도토리묵*양념장⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	자장덮밥②⑤⑥⑩⑬⑭ (선택:송농) 찐만두①⑤⑥⑩⑬⑭ 김치(배추김치⑨) ● 신선과일(바나나)	백미밥 닭가슴살미역국⑤⑥⑬ ◆ 돈가스(선택:소스) ①⑤⑥⑩⑫⑭ 비름나물무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	백미밥(참쌀현미밥) 소고기뭇국⑤⑥⑩ ♣ 자른메추리알어묵조림 ①⑤⑥ 깻잎나물⑤⑥ 김치(배추김치⑨)
오후 간식	감자버터구이② 보리차	채식잡채⑤⑥ (시금치, 당근, 느타리)	빵류(모닝빵①②⑤⑥) (선택:딸기잼)우유②	빵류(케이크①②⑤⑥) 유기농주스②	수박화채②
열량/단백질	658/25 kcal/g	636/25 kcal/g	644/21 kcal/g	626/29 kcal/g	597/27 kcal/g

15		16	17	18	19
오전 간식	♣ 견과류(슬라이스아몬드) 호상요구르트②	● 신선과일(파인애플) 우유②	단호박죽	● 채소스틱(데친브로콜리) 치즈②	● 신선과일(키위)
점심	백미밥(참쌀현미밥) 안매운김치유부국⑤⑥⑨ 소고기당면볶음⑤⑥⑬ 근대무침⑤⑥ 김치(깍두기⑨)	백미밥(수수밥) 맑은콩나물국⑤⑥ 돈육바삭불고기⑤⑥⑩ 양배추숙쌈&쌈장④⑤⑥ 김치(깍두기⑨)	닭살파프리카볶음밥⑤⑥⑬ 미소장국⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 김자반⑤ 김치(배추김치⑨)	백미밥(흑미밥) 무채국⑤⑥ ◆ 너비아니구이⑤⑥⑩⑭ 새송이버섯무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	백미밥(기장밥) 애호박맑은국⑤⑥ 돈육갈비찜⑤⑥⑩ 두부숙갓무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨)
오후 간식	고구마맛탕⑤ 옥수수차	감자부추전⑤⑥	빵류(후레쉬번①②⑤⑥) 우유②	토마토스파게티 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑯	빵류(모닝빵①②⑤⑥) 우유②
열량/단백질	680/30 kcal/g	601/25 kcal/g	659/28 kcal/g	650/30 kcal/g	655/30 kcal/g

22		서울미래발상 23	24(국없는날)	25	26
오전 간식	쌀과자 * 우유②	● 신선과일(참외) 우유②	당근스프②	● 채소스틱(오이) 치즈②	● 신선과일(수박)
점심	백미밥(흑미밥) 콩가루배춧국⑤⑥ 간장달걀비⑤⑥⑬ 가지나물⑤⑥ 김치(깍두기⑨)	백미밥(차조밥) 채개장⑤⑥ 두부데리야끼구이⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	소고기숙주덮밥⑤⑥⑬ 브로콜리무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨) ● 신선과일(오렌지)	백미밥(수수밥) 연두부백탕⑤⑥ 닭살조림⑤⑥⑬ 감자볶음⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	백미밥(기장밥) 아욱된장국⑤⑥ 안매운김치돈육볶음⑤⑥⑨⑩ 청포묵무침⑤⑥ 김치(깍두기⑨)
오후 간식	● 자연간식(찐고구마) 우영차	잔치국수⑤⑥	빵류(치즈빵①②⑤⑥) 우유②	물만두 ①⑤⑥⑩⑫⑬	수수부꾸미⑤
열량/단백질	615/25 kcal/g	608/25 kcal/g	616/24 kcal/g	622/35 kcal/g	600/22 kcal/g

29		30	★기호표시안내★			
오전 간식	♣ 견과일(견블루베리) 호상요구르트②	● 신선과일(배) 우유②		●	자연간식 (과일, 채소, 찐서류)	
점심	백미밥(차조밥) 다시마양파국⑤⑥ 소고기큐브스테이크 ⑤⑥⑫⑬ 콩나물당근무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	백미밥(참쌀현미밥) 참나물된장국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 새콤무생채 김치(배추김치⑨)		♣	영아 섭취시 주의	
오후 간식	● 자연간식(찐감자) 현미차	우영주먹밥⑤⑥		◆	가공식품 사용 시 원산지 표시	
열량/단백질	655/27 kcal/g	634/25 kcal/g		▶	대체메뉴	
			음영	계란알레르기 대체시 제공 메뉴		
			서울미래발상	서울시 공공급식 사업 (월 2회)		

원산지 표시	밭·죽·누룽지		소고기				돼지고기	닭고기	오리고기
	쌀백미(현미·잡곡 포함) 국내산		구이/볶음/찜 국	국내산 한우	외국산 한우	국가명 : ○○산	국내산	국내산	국내산
	김치 국내산		콩	수산물	◆ 가공식품	훈제오리	너비아니	돈가스	
배추, 양파, 봄동 포함		고춧가루	두부류	오징어	오리고기	닭고기	돼지고기	돼지고기	
국내산		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	

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

※ 식품의 수급 상황에 따라 메뉴변경으로 위의 원산지 표시가 변경되는 경우 수정하여 게시 및 공지하시기 바랍니다.

강남구 어린이·사회복지급식관리지원센터		2026년 6월 식단표 (일반형 1-2세)			어린이집/유치원			
작성자: 영양팀					발행일: 2026. 5. 15.			
요일	월 1	화 2	수 3(전국동시지방선거)	목 4	금 5			
오전 간식	호상요구르트②	●신선과일(멜론) 우유②		●채소스틱(자른토마토⑫) 치즈②	●신선과일(오렌지)			
점심	백미밥(기장밥) 순두부맑은국⑤⑥⑨ 닭살양배추볶음⑤⑥⑬ 구이김 김치(깍두기⑨)	백미밥(흑미밥) 감자양파국⑤⑥ 돈육새송이버섯조림⑤⑥⑩ 열갈이나물⑤⑥ 김치(깍두기⑨)		백미밥(차조밥) 달걀국① 소고기마늘종볶음⑤⑥⑬⑭ 참나물무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	백미밥(찰쌀현미밥) 열무된장국⑤⑥ ◆훈제오리구이 숙주나물⑤⑥ 김치(배추김치⑨)			
오후 간식	●자연간식(찐단호박) 메밀차③	모듬어묵탕⑤⑥		카레우동 ②⑤⑥⑫⑬⑭	♣잔멸치주먹밥⑤⑥			
열량/단백질	378/19 kcal/g	423/21 kcal/g		446/21 kcal/g	396/15 kcal/g			
8		서울미래발상 9	10(국없는날)	11♥생일식단♥	12			
오전 간식	시리얼⑤ * 우유②	●신선과일(사과) 우유②	양송이스프②	●신선과일(수박)	●채소스틱(데친당근) 치즈②			
점심	백미밥(수수밥) 미역국⑤⑥ 돈육두루치기⑤⑥⑩ 취나물된장무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	백미밥(기장밥) 들깨시래기국⑤⑥ ♣삼치조림⑤⑥ 도토리묵*양념장⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	자장덮밥②⑤⑥⑩⑫⑬ (선택:송농) 찐만두①⑤⑥⑩⑫⑬ 김치(배추김치⑨) ●신선과일(바나나)	백미밥 닭가슴살미역국⑤⑥⑬ ◆돈가스(선택:소스) ①⑤⑥⑩⑫⑬ 비름나물무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	백미밥(찰쌀현미밥) 소고기묵국⑤⑥⑩ ♣자른메추리알어묵조림 ①⑤⑥ 갯잎나물⑤⑥ 김치(배추김치⑨)			
오후 간식	감자버터구이② 보리차	채식잡채⑤⑥ (시금치,당근,느타리)	빵류(모닝빵①②⑤⑥) (선택:딸기잼)우유②	빵류(케이크①②⑤⑥) 유기농쥬스②	수박화채②			
열량/단백질	451/18 kcal/g	437/18 kcal/g	442/15 kcal/g	407/19 kcal/g	409/19 kcal/g			
15		16	17	18	19			
오전 간식	호상요구르트②	●신선과일(파인애플) 우유②	단호박죽	●채소스틱(데친브로콜리) 치즈②	●신선과일(키위)			
점심	백미밥(찰쌀현미밥) 안매운김치유부국⑤⑥⑨ 소고기당면볶음⑤⑥⑬ 근대무침⑤⑥ 김치(깍두기⑨)	백미밥(수수밥) 맑은콩나물국⑤⑥ 돈육바삭불고기⑤⑥⑩ 양배추숙쌈&쌈장④⑤⑥ 김치(깍두기⑨)	닭살파프리카볶음밥⑤⑥⑬ 미소장국⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 김자반⑤ 김치(배추김치⑨)	백미밥(흑미밥) 무채국⑤⑥ ◆너비아니구이⑤⑥⑩⑬ 새송이버섯무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	백미밥(기장밥) 애호박맑은국⑤⑥ 돈육갈비찜⑤⑥⑩ 두부숙감무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨)			
오후 간식	고구마맛탕⑤ 옥수수차	감자부추전⑤⑥	빵류(후레쉬번①②⑤⑥) 우유②	토마토스파게티 ②⑤⑥⑫⑬⑭	빵류(모닝빵①②⑤⑥) 우유②			
열량/단백질	454/21 kcal/g	418/17 kcal/g	452/19 kcal/g	444/21 kcal/g	453/20 kcal/g			
22		서울미래발상 23	24(국없는날)	25	26			
오전 간식	쌀과자 * 우유②	●신선과일(참외) 우유②	당근스프②	●채소스틱(오이) 치즈②	●신선과일(수박)			
점심	백미밥(흑미밥) 콩가루배춧국⑤⑥ 간장달걀비⑤⑥⑬ 가지나물⑤⑥ 김치(깍두기⑨)	백미밥(차조밥) 채개장⑤⑥ 두부데리야끼구이⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	소고기숙주덮밥⑤⑥⑬ 브로콜리무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨) ●신선과일(오렌지)	백미밥(수수밥) 연두부백탕⑤⑥ 닭살조림⑤⑥⑬ 감자볶음⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	백미밥(기장밥) 아욱된장국⑤⑥ 안매운김치돈육볶음⑤⑥⑨⑩ 청포묵무침⑤⑥ 김치(깍두기⑨)			
오후 간식	●자연간식(찐고구마) 우영차	잔치국수⑤⑥	빵류(치즈빵①②⑤⑥) 우유②	물만두 ①⑤⑥⑩⑫⑬	수수부꾸미⑤			
열량/단백질	423/17 kcal/g	419/17 kcal/g	424/17 kcal/g	425/24 kcal/g	390/15 kcal/g			
29		30			★기호표시안내★			
오전 간식	호상요구르트②	●신선과일(배) 우유②			●	자연간식 (과일채소찐서유)		
점심	백미밥(차조밥) 다시마양파국⑤⑥ 소고기큐브스테이크 ⑤⑥⑫⑬ 콩나물당근무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	백미밥(찰쌀현미밥) 참나물된장국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 새콤무생채 김치(배추김치⑨)			♣	영아 섭취시 주의		
오후 간식	●자연간식(찐감자) 현미차	우영주먹밥⑤⑥			◆	가공식품 사용 시 원산지 표시		
열량/단백질	438/19 kcal/g	436/17 kcal/g		▶	대체메뉴			
				음영	계란알레르기 대체식 제공 메뉴			
				서울미래발상	서울시 공공급식 사업 (월 2회)			
원산지 표시	밥·죽·누룽지		소고기			돼지고기	닭고기	오리고기
	쌀백미(현미·잡곡 포함) 국내산		구이/볶음/찜 국	국내산 한우	외국산 한우	국가명 : ○○산	국내산	국내산
	김치	콩	수산물	◆가공식품	훈제오리	너비아니	돈가스	
배추(열매) 볶음 포함		고춧가루	두부류		오리고기	닭고기	돼지고기	돼지고기
국내산	국내산	국내산		국내산	국내산	국내산	국내산	
알레르기 유발식품 표시	①난류	②우유	③메밀	④땅콩	⑤대두	⑥밀	⑦고등어	⑧계
	⑩복숭아	⑫토마토	⑬야생산류	⑭호두	⑮달걀	⑯소고기	⑰오징어	⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함)
								⑩돼지고기 ⑲잣

※ 식품의 수급 상황에 따라 메뉴변경으로 위의 원산지 표시가 변경되는 경우 수정하여 게시 및 공지하시기 바랍니다.

요일		월	화	수	목	금
		1	2	3	4	5
후기	점심	닭살양배추무른밥⑮	순두부새송이버섯무른밥⑤		소고기참나물무른밥⑮	연두부열무무른밥⑤
	오후간식	단호박매쉬	감자죽		애호박죽	잔멸치죽
열량(kcal)/단백질(g)		158/9	156/4		227/10	178/8
		8	9	10	11♥생일식단♥	12
후기	점심	치즈취나물무른밥②	두부시래기무른밥⑤	달걀노른자감자무른밥①	닭살비름나물무른밥⑮	소고기무른밥⑮
	오후간식	감자매쉬	느타리버섯죽	양배추죽	미역죽	수박
열량(kcal)/단백질(g)		213/7	170/4	241/6	165/7	187/9
		15	16	17	18	19
후기	점심	소고기당근무른밥⑮	달걀노른자양배추무른밥①	닭살파프리카무른밥⑮	소고기새송이버섯무른밥⑮	두부애호박무른밥⑤
	오후간식	고구마매쉬	콩나물죽⑤	구운자른쌀식빵 보리차①②⑤⑥	브로콜리죽	무죽
열량(kcal)/단백질(g)		218/7	216/6	195/7	227/10	170/4
		22	23	24	25	26
후기	점심	닭살배추무른밥⑮	두부시금치무른밥⑤	소고기숙주무른밥⑮	연두부감자무른밥⑤	치즈아욱무른밥②
	오후간식	고구마매쉬	김가루죽	당근죽	양파죽	구운자른쌀식빵 보리차①②⑤⑥
열량(kcal)/단백질(g)		199/9	159/5	218/7	212/7	181/6
		29	30			★기호표시안내★
후기	점심	소고기콩나물무른밥⑤⑮	치즈무른밥②		<ul style="list-style-type: none"> ▶ 중기이유식 제공순서는 사실상황에 따라 변동가능 (점심, 오후간식 순서) ▶ 해당 식단은 어린이집 사정 및 영아의 발달단계에 따라 변경가능 ▶ 신선과일, 채스틱은 영아 발달상태에 따라 약하거나 갈아서 휴대용제품 제공 ▶ 색표기 메뉴 : 자연산(신선과일, 채소스틱, 찐서류 등) ▶ ▶ 표시는 대체메뉴 ▶ ◆ 표시는 선택메뉴 	
	오후간식	감자매쉬	우영죽			
열량(kcal)/단백질(g)		184/8	170/4			

원산지 표시	밥·죽·누룽지		소고기		육류		콩류			
	쌀(백미·현미·흑미·찰쌀 포함)	국내산	국내산	한우	닭고기	국내산	두부류	국내산		
	국내산	외국산	국가명:	산	국내산	국내산	국내산	국내산		
※ 식품의 수급 상황에 따라 메뉴변경으로 위의 원산지 표시가 변경되는 경우 수정하여 게시 및 공지하시기 바랍니다.										
알레르기유발식품표시	① 난류	② 우유	③ 메밀	④ 땅콩	⑤ 대두	⑥ 밀	⑦ 고등어	⑧ 계	⑨ 새우	⑩ 돼지고기
	⑪ 복숭아	⑫ 토마토	⑬ 아황산류	⑭ 호두	⑮ 닭고기	⑯ 소고기	⑰ 오징어	⑱ 조개류(굴, 전복, 홍합 포함)	⑲ 잣	