

강남구 어린이·사회복지급식관리지원센터			2026년 9월 식단표 (일반형 1-2세)		어린이집/유치원	
작성자: 영양팀					발행일: 2026. 8. 14.	
요일	월		화	수	목	금
	★기호표시안내★		1	2	3 ♥생일식단♥	4
오전 간식	●	자연간식 (과일채소찐서류)	●신선과일(바나나) 우유②	미숫가루②④⑤⑥	●신선과일(배)	●신선과일(파인애플)
점심	♣	영아 섭취시 주의	기장밥 순살감자탕⑤⑥⑩	돈육양배추덮밥⑤⑥⑩⑫	백미밥 소고기미역국⑤⑥⑬	흑미밥 채개장⑤⑥
	◆	가공식품 사용 시 원산지 표시	두부조림⑤⑥	콩나물국⑤⑥	◆돈가스①⑤⑥⑩⑫⑬	닭바싹구이⑤⑥⑮
	▶	대체메뉴	미역줄기볶음⑤⑥	양파당근전⑤⑥	◆코울슬로①⑤	김자반⑤
오후 간식	음영	계란알레르기 대체식 제공 메뉴	◆치킨너겟①②⑤⑥⑮⑯	빵류(구운도넛①②⑤⑥) 우유②	빵류(케이크①②⑤⑥)*우유②	고구마쪄조림⑤*우유②
열량/ 단백질	서울미래발상	서울시 공공급식 사업 (월 2회)	455/23 kcal/g	518/19 kcal/g	471/20 kcal/g	451/19 kcal/g
7			서울미래발상 8	9(국없는날)		10
오전 간식	시리얼⑤ * 우유②		●신선과일(키위) 우유②	미숫가루②④⑤⑥	●채소스틱(자른토마토⑫) 치즈②	●신선과일(귤)
점심	수수밥 새송이맑은국⑤⑥ 안배돈육김치볶음⑤⑨⑩ 숙주나물⑤⑥ 김치(깍두기⑨)		참쌀현미밥 참나물된장국⑤⑥ ♣고등어조림⑤⑥⑦ 새우볶음⑤⑥⑨ 김치(깍두기⑨)	닭살카레라이스 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑮ 오이무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨) ●신선과일(바나나)	차조밥 만둣국①⑤⑥⑩⑫⑮ 두부부침*양념장⑤⑥ 감자조림⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	현미밥 부추맑은국⑤⑥ 소고기양파볶음⑤⑥⑮ 우영흑임자스무침①⑤⑥ 김치(배추김치⑨)
	●자연간식(찐단호박) 보리차		채식쌀국수⑤⑥ (느타리,청경채)	빵류(마들렌①②⑤⑥) 우유②	스크램블에그①②⑤	빵류(마핀①②⑤⑥)*우유②
	열량/ 단백질		433/16 kcal/g	428/20 kcal/g	501/19 kcal/g	432/19 kcal/g
14			15	16	17	18
오전 간식	호상요구르트②		●신선과일(사과) 우유②	양파스프②	●채소스틱(대진브로콜리) 치즈②	●신선과일(배)
점심	기장밥 다시마맑은국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑮ 청경채무침⑤⑥ 김치(깍두기⑨)		수수밥 콩가루배추국⑤⑥ 돈육살구이⑩ 깎알나물⑤⑥ 김치(깍두기⑨)	소고기삼색나물비빔밥⑤⑥⑮ 팽이버섯맑은국⑤⑥ 도토리묵무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	흑미밥 시래기된장국⑤⑥ ◆동그랑땡①⑤⑥⑩ 연근조림⑤⑥ 김치(배추김치⑨)	참쌀현미밥 무채국⑤⑥ 돈육볶음⑤⑥⑩ 양배추찜*쌈장④⑤⑥ 김치(깍두기⑨)
	●자연간식(찐감자) 옥수수차		모듬어묵탕⑤⑥	빵류(카스테라①②⑤⑥) 우유②	오일스파게티⑥	빵류(마들렌①②⑤⑥)*우유②
	열량/ 단백질		403/20 kcal/g	421/20 kcal/g	519/23 kcal/g	448/21 kcal/g
21			서울미래발상 22	23	24	25
오전 간식	시리얼⑤ * 우유②		●신선과일(바나나) 우유②	누룽지죽		
점심	수수밥 아욱된장국⑤⑥ 닭살대파볶음⑤⑥⑮ 김자반⑤ 김치(배추김치⑨)		차조밥 ♣갈은황태국⑤⑥ 두부데리야끼조림⑤⑥ 감자채볶음⑤ 김치(배추김치⑨)	백미밥 맑은미역국⑤⑥ 소갈비찜⑤⑥⑮ 채식잡채⑤⑥ (시금치,당근,느타리) 김치(배추김치⑨)		
	●자연간식(찐고구마) 결명자차		칼국수⑥	빵류(모닝빵①②⑤⑥)딸기잼) 우유②		
	열량/ 단백질		461/19 kcal/g	466/20 kcal/g	572/22 kcal/g	
28			29	30(국없는날)		
오전 간식	호상요구르트②		●신선과일(귤) 우유②	양송이스프②⑥		
점심	흑미밥 애호박맑은국⑤⑥ ◆훈제오리구이②⑤⑥⑫⑬ 콩나물무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨)		참쌀현미밥 시금치된장국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ 무생채 김치(배추김치⑨)	소불고기덮밥⑤⑥⑮ 당근상추무침⑤⑥ 김치(배추김치⑨) ●신선과일(사과1/4)		
	●자연간식(찐단호박) 메밀차③		유부주먹밥⑤	빵류(버터스틱빵①②⑤⑥) 우유②		
	열량/ 단백질		402/18 kcal/g	441/20 kcal/g	471/19 kcal/g	

원산지 표시	밥·죽·누룽지		소고기					돼지고기		닭고기	오리고기
	쌀·백미·현미·잡곡 포함		구이/볶음/찜	국내산	한우	외국산		국내산		국내산	국내산
	국내산		국	국내산	한우	외국산					
	김치		콩	수산물	◆	치킨너겟	동그랑땡	훈제오리	돈가스		
	배추·열매이 봄동 포함		고춧가루	두부류	고등어	가공	닭고기	돼지고기	오리고기	돼지고기	
	국내산	국내산	국내산	국내산	식품	국내산	국내산	국내산	국내산		
알레르기유발식품표시		①난류	②우유	③메밀	④땅콩	⑤대두	⑥밀	⑦고등어	⑧계	⑨새우	⑩돼지고기
		⑪복숭아	⑫토마토	⑬아황산류	⑭호두	⑮닭고기	⑯소고기	⑰오징어	⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함)		⑲잣

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