

# 2026년 6월 식단(영아반)

가락본동어린이집

날 짜	6/1 (월)	6/2 (화)	6/3 (수)	6/4 (목)	6/5 (금)	6/6 (토)
오전간식	우유2, 우리쌀시리얼5.6	과일(수박)	<b>지방선거일</b>	우유2, 과일(사과)	쇠고기채소죽5.6.16	<b>현충일</b>
점 심	검정쌀밥 오징어호박국5.17 돈육메추리알장조림 1.5.6.10 브롤콜리흑임자무침 1.5.6 배추김치9	수수밥 건새우미역국5.9 쇠고기당면볶음5.6.16 콩나물무침5.6 깍두기9	 <b>당신의 소중한 한표!</b>	기장밥 달걀파국1.5 치즈달볶음탕2.5.6.15 청경채나물5.6 깍두기9	보리밥 얼갈이된장국5.6 두부미트볼볶음 5.6.10.18 실곤약채소무침5.6 배추김치9	
오후간식	잔치국수1.5.6	마시는요구르트, 롤케익1.2.5.6		짜짱면5.6.10(감자제외)	우유2, 찐단호박	
날 짜	6/8 (월)	6/9 (화)	6/10 (수)	6/11 (목)	6/12 (금)	6/13 (토)
오전간식	우유2, 과일(토마토)12	크림스프*식빵스틱2.5.6	치즈2, 쌀과자1.2.5.6	과일(바나나)	떠먹는요구르트2, 당근스틱	우유2
점 심	현미밥 돈육감자국5.10 <b>(감자제외)</b> 두부양념조림5.6 시금치무침5.6 깍두기9	차조밥 들깨순두부국5.9 훈제오리볶음5.6 오절판*무쌈1.5.6.18 배추김치9	새우버섯볶음밥 1.5.6.9.18 다시마무채국5.6 황도그린샐러드5.6 배추김치9	강황쌀밥 꽃게된장국5.6.8 <b>(감자제외)</b> 제육볶음5.6.10 양배추찜*쌈장5.6 깍두기9	검정쌀밥 쇠고기배추국5.16 채소달걀찜1.5.9 어묵볶음5.6.18 <b>(구이김)</b> 깍두기9	어묵잡채밥5.6.18 <b>(어묵제외)</b> 미역국5.6 달걀스크램블1.5 배추김치9
오후간식	수제비5.6	우유2, 찐고구마	로세스파게티2.5.6.12	우유, 와플1.2.5.6	매실차, 닭강정5.6.12.15	
날 짜	6/15 (월)	6/16 (화)	6/17 (수)	6/18 (목)	6/19 (금)	6/20 (토)
오전간식	우유2, 과일(참외)	달걀콩나물죽1.5	우유2, 과일(방울토마토)12	두유*선식2.5.6	과일(사과)	우유2
점 심	기장밥 시금치된장국5.6 쇠고기잡채5.6.16 참나물5.6 깍두기9	보리밥 닭개장5.15 마파두부5.6.18 오이지무침5.6 배추김치9	하이라이스2.5.6.10 <b>(감자제외)</b> 김말이튀김5 깍두기9 짜먹는요구르트2	수수밥 쇠고기미역국5.16 임연소주림5.6 올방개묵무침5.6 배추김치9	현미밥 니모어묵국1.5.6.18 <b>(어묵제외)</b> 돈육김치찜5.6.9.10 잔멸치볶음5.6 깍두기9	멸치채소주먹밥5.6 김치된장국5.6.9 돈육볶음5.6.10 깍두기9
오후간식	옥수수차, 감자만두5.6.10	우유2, 밀크롤인1.2.5.6	유부냉우동5.6.18 <b>(어묵제외)</b>	보리차, 밥버거1.5.6.9.18	우유2, 구운달걀1	
날 짜	6/22 (월)	6/23 (화)	6/24 (수)	6/25 (목)	6/26 (금)	6/27 (토)
오전간식	떠먹는요구르트2, 망고	우유2, 우리밀두부과자1.2.5.6	치즈2, 과일(파인애플)	연두부*양념장5.6	과일(메론)	우유2
점 심	차조밥 황태채국5 달살가지볶음5.6.15.18 얼갈이나물5.6 깍두기9	시금치쌀밥 청국장5.6.9 달걀스크램블1.5 오징어실채오이무침 5.6.17 배추김치9	보리밥 우동장국5.6.18 돈까스*소스5.6.10.12 사과양배추무침5.6 깍두기9	차조밥 아욱된장국5.6 삼치고구마줄기조림5.6 감자햄채볶음5.6.10 <b>(하람반햄제외, 구이김)</b> 깍두기9	검정쌀밥 오징어무국5.6.17 쇠고기콧팍조림 2.5.6.12.16.18 <b>(감자제외)</b> 노각참외무침5.6 배추김치9	쇠고기카레라이스 2.5.6.16 <b>(감자제외)</b> 오징어무침5.6.17 배추김치9 과일(참외)
오후간식	물만두국1.5.6.10	오미자차, 부추파전5.6	들기름막국수5.6.18	우유2, 도너츠1.2.5.6	우유2, 꽃빵튀김2.5.6	
날 짜	6/29 (월)	6/30 (화)				
오전간식	떠먹는요구르트2, 오이스틱	과일(수박)				
점 심	기장밥 참치김치국5.6.9 비엔나채소볶음5.6.10 <b>(하람반-돈육볶음)</b> 열무된장무침5.6 깍두기9	현미밥 해물샤브국5.6.9.17.18 달걀치즈말이1.5 파래김자반5 배추김치9	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 어린이집 사정에 의해 식단 및 간식이 변경 될 수도 있습니다.</li> <li>* 빨간색칸은 저염식으로 "국없는날"입니다.(점심제공)</li> <li>* 초록색칸은 "채식의 날"입니다.(점심제공)</li> <li>* 국은 저염으로 제공하기 위해0.4%이하로 염도를 맞추고 있습니다.</li> <li>* <b>알레르기원아의 대체식은 "파란색"으로 표기하고 급식으로 제공하고 있습니다.</b></li> <li>* 만1-2세는 열량(kcal)450-550 단백질(g)15-25으로 제공하고 있습니다.</li> <li>* 식단 작성자 : 이경희 영양사</li> </ul>			
오후간식	도토리묵사발5.6.9.18	우유2, 사라다모닝빵 1.2.5.6.8.12				
원산지 표시	농산물, 콩(두부류)		축산물(가공품)		5/4 (월)	5/5 (화)
	쌀(밥,죽,누룽지), 잡곡류- 국내산 두부, 순두부, 연두부, 콩비지 - 국내산		쇠고기- 국내산한우 돼지고기, 닭고기, 훈제오리 - 국내산 돈까스-미트볼(돼지고기), 닭강정(닭고기) - 국내산 햄 - 비엔나소세지 · 베이컨- 국내산, 수입산		낙지,주꾸미- 베트남산, 중국산 꽃게,삼치- 국내산 오징어,참치- 원양산 임연수- 미국산	배추(얼갈이, 봄동), 고춧가루 - 국내산
알레르기 정보	①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함)는 <b>메뉴 옆에 번호로 표시</b> 합니다. 기타 표기되지 않은 식품의 알레르기 증상을 보이는 원아는 급식 시 <b>각별한 주의를 부탁드립니다.</b>					

# 2026년 6월 식단(유아반)

가락본동어린이집

날 짜	6/1 (월)	6/2 (화)	6/3 (수)	6/4 (목)	6/5 (금)	6/6 (토)
오전간식	우유2, 우리쌀시리얼5.6	과일(수박)	<b>지방선거일</b>	우유2, 과일(사과)	쇠고기채소죽5.6.16	<b>현충일</b>
점 심	검정쌀밥 오징어호박국5.17 돈육메추리알장조림 1.5.6.10 브롤플리흑임자무침 1.5.6 배추김치9	수수밥 건새우미역국5.9 쇠고기당면볶음5.6.16 콩나물무침5.6 깍두기9		기장밥 달걀파국1.5 치즈달볶음탕2.5.6.15 청경채나물5.6 깍두기9	보리밥 얼갈이된장국5.6 두부미트볼볶음 5.6.10.18 실곤약채소무침5.6 배추김치9	
오후간식	잔치국수1.5.6	마시는요구르트, 롤케익1.2.5.6		짜짱면5.6.10(감자제외)	우유2, 찐단호박	
날 짜	6/8 (월)	6/9 (화)	6/10 (수)	6/11 (목)	6/12 (금)	6/13 (토)
오전간식	우유2, 과일(토마토)12	크림스프*식빵스틱2.5.6	치즈2, 견과류14	과일(바나나)	떠먹는요구르트2, 당근스틱	우유2
점 심	현미밥 돈육감자국5.10 <b>(감자제외)</b> 두부양념조림5.6 시금치무침5.6 깍두기9	차조밥 들깨순두부국5.9 훈제오리볶음5.6 오절판*무쌈1.5.6.18 배추김치9	새우버섯볶음밥 1.5.6.9.18 다시마무채국5.6 황도그린샐러드5.6 배추김치9	강황쌀밥 꽃게된장국5.6.8 <b>(감자제외)</b> 제육볶음5.6.10 양배추찜*쌈장5.6 깍두기9	검정쌀밥 쇠고기배추국5.16 채소달걀찜1.5.9 어묵볶음5.6.18 <b>(구이김)</b> 깍두기9	어묵잡채밥5.6.18 <b>(어묵제외)</b> 미역국5.6 달걀스크램블1.5 배추김치9
오후간식	수제비5.6	우유2, 찐고구마	로세스파게티2.5.6.12	우유, 와플1.2.5.6	매실차, 닭강정5.6.12.15	
날 짜	6/15 (월)	6/16 (화)	6/17 (수)	6/18 (목)	6/19 (금)	6/20 (토)
오전간식	우유2, 과일(참외)	달걀콩나물죽1.5	우유2, 과일(방울토마토)12	두유*선식2.5.6	과일(사과)	우유2
점 심	기장밥 시금치된장국5.6 쇠고기잡채5.6.16 참나물5.6 깍두기9	보리밥 닭개장5.15 마파두부5.6.18 오이지무침5.6 배추김치9	하이라이스2.5.6.10 <b>(감자제외)</b> 김말이튀김5 깍두기9 짜먹는요구르트2	수수밥 쇠고기미역국5.16 임연수조림5.6 올방개묵무침5.6 배추김치9	현미밥 니모어묵국1.5.6.18 <b>(어묵제외)</b> 돈육김치찜5.6.9.10 잔멸치볶음5.6 깍두기9	멸치채소주먹밥5.6 김치된장국5.6.9 돈육볶음5.6.10 깍두기9
오후간식	옥수수차, 감자만두5.6.10	우유2, 밀크롤인1.2.5.6	유부냉우동5.6.18 <b>(어묵제외)</b>	보리차, 밥버거1.5.6.9.18	우유2, 구운달걀1	
날 짜	6/22 (월)	6/23 (화)	6/24 (수)	6/25 (목) 유아반현장학습	6/26 (금)	6/27 (토)
오전간식	떠먹는요구르트2, 망고	우유2, 우리밀두부과자1.2.5.6	치즈2, 과일(파인애플)	연두부*양념장5.6	과일(메론)	우유2
점 심	차조밥 황태채국5 달걀가지볶음5.6.15.18 얼갈이나물5.6 깍두기9	시금치쌀밥 청국장5.6.9 달걀스크램블1.5 오징어실채오이무침 5.6.17 배추김치9	보리밥 우동장국5.6.18 돈까스*소스5.6.10.12 사과양배추무침5.6 깍두기9	차조밥 아욱된장국5.6 삼치고구마줄기조림5.6 감자햄볶음5.6.10 <b>(감자제외)</b> 깍두기9	검정쌀밥 오징어무국5.6.17 쇠고기푹찜조림 2.5.6.12.16.18 <b>(감자제외)</b> 노각참외무침5.6 배추김치9	쇠고기카레라이스 2.5.6.16 <b>(감자제외)</b> 오징어무침5.6.17 배추김치9 과일(참외)
오후간식	물만두국1.5.6.10	오미자차, 부추파전5.6	들기름막국수5.6.18	우유2, 도너츠1.2.5.6	우유2, 꽃빵튀김2.5.6	
날 짜	6/29 (월)	6/30 (화)	* 어린이집 사정에 의해 식단 및 간식이 변경 될 수도 있습니다. * 빨간색칸은 저염식으로 "국없는날"입니다.(점심제공) * 초록색칸은 "채식의 날"입니다.(점심제공) * 국은 저염으로 제공하기 위해0.4%이하로 염도를 맞추고 있습니다. * 알레르기원아의 대체식은 "파란색"으로 표기하고 급식으로 제공하고 있습니다. * 만3-5세는 열량(kcal)650-750 단백질(g)25-35으로 제공하고 있습니다. * 식단 작성자 : 이경희 영양사			
오전간식	떠먹는요구르트2, 오이스틱	과일(수박)				
점 심	기장밥 참치김치국5.6.9 비엔나채소볶음5.6.10 열무된장무침5.6 깍두기9	현미밥 해물사브국5.6.9.17.18 달걀치즈말이1.5 파래김자반5 배추김치9				
오후간식	도토리묵사발5.6.9.18	우유2, 사라다모닝빵 1.2.5.6.8.12				
원산지 표시	농산물, 콩(두부류)		축산물(가공품)		5/4 (월)	5/5 (화)
	쌀(밥,죽,누룽지), 잡곡류- 국내산 두부, 순두부, 연두부, 콩비지 - 국내산		쇠고기- 국내산한우 돼지고기, 닭고기, 훈제오리 - 국내산 돈까스·미트볼(돼지고기), 닭강정(닭고기) - 국내산 햄 · 비엔나소세지 · 베이컨- 국내산, 수입산		낙지,주꾸미- 베트남산, 중국산 꽃게,삼치- 국내산 오징어,참치- 원양산 임연수- 미국산	배추(얼갈이, 봄동), 고춧가루 - 국내산
알레르기 정보	①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧계, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬야황산류, ⑭호두, ⑮깍두기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함)는 메뉴 옆에 번호로 표시합니다. 기타 표기되지 않은 식품의 알레르기 증상을 보이는 원아는 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.					