

2026년 9월 식단(영아반)

가락본동어린이집

날 짜	9/1 (화)	9/2 (수)	9/3 (목)	9/4 (금)	9/5 (토)		
오전간식	우유2, 과일(토마토)12	우유2, 우리쌀시리얼5.6	과일(바나나)	떠먹는요구르트2, 오이스틱	우유2		
점 심	차조밥 복어채무국5 달걀칠리소스조림 5.6.12.15 사과양상추샐러드5.6 배추김치9	보리밥 육개장5.16 멸치감자조림5.6 (감자제외) 오이지무침5.6 깍두기9	김밥볶음밥1.5.6.8.10 (하람반-햄제외) 팽이버섯장국5.6 치킨강정5.6.12.15 배추김치9	기장밥 곤약어묵국5.6.18 (어묵제외) 새송이돈안심조림5.6.10 깻잎나물5.6 깍두기9	돈육버섯볶음밥 5.6.10 썩갠장국5.6 오이지무침5.6 배추김치9		
오후간식	잔치국수1.5.6	보리차, 채소전5.6	우유2, 밀크롤인1.2.5.6	매실차, 찐고구마			
날 짜	9/7 (월)	9/8 (화)	9/9 (수)	9/10 (목)	9/11 (금)	9/12 (토)	
오전간식	우유2, 과일(키위) (사과)	연두부*양념장5.6	치즈2, 과일(파인애플)	달걀죽5.6.15	우유2, 우리밀 두부과자1.2.5.6	우유2	
점 심	현미밥 아욱된장국5.6 돈육잡스테이크 2.5.6.10.12.18 감자채볶음5.6(구이김) 깍두기9	수수밥 건새우미역국5.9 한우버섯불고기5.6.16 상추쌈*쌈장5.6 배추김치9	검정쌀밥 우동장국1.5.6.8 두부까스*소스2.5.6.12.18 양배추크래미무침1.5.8.12 깍두기9	차조밥 참치콩나물국5.9.18 베이컨채소달걀찜1.5.10 (하람반-베이컨제외) 청경채나물5.6 깍두기9	보리밥 쇠고기얼갈이국5.6.16 어묵잡채5.6.18(어묵제외) 청포묵김가루무침5.6 배추김치9	쇠고기콩나물밥 *양념장5.6.16 다시마채국5.6 얼갈이된장무침5.6 깍두기9	
오후간식	로제스파케티2.5.6	마시는요구르트2, 머핀1.2.5.6	수제비5.6(감자제외)	우유2, 부꾸미3.5.6	오미자차, 찐감자(찐고구마)		
날 짜	9/14 (월)	9/15 (화)	9/16 (수)	9/17(목)라온반한글학습	9/18 (금)	9/19 (토)	
오전간식	크림스프*모닝빵1.2.5.6	우유2, 과일(사과)	누룽지죽	스트링치즈2, 쌀과자5.6	과일(배)	우유2	
점 심	기장밥 차돌된장국5.6.16 (감자제외) 모듬해물찜5.6.9.17 오이부추무침5.6 배추김치9	현미밥 순두부국1.5.9 카레달걀고기2.5.6.15 미역줄기볶음5.6 깍두기9	짜장밥5.6.10(감자제외) 납작만두5.6 숙주양배추볶음 5.6.16.18 깍두기9 짜먹는요구르트2	검정쌀밥 들깨버섯국5 돈육미나리볶음5.6.10 오징어실채무침5.6.17 배추김치9	차조밥 콩비지국5.9 가지미구이5.6 무조림5.6 배추김치9	김치볶음밥5.6.9 맑은무국5.6 가지미양념조림5.6 깍두기9	
오후간식	우유2, 구운달걀1	옥수수차, 김가루채소주먹밥5	우유2, 찐단호박	까르보나라2.5.6.10 (하람반-햄제외)	우유2, 구운식빵2.5.6		
날 짜	9/21 (월)	9/22 (화)	9/23 (수)	9/24 (목)	9/25 (금)	9/26 (토)	
오전간식	과일(바나나)	우유2, 선식5.6	우유2, 유과5.6	공휴일	추석	공휴일	
점 심	보리밥 갈비탕1.5.16 김치전*동태전1.5.6.9 삼색나물무침5.6 깍두기9	기장밥 돈사태우거지국5.6.10 두부양념조림5.6 우영채볶음5.6 깍두기9	현미밥 닭곰국(소면)5.15 채소달걀말이1.5 브로콜리흑임자무침 1.5.6.15 배추김치9				
오후간식	우유2, 핫바1.2.5.6 (두부과자)	멸치칼국수5.6	유기농식혜, 고구마튀김5.6				
날 짜	9/28 (월)	9/29 (화)	9/30 (수)	* 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 제공 하고 있습니다. * 만1-2세는 열량(kcal)450-550 단백질(g)15-25으로 제공하고 있습니다. * 식단 작성자 : 이경희 영양사			
오전간식	떠먹는요구르트2, 당근스틱	게살죽5.6.8	우유2, 과일(사과)				
점 심	수수밥 쇠고기미역국5.16 삼치무조림5.6 콩나물무침5 깍두기9	검정쌀밥 청국장5.6.9 단호박달걀비 5.6.15 시금치나물5.6 배추김치9	토마토치즈계육덮밥 2.5.6.10.12 근대된장국5.6 새우튀김*소스1.5.6.9 배추김치9				
오후간식	삼색쥬우동1.5.6.18 (찐어묵제외)	우유2, 단팥빵1.2.5.6	옥수수차, 찐만두1.5.6.10				
원산지 표시	농산물, 콩(두부류)		축산물(가공품)		수산물(가공품)		김치류(깍두기포함)
	쌀(밥,죽,누룽지), 잡곡류- 국내산 두부, 순두부, 연두부, 콩비지- 국내산 두부까스- 외국산		쇠고기- 국내산한우 돼지고기, 닭고기 - 국내산 치킨강정(닭고기)- 국내산 햄 · 비엔나소세지 · 베이컨- 국내산, 수입산		삼치·아귀살- 국내산 가자미- 미국산 참치·오징어- 원양산 동태살- 러시아산 새우살·새우튀김- 베트남산		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 메뉴 옆에 번호로 표시합니다. 기타 표기되지 않은 식품의 알레르기 증상을 보이는 원아는 급식 시 특별한 주의를 부탁드립니다.						

2026년 9월 식단(유아반)

가락본동어린이집

날 짜	9/1 (화)	9/2 (수)	9/3 (목)	9/4 (금)	9/5 (토)		
오전간식		우유2, 과일(토마토)12	우유2, 우리쌀시리얼5.6	유아반현장학습	떠먹는요구르트2, 오이스틱	우유2	
점 심		차조밥 복어채무국5 달걀칠리소스조림 5.6.12.15 사과양상추샐러드5.6 배추김치9	보리밥 육개장5.16 멸치감자조림5.6 (감자제외) 오이지무침5.6 깍두기9	김밥볶음밥1.5.6.8.10 팽이버섯장국5.6	기장밥 곤약어묵국5.6.18 (어묵제외) 새송이돈안심조림5.6.10 깻잎나물5.6 깍두기9	돈육버섯볶음밥 5.6.10 썩갠장국5.6 오이무침5.6 배추김치9	
오후간식		잔치국수1.5.6	보리차, 채소전5.6	우유2, 밀크롤인1.2.5.6	매실차, 찐고구마		
날 짜	9/7 (월)	9/8 (화)	9/9 (수)	9/10 (목)	9/11 (금)	9/12 (토)	
오전간식	우유2, 과일(키위) (사과)	연두부*양념장5.6	치즈2, 과일(파인애플)	달걀죽5.6.15	우유2, 우리밀두부과자1.2.5.6	우유2	
점 심	현미밥 아욱된장국5.6 돈육잡스테이크 2.5.6.10.12.18 감자채볶음5.6(구이김) 깍두기9	수수밥 건새우미역국5.9 한우버섯불고기5.6.16 상추쌈*쌈장5.6 배추김치9	검정쌀밥 우동장국1.5.6.8 두부까스*소스2.5.6.12.18 양배추크래미무침1.5.8.12 깍두기9	차조밥 참치콩나물국5.9.18 베이컨채소달걀찜1.5.10 청경채나물5.6 깍두기9	보리밥 쇠고기얼갈이국5.6.16 어묵잡채5.6.18(어묵제외) 청포묵김가루무침5.6 배추김치9	쇠고기콩나물밥 *양념장5.6.16 다시마채국5.6 얼갈이된장무침5.6 깍두기9	
오후간식	로제스파케티2.5.6	마시는요구르트2, 머핀1.2.5.6	수제비5.6(감자제외)	우유2, 부꾸미3.5.6	오미자차, 찐감자(찐고구마)		
날 짜	9/14 (월)	9/15 (화)	9/16 (수)	9/17 (목)	9/18 (금)	9/19 (토)	
오전간식	크림스프*모닝빵1.2.5.6	우유2, 과일(사과)	누룽지죽	스트링치즈2, 볶은캐슈넛(쌀과자)	과일(배)	우유2	
점 심	기장밥 차돌된장국5.6.16 (감자제외) 모듬해물찜5.6.9.17 오이부추무침5.6 배추김치9	현미밥 순두부국1.5.9 카레달걀고기2.5.6.15 미역줄기볶음5.6 깍두기9	짜장밥5.6.10(감자제외) 납작만두5.6 숙주양배추볶음 5.6.16.18 깍두기9 짜먹는요구르트2	검정쌀밥 들깨버섯국5 돈육미나리볶음5.6.10 오징어실채무침5.6.17 배추김치9	차조밥 콩비지국5.9 가지미구이5.6 무조림5.6 배추김치9	김치볶음밥5.6.9 맑은무국5.6 가지미양념조림5.6 깍두기9	
오후간식	우유2, 구운달걀1	옥수수차, 김가루채소주먹밥5	우유2, 찐단호박	까르보나라2.5.6.10	우유2,소보로빵1.2.4.5.6 (구운식빵)		
날 짜	9/21 (월)	9/22 (화)	9/23 (수)	9/24 (목)	9/25 (금)	9/26 (토)	
오전간식	과일(바나나)	우유2, 선식5.6	우유2, 유과5.6	공휴일	추석	공휴일	
점 심	보리밥 갈비탕1.5.16 김치전*동태전1.5.6.9 삼색나물무침5.6 깍두기9	기장밥 돈사태우거지국5.6.10 두부양념조림5.6 우영채볶음5.6 깍두기9	현미밥 달곰국(소면)5.15 채소달걀말이1.5 브로콜리흑임자무침 1.5.6.15 배추김치9				
오후간식	우유2, 핫바1.2.5.6 (두부과자)	멸치칼국수5.6	유기농식혜, 고구마튀김5.6				
날 짜	9/28 (월)	9/29 (화)	9/30 (수)	* 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 제공 하고 있습니다. * 만3-5세는 열량(kcal)650-750 단백질(g)25-35으로 제공하고 있습니다. * 식단 작성자 : 이경희 영양사			
오전간식	떠먹는요구르트2, 당근스틱	게살죽5.6.8	우유2, 과일(사과)				
점 심	수수밥 쇠고기미역국5.16 삼치무조림5.6 콩나물무침5 깍두기9	검정쌀밥 청국장5.6.9 단호박달걀비 5.6.15 시금치나물5.6 배추김치9	토마토치즈계육덮밥 2.5.6.10.12 근대된장국5.6 새우튀김*소스1.5.6.9 배추김치9				
오후간식	삼색쥬우동1.5.6.18 (찐어묵제외)	우유2, 단팥빵1.2.5.6	옥수수차, 찐만두1.5.6.10				
원산지 표시	농산물, 콩(두부류)		축산물(가공품)		수산물(가공품)		김치류(깍두기포함)
	쌀(밥,죽,누룽지), 잡곡류- 국내산 두부, 순두부, 연두부, 콩비지- 국내산 두부까스- 외국산		쇠고기- 국내산한우 돼지고기, 닭고기 - 국내산 치킨강정(닭고기)- 국내산 햄 · 비엔나소세지 · 베이컨- 국내산, 수입산		삼치·아귀살- 국내산 가자미- 미국산 참치·오징어- 원양산 동태살- 러시아산 새우살·새우튀김- 베트남산		배추(얼갈이, 봄동), 고춧가루 - 국내산
알레르기 정보	①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류, ⑭호두, ⑮잣 ⑯닭고기, ⑰소고기, ⑱오징어, ⑲조개류(굴, 전복, 홍합 포함)는 메뉴 옆에 번호로 표시합니다. 기타 표기되지 않은 식품의 알레르기 증상을 보이는 원아는 급식 시 특별한 주의를 부탁드립니다.						