

날짜	1(월)	2(화)	3(수) 지방선거	4(목)	5(금)	6(토) 현충일					
오전간식	사과	★♣두부애호박죽5		파프리카스틱, 짜먹는요구르트2	참외, 영아용치즈2						
점심	찰쌀밥 ★두부탕국5,6 닭살채소볶음15 비름나물 백김치	차조밥 유부장국5,6 미트볼참스테이크 5,6,10,12,16,18 호박잎나물 깍두기9		쌀밥 달걀국1,5,6 돈육잡채5,6,10 브로콜리흑임자버무리 1,5,6 백김치	기장밥 청경채사브국5,6 순살삼치구이5,6 콩나물무침5,6 깍두기9						
오후간식	찐단호박, 우유2	팬케이크1,2,5,6, 우유2		들기름막국수3,5,6,13	양송이죽						
열량/단백질	386/16	445/14	438/17	397/18							
날짜	8(월)	9(화)	10(수) 그린Day	11(목)	12(금)	13(토)					
오전간식	키위	오이스틱, 영아용치즈2	토마토12	닭살양배추죽15	바나나, 우유2	우유2					
점심	수수밥 모듬어묵탕5,6 닭살가지볶음5,6,15 무나물 백김치	쌀밥 다시마젓국 돈육수육5,6,10 청상추나물5,6 백김치	♣달걀애호박볶음밥1,5,6 닭곰탕15 양배추나물5,6 깍두기9	차조밥 머위된장국5,6 ★두부조림5,6 감자채당근볶음5,6 백김치	찰쌀밥 들깨배춧국5,6 쇠고기양파찜5,6,16 오이나물 깍두기9	닭살가라아게덮밥 5,6,15,18 황태국5,6 백김치					
오후간식	찐고구마, 우유2	참치채소전1,5,6, 옥수수차	쌀식빵1,2,6, 우유2	게맛살주먹밥1,5,6,8, 우유2	참깨죽5,6	밤만쥬2,5,6, 보리차					
열량/단백질	394/17	397/22	425/18	476/16	408/16	382/18					
날짜	15(월)	16(화)	17(수) 그린Day	18(목) 서울미래밥상Day	19(금) 단오 특식	20(토)					
오전간식	참외	얼갈이죽	●잘게 썬 포도	당근스틱, 영아용치즈2	채소죽	우유2					
점심	기장밥 얼갈이된장국5,6 돈육두루치기5,6,10 새송이버섯나물5,6 깍두기9	찰쌀밥 ♣애호박젓국9 ★두부강정5,6,12 근대나물5,6 백김치	쇠불고기덮밥5,6,16 미역국5,6 콘샐러드1,5 깍두기9	수수밥 숙주국5,6 가지미조림5,6 과일사라다2 백김치	차조밥 육개장5,6,16 닭살냉채5,6,15 고구마줄기볶음5,6 백김치	달걀짜장밥1,2,5,6 우거지된장국5,6 백김치					
오후간식	찐감자, 우유2	미니핫도그1,2,6,10,15, 우유2	모닝빵1,2,6, 우유2	★연두부&양념장5,6	수박우유화채2	깨찰빵1,2,6, 등굴레차					
열량/단백질	392/16	426/13	405/13	389/22	390/18	392/14					
날짜	22(월)	23(화)	24(수) 그린Day	25(목)	26(금)	27(토)					
오전간식	복숭아11	●잘게 썬 방울토마토12, 영아용치즈2	바나나	사과, 우유2	오이스틱 짜먹는요구르트2	우유2					
점심	쌀밥 콩나물국5 쇠고기양배추볶음5,6,16 명엽채조림5,6 깍두기9	수수밥 팽이장국5,6 해물완자구이1,5,6,9,17 삼색파프리카볶음5,6 백김치	닭살비빔밥5,6,15 ★순두부김국5,6,13 열무나물5,6 백김치	찰쌀밥 감자된장국5,6 달걀브로콜리스크램블1,5 우영채조림5,6 백김치	기장밥 수제비국5,6 안매운돈육김치찜9,10 ♣애호박나물5,6 깍두기9	쇠고기파인애플필라프 5,6,16,18 미니우동5,6,13 백김치					
오후간식	찐단호박, 우유2	★두유면잔치국수5,6,13	찐감자, 우유2	새우살볶음밥1,5,6,9,보리차	달걀죽1	팔빵1,2,6, 옥수수차					
열량/단백질	398/17	391/18	318/15	432/17	419/16	394/15					
날짜	29(월) 서울미래밥상Day	30(화)	<6월 푸드브릿지 주인공은 '애호박'>			식단 만족도 조사					
오전간식	수박	누룽지죽	① 애호박의 효능 : 애호박은 주성분인 당질과 비타민 A와 C가 풍부하여 소화 흡수가 잘 되기 때문에 회복기의 환자나 소화력이 약한 아이들 영양 이유식으로 사용하기에 매우 훌륭한 식재료입니다. 또한 칼륨과 미네랄이 풍부하여 건강에 매우 유익합니다. ② 푸드브릿지 : 같은 재료를 이용하여 단계별로 다양한 음식 제공 🍌STEP1. 애호박의 형태를 알아볼 수 있도록 제공 🍌STEP2. 애호박을 작게 다져 다른 재료와 함께 제공 🍌STEP3. 애호박을 작게 잘라 제공 🍌STEP4. 애호박을 본 모양 그대로 제공								
점심	차조밥 맑은오징어국5,6,17 ★들기름두부구이5 부추나물5,6 깍두기9	기장밥 아욱된장국5,6 닭살데리야끼조림 5,6,15,18 잔멸치볶음5,6 백김치									
오후간식	찐감자, 우유2	유부초밥5,6, 우유2									
열량/단백질	387/17	532/23				★ 저탄소 식물성 단백질 메뉴 표시					
식단안내	★ 알레르기 유발 식품 표시 : 품목을 확인하고 알레르기 반응을 보이는 유아에게는 급식 시 각별한 주의 부탁드립니다. 1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.고등어 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 19.자른 채소류 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.										
쌀(백미·현미·흑미·찰밥)	콩		배추김치		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물		
밥·죽·누룽지	두부	연/순두부	콩비지	배추	고춧가루				오징어	고등어	명태/동태
국내산	국내산	국내산	-	국내산	-	국내산	한우	국내산	국내산	-	-
식육가공품						수산물가공품					
미트볼참스테이크(미트볼(돼지고기: 국내산, 닭고기: 국내산)) 닭살가라아게덮밥(가라아게(닭고기: 국내산))						참치채소전참치(다랑어: 월양산) 해물완자구이(해물완자(오징어: 외국산))					
1-2세 배식 시 유의사항	★ 고기류, 나물류 : 배식 시, 한 입 크기로 잘게 잘라서 제공 ★ 과채류 : 배식 시, 한 입 크기로 잘게 잘라서 제공 ★ 면류 : 잘게 잘라서 숟가락으로 떠먹을 수 있도록 제공					★ 서류 : 배식 시, 충분히 으개서 제공, 목이 메지 않도록 물·음료와 함께 제공 ★ 매추리알, 방울토마토 : 세로방향으로 작게 썰고 가급적 껍질 제거 후 제공					

발행일: 2026. 5. 15.
 작성자 : 영양팀

송파키즈 지구 건강 이유식(초·중·후기)
 (초기: 4~5개월, 중기: 6~8개월, 후기: 9~11개월)

송파더샵어린이집

날짜	1(월)	2(화)	3(수) 지방선거	4(목)	5(금)	6(토) 현충일				
초기	단호박미음	단호박미음		브로콜리미음	브로콜리미음					
중기	달걀노른자단호박죽1	두부애호박죽5		달걀노른자브로콜리죽1	흰살생선청경채죽					
후기	달걀노른자단호박무른밥1	두부애호박무른밥5		달걀노른자브로콜리무른밥1	흰살생선청경채무른밥					
간식	사과	영아용 치즈2		영아용 요거트2	참외					
날짜	8(월)	9(화)	10(수)	11(목)	12(금)	13(토)				
초기	고구마미음	고구마미음	고구마미음	감자미음	감자미음	감자미음				
중기	닭살고구마죽15	쇠고기오이죽16	달걀노른자양배추죽1	두부감자죽5	쇠고기배추죽16	닭살무죽15				
후기	닭살고구마무른밥15	쇠고기오이무른밥16	달걀노른자양배추무른밥1	두부감자무른밥5	쇠고기배추무른밥16	닭살무무른밥15				
간식	키위	영아용 요거트2	영아용 쌀과자, 보리차	채소주먹밥, 보리차	바나나	영아용 두유5				
날짜	15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금)	20(토)				
초기	쌀미음	쌀미음	쌀미음	당근미음	당근미음	당근미음				
중기	달걀노른자버섯죽1	두부얼갈이죽5	쇠고기미역죽16	흰살생선당근죽	닭살양파죽15	달걀노른자채소죽1				
후기	달걀노른자버섯무른밥1	두부얼갈이무른밥5	쇠고기미역무른밥16	흰살생선당근무른밥	닭살양파무른밥15	달걀노른자채소무른밥1				
간식	참외	영아용 치즈2	잘게 썬 모닝빵1,2,6, 보리차	영아용 요거트2	수박	영아용 두유5				
날짜	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)	27(토)				
초기	쇠고기미음16	쇠고기미음16	쇠고기미음16	사과미음	사과미음	사과미음				
중기	쇠고기양배추죽16	달걀노른자파프리카죽1	순두부바나나죽5	달걀노른자사과죽1	두부오이죽5	쇠고기김죽13,16				
후기	쇠고기양배추무른밥16	달걀노른자파프리카무른밥1	순두부바나나무른밥5	달걀노른자사과무른밥1	두부오이무른밥5	쇠고기김무른밥13,16				
간식	으깬 찐 단호박, 보리차	잘게 썬 잔치국수6	바나나	사과	영아용 요거트2	영아용 두유5				
날짜	29(월)	30(화)	식단 안내 사항							
초기	참쌀미음	참쌀미음	식단 만족도 조사 QR코드를 촬영하여 참여해주세요! 	▶ 이유식 후기 간식은 배식 시 섭취하기 쉽게 반드시 잘게 자르거나 으개서 제공해주세요. ▶ 이유식 후기식단을 이용하는 경우 간식을 제공하는게 좋습니다. 어린이 급식소의 현장 상황을 반영하여 추가적으로 오전·오후 간식을 구성 하여 메뉴 보완 가능합니다.						
중기	두부(부추)죽5	닭살아욱죽15								
후기	두부부추무른밥5	닭살아욱무른밥15								
간식	수박	영아용 치즈2								
식단 안내	★ 알레르기 유발 식품 표시 : 품목을 확인 하고 알레르기 반응을 보이는 유아에게는 급식 시 각별한 주의 부탁드립니다. 1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.게 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합포함) 19.잣 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.									
쌀(백미·현미·흑미·찰밥)	콩				쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물	
밥·죽·누룽지	두부	연두부	순두부	콩비지					오징어	명태/동태
국내산	국내산	-	국내산	-	국내산 한우	-	국내산	-	-	러시아산