발행처	녹야 어린이집
발행일	2026.08.25
원 장	최 경 희

9 1~2세 시간연장형 식단

부산영도구 어린이급식관리지원센터
Center for Children's Foodservice Management

담당자: 허예은 영양사

구분		1(화)	2(수)	3(목)	4(금)
저녁식사		찹쌀밥 유부된장국⑤⑥ ⑦⑨ 참나물볶음⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 청경채맑은국 돼지불고기⑤⑥⑩ 양배추숙쌈 백김치⑨	흑미밥 채개장⑤⑥ 두부구이/양념장⑤⑥ 가지무침⑤⑥ 백김치⑨	수수밥 애호박젓국⑨ 쇠고기장조림⑤⑥⑯ 파프리카나물⑤⑥ 백김치⑨
열량(Kcal)/단백질(g)		221/10	201/9	215/8	232/9
구분	7(월)	8(화)	9(수)	10(목)	11(금)
저녁식사	백미밥 안매운김칫국⑨ 찜닭⑤⑥⑮ 마늘종볶음⑤⑥ 백김치⑨	보리밥 실파맑은국 미트볼구이⑤⑥⑩⑯ 콩나물무침⑤ 백김치⑨	백미밥 추어탕⑤⑥ 쇠고기산적⑤⑥⑯ 실곤약마요샐러드①⑤ 백김치⑨	차조밥 열무된장국⑤⑥ 참치깻잎전①⑤⑥ 도라지무침⑤⑥ 백김치⑨	율무밥 고사리들깨탕⑤ ①⑤⑥⑩⑮ ⑱ 쑥갓나물⑤⑥ 백김치⑨
열량(Kcal)/단백질(g)	231/11	224/8	269/12	264/11	215/9
구분	14(월)	15(화)	16(수)	17(목)	18(금)
저녁식사	수수밥 채소백짬뽕국⑤⑥ 삼치조림⑤⑥ 브로콜리나물 백김치⑨	흑미밥 온도토리묵국⑤⑥ ⑤⑥ ⑱ 오이초무침 백김치⑨	백미밥 수제비국⑥ 맛살구이①⑤⑥⑧ 느타리버섯나물 백김치⑨	잡곡밥 아욱맑은국 돈육목살구이⑩ 파프리카무침⑤⑥ 백김치⑨	기장밥 청국장찌개⑤⑥ 달걀찜① 당근조림② 백김치⑨
열량(Kcal)/단백질(g)	251/12	215/9	228/8	249/11	238/10
구분	21(월)	22(화)	23(수)	24(목) 추석연휴	25(금) 추석
저녁식사	보리밥 잘게썬홍합살탕⑤⑥⑱ 돼지고기깐풍육①⑤⑥⑩ 우엉무침⑤⑥ 백김치⑨	차조밥 두부전골⑤⑥ 들기름참치볶음 청경채나물⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 맑은뭇국⑤⑥ 잡채⑤⑥ 고사리나물⑤⑥ 백김치⑨		
열량(Kcal)/단백질(g)	268/15	244/13	209/5		
구분	28(월)	2/9(화)	30(수)		
저녁식사	기장밥 크림수프②⑤⑥⑮⑯ ⑤⑥/칠리소스⑤⑥ 양상추간장무침⑤⑥ 백김치⑨	수수밥 곤약탕국⑤ 오리고기소금구이⑤ 깻잎찜⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 ①②⑤⑥⑨⑩⑮ 감자채볶음⑤⑥ 김자반⑤⑥ 백김치⑨		
열량(Kcal)/단백질(g)	260/6	268/9	217/7		

9월 제철 음식 "전복"

- 단백질과 비타민, 아미노산이 풍부해 기력 저하 시 보양식으로 좋아요.
- 아연이 풍부하게 들어 있어 면역 및 성장 발달에 도움을 줘요.
- 전복 1회 분량(70g)에 콜레스테롤이 일일 권장량의 약 19% 함유되어 있어 과다 섭취 시 고지혈증 위험이 높아져요.

[원산지 표시 대상 품목(29가지)]

- 농축산물(9) : 쇠고기(한우or육우or젖소), 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소고기(유산양 포함), 쌀 (밥, 죽, 누룽지), 콩(두부류, 콩국수, 콩비지), 배추김치(배추, 고춧가루)
- 수산물(20) : 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 낙지, 명태(황태, 북어 등 건조한 것은 제외),고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미, 가리비, 우렁쉥이(멍게), 방어, 전복, 부세
- 식육가공품 : 국내에서 가공된 햄류, 소시지류 등 식육가공품은 배합 비율에 따른 원산지 표시 대상 (3순위까지) 중 가공품에 사용된 식육(돼지고기, 쇠고기, 닭고기 등 축산물)의 원산지 표시
- 수산물가공품 : 수산물 원산지 표시 대상 품목(20) 중 사용된 원료의 배합 비율이 높은 2순위까지 원산지 표시

※ 모든 음식에 사용된 특정 원료의 원산지가 같은 경우 그 원료에 대해서 일괄 표시 가능

[식품 알레르기 유발물질]

♥ 식품 알레르기 유발 가능 식품 : ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬이황산류, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯쇠고기, ⑰오징어, ⑱조개류 (굴, 전복, 홍합), ⑲잣

♥ 이 식단표는 식품 알레르기 유발 가능 식품 표시 식단입니다. 각 메뉴명 옆에는 식품 알레르기 유발 가능 식품 번호가 표시되어 있습니다. 해당 어린이가 있는 경우 가정에는 시설로 연락을 취해주시고 시설에서는 적절한 대체식품으로 제공하여 주시기 바랍니다.

*⑬이황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

원산지 표시	쌀		콩	백김치		쇠고기 (국내산 한우 or 육우 or 젖소)		
	백미	현미	두부	배추	고춧가루	쇠고기장조림	쇠고기산적	쇠고기굴소스볶음
	국내산	국내산	미국산	국내산	×	호주산	호주산	호주산
	돼지고기			닭고기	오리고기	수산물		
	돼지불고기	돈육목살구이	돼지고기깐풍육	찜닭	오리고기소금구이	안매운고등어김치찜		추어탕
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	고등어: 국내산		미꾸라지: 중국산
	가공식품 (식·어육 제품일 경우)							
	미트볼구이			참치깻잎전	들기름참치볶음		안매운부대찌개-햄, 소시지	
	쇠고기: 국내산		돼지고기: 국내산	가다랑어: 베트남산	가다랑어: 베트남산		돼지고기: 국내산	

식품의약품안전처 부산광역시 영도구청 고신대학교 부산영도구 어린이급식관리지원센터

발행처	녹야 어린이집
발행일	2026.08.25
원 장	최 경 희

9월 1~2세 죽식형 식단

부산영도구 어린이급식관리지원센터
Center for Children's Foodservice Management

담당자: 허예은 영양사

구분		1(화)	2(수) 국없는날	3(목)	4(금)
오전간식		으깬검은콩죽⑤	우엉죽⑤⑥	감자죽	배추죽⑤⑥
점심식사		찹쌀밥 미역국⑤⑥ ⑬⑥⑮/소스⑤⑥⑫ ①⑤ 백김치⑨	닭살하이라이스②⑤⑥⑫⑮ ⑱ 단호박조림⑤⑥ 시금치나물 백김치⑨	흑미밥 무채된장국⑤⑥ 코다리엿장조림⑤⑥ 브로콜리숙회 백김치⑨	수수밥 모둠버섯국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 상추무침⑤⑥ 백김치⑨
오후간식		①②⑤⑥/우유②	★복숭아⑪	②⑤⑥⑫⑮ ⑱	블루베리/떠먹는요구르트②
열량(Kcal)/단백질(g)		475/18	348/11	381/17	432/14
구분	7(월)	8(화)	9(수) 잔반없는날	10(목)	11(금)
오전간식	당근죽	오트밀죽	으깬노란콩죽⑤	흑임자죽	근대죽⑤⑥
점심식사	백미밥 가지된장국⑤⑥ 쇠고기폭찹⑤⑥⑫⑯ 양배추나물⑤⑥ 백김치⑨	보리밥 대구탕⑤⑥ 달걀말이①⑤ 애호박볶음⑤⑥ 백김치⑨	다진돼지고기비빔밥⑤⑥⑩ 배추맑은국 고구마튀김⑤⑥ 백김치⑨	차조밥 미역국⑤⑥ ⑤⑥⑮ 청경채무침⑤⑥ 백김치⑨	율무밥 안매운순두부찌개⑤ 어묵볶음⑤⑥ 연근조림⑤⑥ 백김치⑨
오후간식	★찐감자/우유②	슈크림빵①②⑥/우유②	★배	후리카케주먹밥⑤⑥	★사과
열량(Kcal)/단백질(g)	437/15	428/17	344/12	432/15	326/11
구분	14(월)	15(화)	16(수) 국없는날	17(목)	18(금)
오전간식	찹쌀죽	새우죽⑤⑥⑨	누룽지죽	연두부죽⑤	으깬옥수수죽
점심식사	수수밥 우동국물⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑮ 들깨무나물⑤⑥ 백김치⑨	흑미밥 우거지된장국⑤⑥ 뼈없는돼지갈비찜⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥ 백김치⑨	훈제오리볶음밥⑤⑥ 안매운김치전⑤⑥⑨ 부추나물⑤⑥ 백김치⑨	잡곡밥 감잣국⑤⑥ 잘게썬오징어볶음⑤⑥ 숙주나물 백김치⑨	기장밥 양파당면국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑯ 치커리유자청무침 백김치⑨
오후간식	★찐고구마/우유②	①②⑥/우유②	★키위	잔치국수⑤⑥	★방울토마토⑫
열량(Kcal)/단백질(g)	399/14	429/17	403/11	377/15	361/14
구분	21(월)	22(화)	23(수) 잔반없는날	24(목) 추석연휴	25(금) 추석
오전간식	시금치죽⑤⑥	율무죽	잘게썬전복죽⑱		
점심식사	보리밥 미소된장국⑤⑥ 가자미찜 도라지나물⑤⑥ 백김치⑨	차조밥 채소샤브국⑤⑥ 간장치킨너겟⑤⑥⑮ 양배추당근볶음 백김치⑨	쇠고기불고기덮밥⑤⑥⑯ 애호박맑은국 가지나물⑤⑥ 백김치⑨		
오후간식	★찐감자/우유②	모닝빵①②⑤⑥/우유②	★샤인머스캣		
열량(Kcal)/단백질(g)	400/18	419/14	340/11		
구분	28(월)	29(화)	30(수) 국없는날		
오전간식	흑미죽	부추죽	무죽		
점심식사	기장밥 안매운김치콩나물국⑤⑨ 돈육두루치기⑤⑥⑩ 오이나물⑤⑥ 백김치⑨	수수밥 사골곰탕⑯ 온두부찜⑤ 파프리카볶음⑤⑥ 백김치⑨	⑬⑥⑫⑱ 새송이버섯구이⑤ 브로콜리무침 백김치⑨		
오후간식	★찐고구마/우유②	단팥빵①②⑥/우유②	★바나나		
열량(Kcal)/단백질(g)	392/15	421/14	477/19		

9월 제철 음식 "전복"

- 단백질과 비타민, 아미노산이 풍부해 기력 저하 시 보양식으로 좋아요.
- 아연이 풍부하게 들어 있어 면역 및 성장 발달에 도움을 줘요.
- 전복 1회 분량(70g)에 콜레스테롤이 일일 권장량의 약 19% 함유되어 있어 과다 섭취 시 고지혈증 위험이 높아져요.

[원산지 표시 대상 품목(29가지)]

· 농축산물(9) : 쇠고기(한우or육우or젖소), 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소고기(유산양 포함), 쌀 (밥, 죽, 누룽지), 콩(두부류, 콩국수, 콩비지), 배추김치(배추, 고춧가루)
· 수산물(20) : 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱅장어, 낙지, 명태(황태, 북어 등 건조한 것은 제외),고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미, 가리비, 우렁쉥이(멍게), 방어, 전복, 부세
· 식육가공품 : 국내에서 가공된 햄류, 소시지류 등 식육가공품은 배합 비율에 따른 원산지 표시 대상 (3순위까지) 중 가공품에 사용된 식육(돼지고기, 쇠고기, 닭고기 등 축산물)의 원산지 표시
· 수산물가공품 : 수산물 원산지 표시 대상 품목(20) 중 사용된 원료의 배합 비율이 높은 2순위까지 원산지 표시
※ 모든 음식에 사용된 특정 원료의 원산지가 같은 경우 그 원료에 대해서 일괄 표시 가능

[식품 알레르기 유발물질]

♥ 식품 알레르기 유발 가능 식품 : ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯쇠고기, ⑰오징어, ⑱조개류 (굴, 전복, 홍합), ⑲잣

♥ 이 식단표는 식품 알레르기 유발 가능 식품 표시 식단입니다. 각 메뉴명 옆에는 식품 알레르기 유발 가능 식품 번호가 표시되어 있습니다. 해당 어린이가 있는 경우 가정에는 시설로 연락을 취해주시고 시설에서는 적절한 대체식품으로 제공하여 주시기 바랍니다.

*⑬이황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

원산지 표시	쌀				콩			백김치		쇠고기 (국내산 한우 or 육우 or 젖소)		
	백미	흑미	찹쌀	누룽지	두부	순두부	연두부	배추	고춧가루	쇠고기 폭찹	쇠고기	사골곰탕
	국내산	국내산	국내산	국내산	미국산	미국산	미국산	국내산	×	호주산	호주산	국내산
	돼지고기			닭고기			오리고기	수산물				
	비빔밥	뼈없는 돼지갈비찜	돈육 두루치기	닭살 하이라이스	닭살 데리야키구이	닭갈비	오리 주물럭	코다리 엿장조림	잘게썬오징어 완자구이	잘게썬 오징어볶음	잘게썬 전복죽	
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	명태: 러시아산	오징어: 국내산	오징어: 국내산	전복: 국내산	
	가공식품 (식·어육 제품일 경우)											
	치킨가스		훈제오리볶음밥		떡갈비구이				간장치킨너겟			
	닭고기: 국내산		오리고기: 국내산		쇠고기: 국내산			돼지고기: 국내산		닭고기: 국내산		

식품의약품안전처 부산광역시 영도구청 고신대학교 부산영도구 어린이급식관리지원센터

발행처	녹야 어린이집
발행일	2026.08.25
원 장	최 경 희

9월 3세 죽식형 식단

부산영도구 어린이급식관리지원센터
Center for Children's Foodservice Management

담당자: 허예은 영양사

구분		1(화)	2(수) 국없는날	3(목)	4(금)
오전간식		으깬검은콩죽⑤	우엉죽⑤⑥	감자죽	배추죽⑤⑥
점심식사		찹쌀밥 미역국⑤⑥ ⑬⑤⑥⑮/소스⑤⑥⑫ ①⑤ 백김치⑨	닭살하이라이스②⑤⑥⑫⑮ ⑱ 단호박조림⑤⑥ 시금치나물 백김치⑨	흑미밥 무채된장국⑤⑥ 코다리엿장조림⑤⑥ 브로콜리숙회 백김치⑨	수수밥 모둠버섯국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 상추무침⑤⑥ 백김치⑨
오후간식		①②⑤⑥/우유②	★복숭아⑪	②⑤⑥⑫⑮ ⑱	블루베리/떠먹는요구르트②
열량(Kcal)/단백질(g)		696/26	535/17	586/26	613/21
구분	7(월)	8(화)	9(수) 잔반없는날	10(목)	11(금)
오전간식	당근죽	오트밀죽	으깬노란콩죽⑤	흑임자죽	근대죽⑤⑥
점심식사	백미밥 가지된장국⑤⑥ 쇠고기폭찹⑤⑥⑫⑯ 양배추나물⑤⑥ 백김치⑨	보리밥 대구탕⑤⑥ 달걀말이①⑤ 애호박볶음⑤⑥ 백김치⑨	다진돼지고기비빔밥⑤⑥⑩ 배추맑은국 고구마튀김⑤⑥ 백김치⑨	차조밥 미역국⑤⑥ ⑤⑥⑮ 청경채무침⑤⑥ 백김치⑨	율무밥 안매운순두부찌개⑤ 어묵볶음⑤⑥ 연근조림⑤⑥ 백김치⑨
오후간식	★찐감자/우유②	슈크림빵①②⑥/우유②	★배	후리카케주먹밥⑤⑥	★사과
열량(Kcal)/단백질(g)	637/21	624/25	529/18	664/24	501/17
구분	14(월)	15(화)	16(수) 국없는날	17(목)	18(금)
오전간식	찹쌀죽	새우죽⑤⑥⑨	누룽지죽	연두부죽⑤	으깬옥수수죽
점심식사	수수밥 우동국물⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑮ 들깨무나물⑤⑥ 백김치⑨	흑미밥 우거지된장국⑤⑥ 뼈없는돼지갈비찜⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥ 백김치⑨	훈제오리볶음밥⑤⑥ 안매운김치전⑤⑥⑨ 부추나물⑤⑥ 백김치⑨	잡곡밥 감잣국⑤⑥ 잘게썬오징어볶음⑤⑥ 숙주나물 백김치⑨	기장밥 양파당면국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑯ 치커리유자청무침 백김치⑨
오후간식	★찐고구마/우유②	①②⑥/우유②	★키위	잔치국수⑤⑥	★방울토마토⑫
열량(Kcal)/단백질(g)	579/20	625/25	620/17	579/23	555/22
구분	21(월)	22(화)	23(수) 잔반없는날	24(목) 추석연휴	25(금) 추석
오전간식	시금치죽⑤⑥	율무죽	잘게썬전복죽⑱		
점심식사	보리밥 미소된장국⑤⑥ 가자미찜 도라지나물⑤⑥ 백김치⑨	차조밥 채소샤브국⑤⑥ 간장치킨너겟⑤⑥⑮ 양배추당근볶음 백김치⑨	쇠고기불고기덮밥⑤⑥⑯ 애호박맑은국 가지나물⑤⑥ 백김치⑨		
오후간식	★찐감자/우유②	모닝빵①②⑤⑥/우유②	★샤인머스캣		
열량(Kcal)/단백질(g)	581/27	609/20	523/17		
구분	28(월)	29(화)	30(수) 국없는날		
오전간식	흑미죽	부추죽	무죽		
점심식사	기장밥 안매운김치콩나물국⑤⑨ 돈육두루치기⑤⑥⑩ 오이나물⑤⑥ 백김치⑨	수수밥 사골곰탕⑯ 온두부찜⑤ 파프리카볶음⑤⑥ 백김치⑨	⑬⑤⑥⑫⑱ 새송이버섯구이⑤ 브로콜리무침 백김치⑨		
오후간식	★찐고구마/우유②	단팥빵①②⑥/우유②	★바나나		
열량(Kcal)/단백질(g)	613/20	698/27	530/15		

9월 제철 음식 "전복"

- 단백질과 비타민, 아미노산이 풍부해 기력 저하 시 보양식으로 좋아요.
- 아연이 풍부하게 들어 있어 면역 및 성장 발달에 도움을 줘요.
- 전복 1회 분량(70g)에 콜레스테롤이 일일 권장량의 약 19% 함유되어 있어 과다 섭취 시 고지혈증 위험이 높아져요.

[원산지 표시 대상 품목(29가지)]

- 농축산물(9) : 쇠고기(한우or육우or젖소), 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소고기(유산양 포함), 쌀 (밥, 죽, 누룽지), 콩(두부류, 콩국수, 콩비지), 배추김치(배추, 고춧가루)
- 수산물(20) : 넙치, 조피볼락, 참돔, 마코다시, 뱀장어, 낙지, 명태(황태, 북어 등 건조한 것은 제외),고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미, 가리비, 우렁쉥이(멍게), 방어, 전복, 부세
- 식육가공품 : 국내에서 가공된 햄류, 소시지류 등 식육가공품은 배합 비율에 따른 원산지 표시 대상 (3순위까지) 중 가공품에 사용된 식육(돼지고기, 쇠고기, 닭고기 등 축산물)의 원산지 표시
- 수산물가공품 : 수산물 원산지 표시 대상 품목(20) 중 사용된 원료의 배합 비율이 높은 2순위까지 원산지 표시

※ 모든 음식에 사용된 특정 원료의 원산지가 같은 경우 그 원료에 대해서 일괄 표시 가능

[식품 알레르기 유발물질]

♥ 식품 알레르기 유발 가능 식품 : ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬이황산류, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯쇠고기, ⑰오징어, ⑱조개류 (굴, 전복, 홍합), ⑲잣

♥ 이 식단표는 식품 알레르기 유발 가능 식품 표시 식단입니다. 각 메뉴명 옆에는 식품 알레르기 유발 가능 식품 번호가 표시되어 있습니다. 해당 어린이가 있는 경우 가정에는 사설로 연락을 취해주시고 시설에서는 적절한 대체식품으로 제공하여 주시기 바랍니다.

*⑬이황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

원산지 표시	쌀				콩			백김치		쇠고기 (국내산 한우 or 육우 or 젖소)			
	백미	흑미	찹쌀	누룽지	두부	순두부	연두부	배추	고춧가루	쇠고기 볶음	쇠고기 폭찹	쇠고기	사골곰탕
	국내산	국내산	국내산	국내산	미국산	미국산	미국산	국내산	×	호주산	호주산	호주산	국내산
	돼지고기			닭고기				오리고기	수산물				
	비빔밥	뼈없는 돼지갈비찜	돈육 두루치기	닭살 하이라이스	닭살 데리야키구이	닭갈비		오리 주물럭	코다리 엿장조림	잘게썬오징어 완자구이	잘게썬 오징어볶음	잘게썬 전복죽	
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		국내산	명태: 러시아산	오징어: 국내산	오징어: 산	전복: 산	
	가공식품 (식·어육 제품일 경우)												
	치킨가스		훈제오리볶음밥		떡갈비구이				간장치킨너겟				
	닭고기: 국내산		오리고기: 국내산		쇠고기: 국내산			돼지고기: 국내산		닭고기: 국내산			

식품의약품안전처 부산광역시 영도구청 고신대학교 부산영도구 어린이급식관리지원센터