

2026년 6월 식단표

요일	월	화	수	목	금
날짜	1일	2일	3일(전국지방선거일)	4일	5일
오전새참	사과	참외		수박	사과
점심	잡곡밥 두부부국 한우버섯불고기⑩ (대체식:돈육버섯불고기) 양배추오이샐러드 /오리엔탈드레싱 깍두기	잡곡밥 버섯당면국 수제탕수육/소스 김자반 배추김치		잡곡밥 유정란실파국① (대체식:두부실파국) 오징어어묵조림 곤드레나물볶음 깍두기	잡곡밥 호박잎두부된장국 훈제오리구이/머스타드 소스①(대체식:케첩) 비름나물무침 배추김치
오후새참	자장떡볶이(유아반) 자장어묵볶(영아반)	양송이크림리조프		비빔당면	바람떡(유아반), 한과(영아반)+연잎차
열량(kcal)/단백질(g)	620/21	520/22		480/22	600/21
날짜	8일	9일	10일	11일	12일
오전새참	사과	참외	당근파프리카스틱/자연드림치즈	유기농요구르트	사과
점심	잡곡밥 한우배추된장국⑩ (대체식:배추된장국) 두부구이/양념장 무나물 배추김치	잡곡밥 썩갠어묵탕 돈육메추리알장조림① (대체식:돈육장조림) 갯잎순무침 배추김치	잡곡밥 단배추들깨된장국 (대체식:들깨제거) 순살고등어우조림 숙주나물무침 깍두기	계살유정란채소볶음밥① (대체식:유정란제거) 맑은팽이버섯국 잔멸치볶음 깍두기	잡곡밥 해물순두부찌개 돼지고기볶음 브로콜리버섯볶음 배추김치
오후새참	프렌치토스트① (대체식:딸기잼샌드위치)	밥새우김가루밥	찐고구마	웨이감자/케첩	우리밀와플①(대체식:마 늘빵)+유기농우유
열량(kcal)/단백질(g)	428/17	579/29	599/37	502/24	618/27
날짜	15일	16일	17일	18일	19일
오전새참	사과	참외	유기농요구르트	사과	수박
점심	잡곡밥 건새우콩나물국 돼지고기부추볶음 애호박양파볶음 깍두기	잡곡밥 황태채우국 당면찜닭 참나물배무침 배추김치	한우하이라이스⑩ (대체식:하이라이스) 맑은무채국 불어묵조림 단무지	잡곡밥 양배추두부된장국 순살가자미구이 구운김+양념장 깍두기	잡곡밥 채식개장 돈육구이 감자채당근볶음 배추김치
오후새참	로제우동	애호박채전	타락죽	초당옥수수(유아) 단호박찜빵(영아)	썩절편(유아반),연근부각 (영아반)+매실주스
열량(kcal)/단백질(g)	567/33	550/30	546/19	475/18	526/17
날짜	22일	23일	24일	25일	26일
오전새참	사과	참외	유기농요구르트	오이파프리카스틱/자연드림치즈	사과
점심	잡곡밥 전복미역국 돈육양배추조림 가지양념볶음 깍두기	잡곡밥 느타리버섯국 닭가슴살가래볶음 근대나물무침 배추김치	김밥볶음밥① (대체식:유정란제거) 숙주맑은국 돈육장조림 배추김치	잡곡밥 청국장찌개 생선까스/타르소스① (대체식:케첩) 야채샐러드/유자드레싱 ①(대체식:오리엔탈) 배추김치	잡곡밥 두부김치국 돼지고기채소볶음 시금치무침 깍두기
오후새참	새우살순두부죽	데친어묵+케첩	찐감자/자연드림주스	삶은유정란①(대체식:데 친어묵)+통글레차	우리밀자아머핀①(대체 식:치아바타)+산양유
열량(kcal)/단백질(g)	473/19	473/26	566/30	493/29	493/20
날짜	29일	30일			
오전새참	사과	참외			
점심	잡곡밥 맑은애호박국 닭갈비 열무나물무침 배추김치	잡곡밥 배추된장국 돈육버섯불고기 콩나물감가루무침 깍두기			
오후새참	바삭당면만두구이	우리밀핫도그①(대체식: 우리밀팔찜빵)+케첩			
열량(kcal)/단백질(g)	440/21	471/21			

※() 안의 메뉴는 알레르기가 있는 원아에게 제공되는 대체 메뉴입니다.
 ※(*) 안의 메뉴는 알레르기가 있는 원아에게 해당 재료를 제외하여 제공되는 식자재입니다.
 ※ 급식아동 연령 : 만 1~5세/ 연령별 적정 배식량에 맞게 급식을 제공합니다.
 ※ 매주 목요일은 생선, 해산물 및 계란 등을 제공하여 양질의 단백질을 섭취하도록 합니다.(요일이 변동될 수 있습니다.)
 ※ 알리지 정보 : ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧계, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류(SO₂ 로 잔류량 10mg/kg이상), ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑳젓
 ※ 쌀(국내산), 콩(두부:국내산), 배추김치(배추, 고춧가루: 국내산), 소고기(국내산 무항생제 한우), 돼지고기(국내산 무항생제), 닭고기(국내산 무항생제), 고등어, 오징어, 삼치, 갈치, 전복(국내산), 가자미(미국산), 동대(러시아산), 떡류(쌀:국내산), 수산물가공품(생선까스:민대구-국내산)
 ※위 식단은 유기농 식재료의 수급 상황에 따라 변동 될 수 있습니다.