

2026년 6월 아이밥상 - 영아(1~2세)

영양사 임무화

요일	월	화	수	목	금
날짜	1	2	3	4	5
오전새참	김가루떡국, 블루베리	볶은깨죽, 사과		캐슈넛죽, 토마토	사과요거트(과일주스), 참외
점 심	기장밥 육개장 명태코다리조림 땅콩시금치나물무침 백김치	찰보리밥 재첩국 돼지고기장조림 채소샐러드+요거트드레싱 깍두기	제 9 회 전 국 동 시 지 방 선 거	찰쌀현미밥 얼갈이된장국 동그란애호박전 청포묵김가루무침 깍두기	삼색나물비빔밥 +간장양념장 맑은두부묵국 멸치볶음 백김치
오후새참	소보루빵(약과), 작두콩차	고구마맛탕, 옥수수차		어묵우동	현미후레이크, 우유(두유)
열량/단백질	431/20	489/24		455/16	433/17
날짜	8	9	10	11	12 (생일)
오전새참	누룽지죽, 사과	소고기양파죽, 토마토	딸기요거트(과일주스), 배	삼색채소죽, 참외	콩죽, 방울토마토
점 심	찰쌀밥 두부김치국 족발채소볶음 열무나물된장무침 깍두기	흑미밥 꽃게해물탕 어묵채소볶음 콩나물무침 백김치	귀리밥 근대된장국 닭가슴살채소참깨마요무침 (마요네즈제거) 견치나물볶음 깍두기	찰쌀현미밥 들깨무침국 버섯탕수 숙주나물무침 백김치	소고기채소볶음밥 전북미역국 연두부+양념장 깍두기
오후새참	마드레느(찐빵), 우유(두유)	김말이튀김, 보리차	칼국수	찐감자, 포도한모금	구운유정란(고기찐빵), 오미자차
열량/단백질	447/25	450/24	460/25	454/17	420/23
날짜	15	16 (생일)	17	18	19 (단오)
오전새참	쌀빵씨리얼, 우유(두유)	낙지채소죽, 배	플레인요거트(과일주스), 사과	오캔두부당근죽, 토마토	콩나물김치죽, 수박
점 심	차수수밥 애호박된장국 오리간장불고기 툇두부무침 백김치	팔찰밥 소고기미역국 수제두부채소완자전 +케찹 들깨애드타리깨잎나물무침 깍두기	귀리밥 감장국 등심돈까스+소스 (돼지고기구이) 새콤달콤상추무침 백김치	찰쌀현미밥 삼색수제빔국 채소잡채 구운돌김+양념장 깍두기	돼지고기카레덮밥 채소계살유정란국 (채소계살국) 오징어진미채무침 깍두기
오후새참	멸치꼬마김밥, 연근차	롤케이크(약과), 감잎차	콩국수	부추전, 작두콩차	숙수리취떡, 유자차
열량/단백질	432/21	441/20	459/27	401/15	422/18
날짜	22	23	24	25	26
오전새참	모닝빵(약과), 우유(두유)	양배추죽, 토마토	블루베리요거트(과일주스), 참외	모듬버섯죽, 사과	바지락채소죽, 배
점 심	흑미밥 오징어묵국 어묵팽이버섯전 오이생채 백김치	찰보리밥 씻은김치돼지고기청국장찌개 새우살유정란찜 (새우살볶음) 꼬시래기무침 깍두기	잡곡밥 얼갈이된장국 순살간장찜닭 당근라페 백김치	찰쌀현미밥 순두부백탕 삼치살구이 열무나물무침 깍두기	돼지국밥 부추겉절이 깍두기
오후새참	소고기숙주쌀국수	크림소스떡볶이(떡구이), 옥수수차	채소후레이크주먹밥, 결명자차	채소교자찜만두, 우영차	시몬카스테라(약과), 구기자차
열량/단백질	439/20	442/23	450/25	448/18	450/22
날짜	29	30			
오전새참	현미누룽지죽, 배	새우살치즈죽(새우살죽), 토마토			
점 심	찰쌀밥 소고기콩나물묵국 메추리알새송이조림 (따뜻한두부+양념장) 청경채나물무침 백김치	차조밥 열무된장국 체육볶음 무청시래기된장지짐 깍두기			
오후새참	찐한도그+케찹(찐빵), 당근차	가지튀김, 등굴레차			
열량/단백질	438/20	471/22			

♡ 이 식단은 유기농 식재료의 공급상황과 어린이집 행사에 따라 변동될 수 있습니다. ♡ 매주 목요일은 채식의 날입니다.
 ♡ 기장군에서는 관내 어린이집의 급간식 질을 높이고 영유아의 건강한 성장을 도모하고자 매월 급간식 재료를 지원하고 있으며 **5월에는 백미,국거리한우,애호박,미역,다시마**가 지원되었습니다.
 ♡ 만 1~2세 영아 : 에너지 섭취기준 900(kcal/일), 단백질 권장섭취량 20(g/일)
 만 3~5세 유아 : 에너지 섭취기준 1,400(kcal/일), 단백질 권장섭취량 25(g/일)
 ♡ 쌀·밥, 죽, 누룽지, 떡류(국내산), 배추김치, 배추겉절이(배추:국내산, 고춧가루:국내산), 백김치(배추:국내산), 소고기(국내산 한우) 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 고등어, 갈치, 삼치, 꽃게, 오징어, 가자미, 전복, 가리비, 오징어채, 열갈이배추, 볼통(국내산) 콩·두부, 콩비지, 콩국수(대두:국내산), 명태(원양산), 동태, 대구(러시아산), 명명채(명태살:러시아산), 치킨너겟, 팝콘치킨(닭고기:국내산) 순대, 향도그햄, 만두, 베이컨, 너비아니, 탕수육, 순살등심돈까스, 미니돈까스, 고기완자(돼지고기:국내산), 친미채(오징어:국내산) 채식만두(대두:국내산, 배추:국내산), 미니동그랑땡, 두부스테이크(돼지고기:국내산, 대두:국내산), 대구순살가스(대구:원양산) 다랑어(참치:원양산-태평양, 가쓰오부시:인도네시아산), 낙지, 주꾸미(베트남산), 도토리묵(도토리:국내산), 청포묵(녹두:국내산)
 ♡ ()의 메뉴는 알레르기 원인을 위한 대체메뉴입니다.
 ♡ 우리 어린이집은 **난류, 우유, 복숭아** 알레르기 원인이 있습니다.
 알레르기 유발식품 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기
 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣

2026. 05. 28.



동남권원자력의학원어린이집

2026년 6월 아이밥상 - 유아(3~5세)

영양사 임무화

요일	월	화	수	목	금
날짜	1	2	3	4	5
오전새참	김가루떡국, 블루베리	볶은깨죽, 사과		캐슈넛죽, 토마토	사과요거트(과일주스), 참외
점 심	기장밥 육개장 명태코다리조림 땅콩시금치나물무침 배추김치	찰보리밥 재첩국 돼지고기장조림 채소샐러드+요거트드레싱 깍두기	제 9 회 전 국 동 시 지 방 선 거	찰쌀현미밥 얼갈이된장국 동그란애호박전 청포묵김가루무침 깍두기	삼색나물비빔밥 +간장양념장 맑은두부묵국 멸치볶음 배추김치
오후새참	소보루빵(약과), 작두콩차	고구마맛탕, 옥수수차		어묵우동	현미후레이크, 우유(두유)
열량/단백질	631/22	689/26		655/18	633/19
날짜	8	9	10	11	12 (생일)
오전새참	누룽지죽, 사과	소고기양파죽, 토마토	딸기요거트(과일주스), 배	삼색채소죽, 참외	콩죽, 방울토마토
점 심	찰쌀밥 두부김치국 좁쌀채소볶음 열무나물된장무침 깍두기	흑미밥 꽃게해물탕 어묵채소볶음 콩나물무침 배추김치	귀리밥 근대된장국 닭가슴살채소참깨마요무침 (마요네즈제거) 견치나물볶음 깍두기	찰쌀현미밥 들깨무침국 버섯탕수 숙주나물무침 배추김치	소고기채소볶음밥 전복미역국 연두부+양념장 깍두기
오후새참	마드레느(찐빵), 우유(두유)	김말이튀김, 보리차	칼국수	찐감자, 포도한모금	구운유정란(고기찐빵), 오미자차
열량/단백질	647/27	650/26	660/27	654/19	620/25
날짜	15	16 (생일)	17	18	19 (단오)
오전새참	쌀빵씨리얼, 우유(두유)	낙지채소죽, 배	플레인요거트(과일주스), 사과	오캔두부당근죽, 토마토	콩나물김치죽, 수박
점 심	차수수밥 애호박된장국 오리간장불고기 툇두부무침 배추김치	팔찰밥 소고기미역국 수제두부채소완자전 +케찹 들깨애드타리깨잎나물무침 깍두기	귀리밥 감장국 등심돈까스+소스 (돼지고기구이) 새콤달콤상추무침 배추김치	찰쌀현미밥 삼색수제빔국 채소잡채 구운돌김+양념장 깍두기	돼지고기카레덮밥 채소계살유정란국 (채소계살국) 오징어진미채무침 깍두기
오후새참	멸치꼬마김밥, 연근차	롤케이크(약과), 감잎차	콩국수	부추전, 작두콩차	숙수리취떡, 유자차
열량/단백질	632/23	641/22	659/29	601/17	622/20
날짜	22	23	24	25	26
오전새참	모닝빵(약과), 우유(두유)	양배추죽, 토마토	블루베리요거트(과일주스), 참외	모듬버섯죽, 사과	바지락채소죽, 배
점 심	흑미밥 오징어묵국 어묵팽이버섯전 오이생채 배추김치	찰보리밥 씻은김치돼지고기청국장찌개 새우살유정란찜 (새우살볶음) 꼬시래기무침 깍두기	잡곡밥 얼갈이된장국 순살간장찜닭 당근라페 배추김치	찰쌀현미밥 순두부백탕 삼치살구이 열무나물무침 깍두기	돼지국밥 부추겉절이 깍두기
오후새참	소고기숙주쌀국수	크림소스떡볶이(떡구이), 옥수수차	채소후레이크주먹밥, 결명자차	채소교자찜만두, 우영차	시몬카스테라(약과), 구기자차
열량/단백질	639/22	642/25	650/27	648/20	650/24
날짜	29	30			
오전새참	현미누룽지죽, 배	새우살치즈죽(새우살죽), 토마토			
점 심	찰쌀밥 소고기콩나물묵국 메추리알새송이조림 (따뜻한두부+양념장) 청경채나물무침 배추김치	차조밥 열무된장국 체육볶음 무청시래기된장지짐 깍두기			
오후새참	찐한도그+케찹(찐빵), 당근차	가지튀김, 등굴레차			
열량/단백질	638/22	671/24			

♡ 이 식단은 유기농 식재료의 공급상황과 어린이집 행사에 따라 변동될 수 있습니다. ♡ 매주 목요일은 채식의 날입니다.
 ♡ 기장군에서는 관내 어린이집의 급간식 질을 높이고 영유아의 건강한 성장을 도모하고자 매월 급간식 재료를 지원하고 있으며 5월에는 **백미, 국거리한우, 애호박, 미역, 다시마**가 지원되었습니다.
 ♡ 만 1~2세 영아 : 에너지 섭취기준 900(kcal/일), 단백질 권장섭취량 20(g/일)
 ♡ 만 3~5세 유아 : 에너지 섭취기준 1,400(kcal/일), 단백질 권장섭취량 25(g/일)
 ♡ 쌀, 밥, 죽, 누룽지, 떡류(국내산), 배추김치, 배추겉절이(배추:국내산, 고춧가루:국내산), 백김치(배추:국내산), 소고기(국내산 한우) 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 고등어, 갈치, 삼치, 꽃게, 오징어, 가자미, 전복, 가리비, 오징어채, 얼갈이배추, 볼통(국내산) 콩-두부, 콩비지, 콩국수(대두:국내산), 명태(원양산), 동태, 대구(러시아산), 명엽채(명태살:러시아산), 치킨너겟, 팝콘치킨(닭고기:국내산) 순대, 향도그햄, 만두, 베이컨, 너비아니, 탕수육, 순살등심돈까스, 미니돈까스, 고기완자(돼지고기:국내산), 친미채(오징어:국내산) 채식만두(대두:국내산, 배추:국내산), 미니동그랑땡, 두부스테이크(돼지고기:국내산, 대두:국내산), 대구순살가스(대구:원양산) 다랑어(참치:원양산-태평양, 가쓰오부시:인도네시아산), 낙지, 주꾸미(베트남산), 도토리묵(도토리:국내산), 청포묵(녹두:국내산)
 ♡ ()의 메뉴는 알레르기 원인을 위한 대체메뉴입니다.
 ♡ 우리 어린이집은 **난류, 우유, 복숭아** 알레르기 원인이 있습니다.
 알레르기 유발식품 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기
 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣

2026. 05. 28.