



오전죽식형 식단은 오전간식이 죽으로 제공됩니다. 어린이의 연령에 적합한 식단을 선택하여 어린이 급식소의 상황을 고려한 식단감수를 통해 효율적으로 식단을 사용하시기 바랍니다.

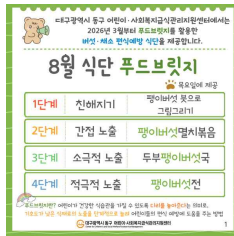
■ 영양 제공량

연령	에너지 필요추정량	단백질 권장섭취량	식단 에너지 기준	비고
만 1-2세	900kcal	20g 이상	390-440kcal	12개월부터 사용 가능
만 3-5세	1,400kcal	25g 이상	600-680kcal	

- ▶ 2025 한국인 영양소 섭취기준(한국영양학회)에 준하여 작성
- ▶ 1일 에너지 필요추정량 대비 오전간식 8%, 점심 28%, 오후간식 10% 수준으로 설정
- ▶ 만 1-2세의 경우 만 3-5세 섭취율 기준 65% 설정

■ 식단 특성

- ▶ 어린이 편식예방 교육 「골고루 먹어요」와 연계한 그린데이 운영



★ 그린데이: **목요일(3회) 푸드브릿지*** 진행(매월 1종의 채소 또는 버섯 주제)

* 푸드브릿지: 어린이가 건강한 식습관을 가질 수 있도록 '다리를 놓아준다'는 의미로 기호도가 낮은 식재료의 단계별 노출로 어린이 편식 예방에 도움을 주는 방법

- ▶ **매주 수, 토요일:** 어린이의 선호도가 높은 **일품 메뉴** 제공
- ▶ **연령별 구분 메뉴**
 - 만 1-2세: 백미밥 및 숙채류 제공(생채류 자제), **떡류·견과류·콩류·옥수수류·매운맛 소스 제외**, 매끄럽고 동글동글한 음식 자제(포도, 방울토마토 등)
- ▶ **주 3회 채소·과일 간식, 1일 1회 우유 및 유제품 제공:** 비타민, 무기질, 칼슘섭취 고려
- ▶ **식단 내 메뉴색 구분 표시 안내:** 연령별 구분 메뉴 **파란색**, 주 3회 채소과일 간식 **초록색**, 배식 주의 메뉴 **주황색**
- ▶ **어린이 급식소에서 식단 수정 가능한 범위:** 동일식품군 및 동일조리법으로 변경, 제공 식단 외 추가 메뉴 제공 시 센터에서 제공한 생일·대체·방학·조리사대체식단 사용
- ▶ **식단감수를 통한 식단 수정:** 시설 상황 반영(조리시설, 인력 등), 부모 건의사항 등을 수렴 후 식단감수를 통해 식단 수정
 - ※ 떡류의 경우 운영위원회를 통해 협의가 된 시설에 한해 감수 가능

■ 식품 알레르기 표시

- ▶ 식품 알레르기 유발식품에 대해 식단에 번호를 표기하여 알레르기 정보를 제공, 사용하는 식재료의 종류에 따라 번호는 달라질 수 있으니 어린이 급식소에서는 반드시 확인 후 사용
- ▶ 식품 알레르기 관리는 어린이 급식소의 지침에 따라 운영, 같은 식품군의 대체식 제공 권장
 - 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 아황산염 ⑭ 호두 ⑮ 닭고기 ⑯ 쇠고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조개류(굴, 전복, 홍합포함) ⑲ 잣
 - * 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함

■ 원산지 표시

- ▶ 식품위생법 농수산물의 원산지 표시에 관한 법률에 따라 원산지 표시 제공(총 29종)

구분	표시대상
농산물 및 가공품(3종)	쌀(밥, 죽, 누룽지), 배추김치(배추, 고춧가루), 콩(두부류, 콩국수, 콩비지)
축산물 및 가공품(6종)	쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소
수산물 및 가공품(20종)	명태(황태, 북어 등 건조한 것은 제외), 고등어, 갈치, 참조기, 오징어, 주꾸미, 낙지, 꽃게, 다랑어, 아귀, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 멍게(우렁쉥이), 방어, 전복, 부세, 가리비

■ 어린이 기호식품 품질인증



- ▶ 어린이 기호식품 품질인증이란? 안전하고 영양을 고루 갖춘 어린이 기호식품의 제조·가공·유통·판매를 권장하기 위해 식품의약품안전처장이 정한 기준에 적합한 어린이 기호식품에 대하여 품질인증을 주는 제도
- ▶ 어린이 기호식품 품질인증 제품은 단백질·식이섬유·비타민·무기질 등 영양성분이 강화되며, 식품 타르 색소 합성보존료가 첨가되어 있지 않음



- ▶ 어린이 기호식품 품질인증식품 목록은 아래에서 확인할 수 있습니다.
- ▶ 식품안전나라(foodsafetykorea.go.kr) → 건강·영양 → 어린이·청소년 식생활 안전관리 → 어린이 기호식품 품질인증 → 품질인증식품 목록
- ▶ 우유 및 유제품, 과일 주스 등 구입 시 어린이 기호식품 품질인증 마크 확인 권장

■ 나트륨·당류 저감 식품

- ▶ 저감 표시란 나트륨·당류의 함유 사실 또는 함유 정도를 “덜, 감소, 라이트, 줄인, 적은” 및 이와 유사한 용어로 시중 유통 중인 식품의 세부분류별 나트륨·당류 함량의 평균값 또는 자사유사제품 대비 비교단위와 비교하여 제품에 표시하는 것
- ▶ 식품 구매 시 저감 표시와 영양정보를 반드시 확인 후 구입하시길 권장

■ 기타 안내사항

- ▶ 어린이 급식소에서는 「2026년 영양관리 지침」을 참고하여 올바른 영양관리에 힘써주시기 바랍니다.
 - 2026년 영양관리 지침: 식단관리(감수 포함), 조리 및 배식 시 주의사항, 식품 알레르기 관리, 생일·대체·방학·조리사대 채식단 등 제공(센터 홈페이지 <https://dietary4u.mfds.go.kr/daegudonggu>)
- ▶ 센터는 식품의약품안전처의 「어린이급식관리지원센터 식단 운영·관리 지침」에 따라 어린 유아의 소화 및 저작능력을 고려한 식단 제공으로 안전한 급식이 제공 될 수 있도록 지원
- ▶ 영유아보육법과 유아보육법에서 제시하는 연령구분기준과 한국영양학회 기준이 상이하여 만 1-2세 식단의 경우 12~36월 대상, 만 3-5세 식단의 경우 37~72개월 대상으로 제공
- ▶ 2026년 식단 안내문 내용은 2026년 3월 식단부터 2027년 2월 식단까지 적용

■ 식단 제공 전 기관 확인사항

- ▶ 만 1-2세, 만 3-5세 구분 메뉴 확인: **파란색**으로 표시
- ▶ 채소·과일의 수급 여부 확인: 두달 전 식단 작성으로 인해 식재 수급이 어려울 수 있음, **다른 채소와 과일로 변경 가능**
- ▶ 식품 알레르기 표시: 식단표에 표시된 식품알레르기는 **표준레시피를 기준으로 작성**되어져 있어 기관에서 사용하는 제품을 확인 후 식품 알레르기 표시를 수정해야 함
- ▶ 원산지 표시

- ① 사용하는 식품의 원산지를 작성한다.(쌀, 쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 배추김치, 콩, 수산물, 식육·수산물 가공품)
- ② 식육·수산물 가공품의 경우 **기관에서 사용하는 제품의** 원산지를 작성한다.
- ③ 식육·수산물 가공품 표시 방법은 '**메뉴명(원산지 표시 대상): 원산지 표시**' 순으로 작성한다.

예시) 완자전(돼지고기): 국내산/ 참치죽(다랑어): 원양산

- ④ **8월 식단** 내 식육·수산물 가공품 사용 예상 메뉴(기관에서 사용하는 가공식품만 식단표에 작성)

- 11일 순살고등어무조림(고등어):

※ 고등어를 원물형태로 사용하는 경우에는 수산물 원산지에 표시하고, 가공제품을 사용하는 경우에는 수산물 가공품의 원산지에 표시하여 주시기 바랍니다.

▶ 제공 시 주의사항

- ① 5일 옥수수죽: 옥수수는 기도 폐쇄 등 안전사고 예방을 위해 반드시 갈아서 사용해야 합니다.
- ② 6일 가지냉국, 22일 피망오이냉국: 냉국은 식중독 예방 등을 위해 반드시 한 번 끓인 후 충분히 식혀서 안전하게 제공하는 것이 중요합니다. 가열 과정없이 제공되는 냉국은 미생물 증식의 위험이 있습니다.
- ③ 7~8월은 식중독 예방 차원에서 생채류 제공을 자제해주시기 바랍니다.



2026년 8월 식단

대구광역시 동구 어린이·사회복지급식관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

만 0-2세 일반식형

국공립세원어린이집

구분	월	화	수	목	금
날짜	3	4	5	6	7
오전간식	복어죽	감자죽	옥수수죽	참치채소죽	두유죽⑤
점심	백미밥 버섯찌개⑤⑥ 돼지고기파프리카볶음⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤⑥ 백김치⑨ 짜요짜요	백미밥 건새우묵국⑤⑥⑨ 스크램블에그①②⑤ 물만두⑤⑥⑩ 깍두기⑨ 망고푸딩	두부소보로덮밥⑤⑥ 차돌박이된장국⑤⑥⑩ 고구마조림⑤⑥ 백김치⑨ 액상발효유	백미밥 가지냉국⑤⑥ 닭고기쪽창⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 양상추볶음⑤⑥⑮ 깍두기⑨ 청포도푸딩	백미밥 유부맑은국⑤⑥ 오징어두루치기⑤⑥⑦ 오이나물 백김치⑨ 호상발효유
오후간식	멜론/우유②	우유식빵①②⑤⑥/우유②	바나나/우유②	편단호박/우유②	복숭아⑪/우유②
열량(kcal)/단백질(g)	430/20	436/17	421/13	391/17	393/16
날짜	10	11	12	13 그린데이 2단계	14 말복
오전간식	새우죽⑤⑥⑨	돈양파죽⑤⑥⑩	흑임자죽	순두부죽⑤	타락죽②
점심	백미밥 미역국⑤⑥ 오리로소구이 숙주나물⑤⑥ 백김치⑨ 액상발효유	백미밥 된장찌개⑤⑥ 순살고등어무조림⑤⑥⑦ 가지카레볶음⑤⑥ 깍두기⑨ 블루베리푸딩	잔치국수⑤⑥ 백미밥1/2 바삭돼지불고기⑤⑥⑩ 백김치⑨ 호상발효유	백미밥 배추맑은국 쇠고기메추리알장조림 ①⑤⑥⑩ 팽이버섯멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨ 망고푸딩	백미밥 맑은새우탕⑤⑥⑨ 닭고기채소찜⑤⑥⑮ 감자버터구이② 백김치⑨ 짜요짜요
오후간식	키위/우유②	푸실리파스타 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑮/우유②	자두/우유②	치즈빵①②⑤⑥/우유②	수박화채②
열량(kcal)/단백질(g)	391/15	443/19	396/15	403/19	438/18
날짜	17 대체휴일	18	19	20 그린데이 3단계	21
오전간식		참깨죽	고구마죽	쇠고기죽⑤⑥⑮	당근죽
점심		백미밥 어묵국⑤⑥ 삼겹살수육⑩ 청포묵김무침⑤⑥ 깍두기⑨ 호상발효유	나물비빔밥⑤⑥⑮ 유부된장국⑤⑥ 닭고기냉채⑮ 백김치⑨ 짜요짜요	백미밥 두부팽이버섯국⑤⑥ 새우간장조림⑤⑥⑨ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨ 청포도푸딩	백미밥 황태국⑤⑥ 훈제오리채소찜 무나물 백김치⑨ 액상발효유
오후간식		사과/우유②	복숭아⑪/우유②	팬케이크①②⑤⑥/우유②	바나나/우유②
열량(kcal)/단백질(g)		438/14	396/19	432/19	412/15
날짜	24	25	26	27 그린데이 4단계	28
오전간식	오토밀죽②	양배추죽⑤⑥	닭죽⑮	누룽지죽	치즈죽②⑤⑥
점심	백미밥 맑은된장국⑤⑥ 간장달걀비⑤⑥⑮ 사과배무침 백김치⑨ 짜요짜요	백미밥 만둣국⑤⑥⑩ 참치채소볶음⑤ 달걀찜①② 깍두기⑨ 블루베리푸딩	열무비빔국수⑤⑥⑨ 백미밥1/2 오징어묵국⑤⑥⑦ 들기름두부구이⑤ 백김치⑨ 호상발효유	백미밥 미역미소장국⑤⑥ 쇠고기브로콜리굴소스볶음 ⑤⑥⑮⑯ 감자당근조림⑤⑥ 깍두기⑨ 망고푸딩	백미밥 콩나물국⑤ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 오이들깨볶음⑤ 백김치⑨ 액상발효유
오후간식	수박/우유②	고구마샐러드②/우유②	자두/우유②	팽이버섯전①⑤⑥/우유②	배/우유②
열량(kcal)/단백질(g)	390/16	433/19	411/18	425/17	420/16
날짜	31	QR코드		식단 안내	
오전간식	달걀죽①			■ 발행처: 대구광역시 동구 어린이·사회복지급식관리지원센터 ■ 발행일: 2026. 7. 15. ■ 영양사: 영양팀 ■ 파란색으로 표기된 메뉴는 급식센터에서 제공하는 식단 외 어린이집에서 추가로 제공되는 메뉴로 영양소 분석에서 제외되었습니다. ■ 그린데이: 이 달의 식재료 “팽이버섯”으로 푸드브릿지 진행 (1단계 오감놀이는 기관 자체 진행 권장) ■ 만 1-2세 식단은 12개월부터 사용 가능합니다.	
점심	백미밥 애호박겉국⑨ 두부짜장소스조림 ①⑤⑥⑩⑮⑯⑰ 어묵깻잎볶음⑤⑥ 백김치⑨ 짜요짜요				
오후간식	사과/우유②				
열량(kcal)/단백질(g)	399/15				

원산지 표시	쌀(밥, 죽, 누룽지)	쇠고기			돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치		콩	수산물	
	백미, 흑미, 현미, 찰쌀	한우	육우	절소				배추	고춧가루		오징어	고등어
	국내산	국내산	산	산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
식육·수산물 가공품 6일 참치채소죽, 25일 참치채소볶음(다량어): 원양산 21일 훈제오리채소찜(오리고기): 국내산												
※ 식단 안내문 2페이지 하단의 가공품 사용 예상 메뉴를 반드시 확인 후 기관에서 사용하는 제품은 추가하여 작성하시기 바랍니다. [알레르기 유발식품 표시] ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲갯 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있음												

국공립세원어린이집



2026년 8월 식단

대구광역시 동구 어린이·사회복지급식관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

만 3-5세 일반식형

국공립세원어린이집

구분	월	화	수	목	금
날짜	3	4	5	6	7
오전간식	복어죽	감자죽	옥수수죽	참치채소죽	두유죽⑤
점심	수수밥 버섯찌개⑤⑥ 돼지고기파프리카볶음⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤⑥ 백김치⑨ 짜요짜요	차조밥 건새우묵국⑤⑥⑨ 스크램블에그①②⑤ 물만두⑤⑥⑩ 깍두기⑨ 망고푸딩	두부소보로덮밥⑤⑥ 차돌박이된장국⑤⑥⑩ 고구마조림⑤⑥ 배추김치⑨ 액상발효유	기장밥 가지냉국⑤⑥ 닭고기복합⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 양상추볶음⑤⑥⑮ 깍두기⑨ 청포도푸딩	현미밥 유부맑은국⑤⑥ 오징어두루치기⑤⑥⑦ 오이나물 배추김치⑨ 호상발효유
오후간식	멜론/우유②	우유식빵①②⑤⑥/우유②	바나나/우유②	찐단호박/우유②	복숭아⑪/우유②
열량(kcal)/단백질(g)	662/30	672/26	648/20	601/26	605/24
날짜	10	11	12	13 그린데이 2단계	14 말복
오전간식	새우죽⑤⑥⑨	돈양파죽⑤⑥⑩	흑임자죽	순두부죽⑤	타락죽②
점심	차조밥 미역국⑤⑥ 오리로소구이 숙주니물⑤⑥ 백김치⑨ 액상발효유	보리밥 된장찌개⑤⑥ 순살고등어무조림⑤⑥⑦ 가지카레볶음⑤⑥ 깍두기⑨ 블루베리푸딩	잔치국수⑤⑥ 백미밥1/2 바싹돼지불고기⑤⑥⑩ 배추김치⑨ 호상발효유	수수밥 달걀실팍국①⑤⑥ 쇠고기메추리알장조림 ①⑤⑥⑮ 팽이버섯멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨ 망고푸딩	참쌀현미밥 맑은새우탕⑤⑥⑨ 닭고기채소찜⑤⑥⑮ 감자버터구이② 배추김치⑨ 짜요짜요
오후간식	키위/우유②	푸실리파스타 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑮/우유②	차두/우유②	치즈빵①②⑤⑥/우유②	수박화채②
열량(kcal)/단백질(g)	602/24	680/29	609/24	621/29	672/27
날짜	17 대체휴일	18	19	20 그린데이 3단계	21
오전간식		참깨죽	고구마죽	쇠고기죽⑤⑥⑮	당근죽
점심		기장밥 어묵국⑤⑥ 삼겹살수육⑩ 청포묵김무침⑤⑥ 깍두기⑨ 호상발효유	나물비빔밥⑤⑥⑮ 유부된장국⑤⑥ 닭고기냉채⑤ 배추김치⑨ 짜요짜요	흑미밥 두부팽이버섯국⑤⑥ 새우간장조림⑤⑥⑨ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨ 청포도푸딩	차조밥 황태국⑤⑥ 훈제오리채소찜 무나물 배추김치⑨ 액상발효유
오후간식		사과/우유②	복숭아⑪/우유②	팬케이크①②⑤⑥/우유②	바나나/우유②
열량(kcal)/단백질(g)		673/22	609/29	665/29	634/24
날짜	24	25	26	27 그린데이 4단계	28
오전간식	오트밀죽②	양배추죽⑤⑥	닭죽⑤	누룽지죽	치즈죽②⑤⑥
점심	현미밥 맑은된장국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑮ 사과배무침 백김치⑨ 짜요짜요	수수밥 만둣국⑤⑥⑩ 참치채소볶음⑤ 달걀찜①② 깍두기⑨ 블루베리푸딩	열무비빔국수⑤⑥⑨ 백미밥1/2 오징어묵국⑤⑥⑦ 들기름두부구이⑤ 배추김치⑨ 호상발효유	차조밥 미역미소장국⑤⑥ 쇠고기브로콜리굴소스볶음 ⑤⑥⑮⑯ 감자당근조림⑤⑥ 깍두기⑨ 망고푸딩	기장밥 콩나물국⑤ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 오이들깨볶음⑤ 배추김치⑨ 액상발효유
오후간식	수박/우유②	고구마샐러드②/우유②	차두/우유②	팽이버섯전①⑤⑥/우유②	배/우유②
열량(kcal)/단백질(g)	600/24	667/30	633/27	654/26	645/25
날짜	31	QR코드	식단 안내		
오전간식	달걀죽①	그린데이,표준레시피 확인	■ 발행처: 대구광역시 동구 어린이·사회복지급식관리지원센터 ■ 발행일: 2026. 7. 15. ■ 영양사: 영양팀 ■ 파란색으로 표기된 메뉴는 급식센터에서 제공하는 식단 외 어린이집에서 추가로 제공되는 메뉴로 영양소 분석에서 제외되었습니다. ■ 그린데이: 이 달의 식재료 “팽이버섯”으로 푸드브릿지 진행 (1단계 오감놀이는 기관 자체 진행 권장) ■ 만 0-2세 식단은 12개월부터 사용 가능합니다.		
점심	차조밥 애호박젓국⑨ 두부장조림소스조림 ①⑤⑥⑩⑮⑯⑰ 어묵갯잎볶음⑤⑥ 백김치⑨ 짜요짜요				
오후간식	사과/우유②				
열량(kcal)/단백질(g)	615/23				

원산지 표시	쌀(밥,죽,누룽지)	쇠고기			돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치		콩	수산물	
	백미,흑미,현미,참쌀	한우	육우	젓소				배추	고춧가루		오징어	고등어
	국내산	국내산	산	산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
식육·수산물 가공품 • 6일 참치채소죽, 25일 참치채소볶음(다량어): 원양산 • 21일 훈제오리채소찜(오리고기): 국내산												
※ 식단 안내문 2페이지 하단의 가공품 사용 예상 메뉴를 반드시 확인 후 기관에서 사용하는 제품은 추가하여 작성하시기 바랍니다. [알레르기 유발식품 표시]①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류 (굴, 전복, 홍합 포함) ⑲갯 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있음												

국공립세원어린이집



2026년 8월 식단

대구광역시 동구
어린이·사회복지급식관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

연장식형

국공립세원어린이집

구분	월	화	수	목	금
날짜	3	4	5	6	7
저녁	쇠고기미역볶음밥⑤⑩ 어묵국⑤⑥ 백김치⑨	간풍돼지고기덮밥①⑤⑥⑩ 콩나물국⑤ 깍두기⑨	만두볶음밥⑤⑥⑩⑬ 황태국⑤⑥ 배추김치⑨	달걀채소주먹밥①⑤ 두부된장국⑤⑥ 깍두기⑨	단호박영양밥/양념장⑤⑥ 닭살채소국⑤⑥⑮ 배추김치⑨ 플라비우스
열량(kcal)/단백질(g)	180/7 277/11	171/7 264/10	177/6 272/9	171/6 262/9	141/6 217/9
날짜	10	11	12	13	14
저녁	유부주먹밥⑤⑥ 오징어묵국⑤⑥⑦ 백김치⑨	오리고기덮밥①⑤⑥ 숙주맑은국 깍두기⑨	새우살볶음밥⑤⑥⑨ 가지양파국⑤⑥ 배추김치⑨	돼지고기애호박덮밥⑤⑥⑩ 배추맑은국 깍두기⑨	멸치주먹밥⑤⑥ 팽이버섯된장국⑤⑥ 배추김치⑨ 제주감귤주스
열량(kcal)/단백질(g)	180/7 278/10	173/9 267/14	163/6 250/9	144/6 221/10	160/7 246/10
날짜	17 대체휴일	18	19	20	21
저녁		닭가슴살굴소스덮밥⑤⑥⑮⑱ 감자국⑤⑥ 깍두기⑨	돼지고기볶음밥⑤⑥⑩ 온천포묵국⑤⑥⑨ 배추김치⑨	어묵우동⑤⑥ 백미밥1/2 깍두기⑨	쇠고기토마토리조또 ②⑤⑥⑫⑬⑱ 애호박맑은국⑤⑥ 배추김치⑨ 케플주스
열량(kcal)/단백질(g)		171/8 263/12	180/5 277/7	179/5 276/8	173/6 266/10
날짜		24	25	26	27
저녁	훈제오리주먹밥 들깨묵국⑤⑥ 백김치⑨	닭가슴살짜장밥⑤⑥⑮ 유부맑은국⑤⑥ 깍두기⑨	참치마요구구마덮밥①⑤ 양배추맑은국 배추김치⑨	두부달걀볶음밥①⑤ 닭개장⑤⑥⑮ 깍두기⑨	간장비빔국수①⑤⑥ 쇠고기묵국⑤⑥⑱ 배추김치⑨ 플라비우스
열량(kcal)/단백질(g)	140/5 215/8	173/7 266/11	175/6 269/10	159/7 245/11	153/6 236/9
날짜	31	QR코드	식단 안내		
저녁	돼지고기콩나물덮밥⑤⑥⑩ 맑은된장국⑤⑥ 백김치⑨		■ 발행처: 대구광역시 동구 어린이·사회복지급식관리지원센터 ■ 발행일: 2026. 7. 15. ■ 영양사: 영양팀 ■ 연령별 구분 메뉴 파란색 / 배식 주의 메뉴 주황색 ■ 만 1-2세 식단은 12개월부터 사용 가능합니다.(한국영양학회 기준)		
열량(kcal)/단백질(g)	178/7 273/11				

원산지 표시	쌀(밥,죽,누룽지)	쇠고기			돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치		콩 두부류	수산물 오징어
	백미,흑미,현미,찰쌀	한우	육우	절소				배추	고춧가루		
	국내산	국내산	산	산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
식육·수산물 가공품											
• 24일 훈제오리주먹밥(오리고기): 국내산											
• 26일 참치마요구구마덮밥(다랑어): 원양산											

[알레르기 유발식품 표시]

- ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲감 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있음
- 연장식형 식단은 급식 인원이 적은 어린이 급식소의 상황 등을 고려하여 1~2일 전 점심(또는 간식) 식재료를 활용한 비교적 조리가 간단한 일품류로 구성되었습니다.
- 어린이 급식소에서는 기관의 상황, 부모의 건의사항 등을 고려하여 추가 찬 및 후식, 유제품 등을 추가로 제공할 수 있습니다.
- 연장식형 식단의 일품 메뉴 제공에 대한 주기적인 부모 모니터링 실시를 권장합니다.

국공립세원어린이집