



발행일 : 2026. 5. 15.  
발행처 : 영양팀

## 2026년 6월 만1~2세 식단(중식-오전죽식)

인천시남동구 어린이·사회복지급식관리지원센터



1주	1일(월)	2일(화)	3일(수)	4일(목)	5일(금)	6일(토)
★오전간식	브로콜리죽	김가루치즈죽②	 <b>지방선거</b>	파프리카죽	근대죽	감자죽
점심	쌀밥 콩나물국⑤ 간장달걀비⑤⑥⑬ 새송이버섯볶음⑤ 깍두기⑨	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ <b>청포묵무침⑤⑥</b> 배추김치⑨		기장밥 들깨미역국⑤⑥ 두부스테이크 ①⑤⑥⑬⑭ <b>단배추나물⑤⑥</b> 깍두기⑨	차조밥 쇠고기탕국⑤⑥⑬ <b>★동태전①⑤⑥</b> 오이무침 배추김치⑨	돈육카레라이스 ⑤⑥⑩ 깍두기⑨
★오후간식	참치주먹밥①⑤	찐감자/우유②		빵(모닝빵)①②⑤⑥ /우유②	곡물비스킷①③⑤⑥ /과일(참외)	과일(참외)
열량/단백질	392.5/17.8	394.4/15.7	453.6/13.8	406.5/14.9	409.9/12.8	
2주	8일(월)	9일(화)	10일(수)	11일(목)	12일(금)	13일(토)
★오전간식	달걀죽①	모듬버섯죽	대구살죽	단호박죽	누룽지죽	닭고기치즈죽②⑤
점심	수수밥 콩비지국⑤⑨ 돈육간장볶음⑤⑥⑩ <b>청경채나물⑤⑥</b> 배추김치⑨	쌀밥 북어무국①⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑬ <b>얼갈이나물</b> 깍두기⑨	채소짜장덮밥⑤⑥ 달걀찜국① 맛살양파볶음 ①⑤⑥⑧ 배추김치⑨	흑미밥 어묵국⑤⑥ 들기름두부구이⑤⑥ 감자엿장조림⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 아욱된장국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑬ 애호박볶음⑤⑨ 배추김치⑨	쇠고기볶음밥⑤⑥ ⑬ 깍두기⑨
★오후간식	딸기잼샌드위치 ①②⑤⑥	찐고구마/우유②	잔치국수①⑤⑥ /과일(사과)	빵(옥수수식빵)①②⑤⑥ /우유②	김가루주먹밥⑤ /과일(바나나)	과일(바나나)
열량/단백질	402.4/14.5	403/18	423.3/16.7	402/13.3	420.2/13.7	423.2/16.3
3주	★15일(월)	16일(화) ★생일잔치★	17일(수)	18일(목)	19일(금)	20일(토)
★오전간식	콩나물죽⑤	쇠고기죽⑬	시금치죽	치즈죽②	단배추죽	아욱죽
점심	기장밥 닭곰탕⑬ 삼치조림⑤⑥ 김구이 배추김치⑨	쌀밥 들기름미역국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 버섯잡채⑤⑥ 배추김치⑨	간장제육덮밥⑤⑥⑩ 근대국⑤⑥ 연두부/양념장⑤⑥ 깍두기⑨	쌀밥 콩나물국⑤ 소고기양배추조림 ⑤⑥⑬ <b>도토리묵무침⑤⑥</b> 깍두기⑨	흑미밥 된장찌개⑤⑥ 치즈달걀찜①② 어묵채볶음⑤⑥ 배추김치⑨	에그마요샌드위치 ①②⑤⑥ 두유⑤
★오후간식	물만두⑤⑥⑩⑬⑭	케이크①②⑤⑥ /사과주스	★옥수수채소전 ①⑤⑥/과일(참외)	빵(핑거스틱)①②⑤⑥ /우유②	오곡롤⑤⑥ /과일(사과)	과일(사과)
열량/단백질	401/21.5	409.2/12.8	415.2/16.7	422.4/14.6	396.7/13.4	395/14.5
4주	22일(월)	23일(화)	24일(수)	25일(목)	26일(금)	27일(토)
★오전간식	흑미쇠고기죽⑬	으깬두부죽⑤	순두부죽⑤	브로콜리죽	모듬채소죽	가자미죽
점심	차조밥 애호박맑은국⑤⑥ 오리부추찜 가지양파볶음⑤⑥ 깍두기⑨	흑미밥 수제비국⑤⑥ 해물완자전①⑤⑥⑭ <b>근대나물⑤⑥</b> 깍두기⑨	쇠고기콩나물밥 /양념장⑤⑥⑬ 팽이장국⑤⑥ <b>★새우살전①⑤⑥⑨</b> 배추김치⑨	쌀밥 감자국⑤⑥ 달걀카레볶음⑤⑥⑬ 잔멸치조림⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 돈육찌개⑤⑥⑩ 두부데리야끼조림⑤⑥ 김자반⑤⑥ 깍두기⑨	유부초밥⑤⑥ 배추김치⑨
★오후간식	프렌치토스트 ①②⑤⑥	감자샐러드①⑤ /우유②	후리가게주먹밥⑤⑥ /과일(수박)	빵(카스테라)①②⑤⑥ /우유②	삶은달걀① /과일(참외)	과일(참외)
열량/단백질	397.3/15.7	424.1/15.6	425.4/17.6	441.1/19	395.2/17.1	394.3/15.3
5주	29일(월)	30일(화) ★학부모식사초대★	<b>❗ 6월 제철 : 부추, 배추, 양배추, 고구마줄기, 노각, 호박잎, 참외, 수박 등</b> <b>❗ 식품 알레르기 정보 ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(홍합, 전복, 굴 포함) ⑳참과 이들 식품의 성분을 함유한 식품 또는 식품 첨가물을 함유한 식품에 특정 증상을 보이는 영유아나 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 영유아들은 급식 시 확인하여 섭취해 주시기 바랍니다. 알레르기 중 ㉑아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.</b> <b>❗ 2025년 개정 지침에 따라 떡류 제공 기준이 변경되어 떡류 메뉴가 제공되지 않습니다.</b> ○ <b>보라색 메뉴:</b> 어린이급식관리지원센터 신메뉴 ○ <b>빨간색 메뉴:</b> 시간-온도 관리가 필요한 식품(TCS Food) ○ <b>★(별표) 메뉴:</b> [불임]대체 메뉴 제공(간식 일부 메뉴 제외)			
★오전간식	양송이죽	고구마죽				
점심	쌀밥 열무된장국⑤⑥ 쇠고기청경채볶음 ⑤⑥⑬ <b>숙주나물</b> 배추김치⑨	기장밥 들깨무채국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ <b>고사리나물⑤⑥</b> 배추김치⑨				
★오후간식	어묵탕⑤⑥	찐옥수수/우유②				
열량/단백질	396.9/16.6	414/13.8				

❗ 우리 국공립구월한별 어린이집 급식에 사용되는 식재료의 원산지입니다.

☎ 문의사항 : 032-466-2983(영양팀)

쇠고기	돼지고기	닭고기	배추김치		쌀(밥/죽/누룽지)		콩			명태(동태)
한우 or 육우 국내산	국내산	국내산	배추 국내산	고춧가루 국내산	현미/찰쌀/흑미 국내산	두부 국내산	콩비지 국내산	연두부 국내산	순두부 국내산	국내산
<b>가공식품(사용 중인 가공품의 원산지를 표시)</b>										
참치 원양산	두부스테이크 국내산	떡갈비 국내산	훈제오리 국내산	해물완자전 산	어묵 (명태, 오징어 해당)산	맛살 (꽃게살 해당)산				