

* 1~2세/ 일반식(과일명)

* 영양사: 최민영, 김나연, 배성희

(과일은 급식소 사정에 따라 다른 종류의 과일로 변경할 수 있습니다. 단 **과일 채소스틱**의 구체적인 명칭을 기재하여 가정에 안내하여 주시기 바랍니다)

2026년 8월 영아 식단

자이앤키즈어린이집

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

일자/요일	3(월)		4(화)		5(수)		6(목)		7(금)	
오전간식	과일(자른포도)		브로콜리죽		과일(귤)		순두부죽⑤		과일(참외)	
점 심	차조밥 새우살미역국⑤⑥⑨ 달걀채소볶음⑤⑥⑮ 브로콜리참깨소스무침 배추김치⑨		수수밥 애호박된장국⑤⑥ 생선가스*타르타르소스①⑤⑥ 상추무침⑤⑥ 깍두기⑨		햄치즈볶음밥②⑤⑥⑩⑮⑯ 순두부국⑤⑥ 콩나물무침⑤ 백김치⑨		백미밥 근대맑은국 돼지고기불고기⑤⑥⑩ 도토리묵*양념간장⑤⑥ 배추김치⑨		 백미밥 소고기미역국⑤⑥⑯ 치즈찜닭②⑤⑥⑮ 버섯잡채⑤⑥⑩ 배추김치⑨	
오후간식	어묵탕⑤⑥		마들렌①②⑤⑥, 우유②		냉우동⑤⑥		구운달걀①, 마시는요구르트②		케이크①②⑥, 우유②	
에너지/단백질	432	20	441	21	453	18	428	20	438	17
일자/요일	10(월)		11(화)		12(수)		13(목)		14(금)_말복	
오전간식	과일(멜론)		버섯죽		검은콩두유⑤		옥수수죽		과일(골드키위)	
점 심	기장밥 얼갈이된장국⑤⑥ 훈제오리버섯구이⑤ 두부데리야기볶음⑤⑥ 깍두기⑨		차조밥 소고기육개장⑤⑥⑯ 돼지목살구이⑩ 감자채양파볶음⑤⑥ 배추김치⑨		안매운참치김치덮밥⑤⑨ 두부맑은국⑤ 순살치킨너겟①②⑤⑥⑮ 무피클		수수밥 열무된장국⑤⑥ 소고기배추찜⑤⑥⑯ 새우살애호박볶음⑤⑨ 깍두기⑨		참쌀현미밥 닭곰탕⑤ 동그랑땡부침①⑤⑥⑯ 갯잎나물⑤⑥ 백김치⑨	
오후간식	김자반주먹밥		모닝빵①②⑤⑥, 우유②		찐옥수수, 보리차		시리얼⑤⑥, 우유②		꼬마핫도그①②⑤⑥⑩⑮⑯⑰	
에너지/단백질	438	20	467	16	439	18	443	19	418	21
일자/요일	17(월)		18(화)		19(수) ZERO데이		20(목)		21(금)	
오전간식			김가루당근죽		과일(자른방울토마토)⑫		감자죽		과일(바나나)	
점 심			차조밥 호박익힌장국⑤⑥ 돈육양배추볶음⑤⑥⑩ 감자메추리알조림①⑤⑥ 깍두기⑨		소고기짜장덮밥⑤⑥⑩⑮ 달걀파국① 어묵채소볶음⑤⑥ 배추김치⑨ 짜먹는요구르트②		기장밥 버섯전골⑤⑥ 닭다리살양념구이⑤⑥⑮ 새콤달콤무생채 배추김치⑨		*현장학습식단* 참치김가루주먹밥⑤ 단무지⑬ 과채음료	
오후간식			치즈빵①②⑤⑥, 우유②		간장비빔국수⑤⑥		머핀①②⑤⑥, 우유②		빵①②⑥, 우유②	
에너지/단백질			451	16	449	16	418	20	414	14
일자/요일	24(월)		25(화)		26(수)		27(목)		28(금) 지구데이	
오전간식	과일(사과)		얼갈이죽		떠먹는요구르트②		새우살죽⑨		과일(파인애플)	
점 심	*현장학습식단* 모듬채소김밥⑤⑮ 단무지⑬ 과채음료		흑미밥 부추맑은국 오리간장주물럭⑤⑥ 두부조림⑤⑥ 백김치⑨		곤드레비빔밥*양념간장⑤⑥ 새우살맑은국⑨ 미니돈가스*소스①⑤⑥⑩⑫ 배추김치⑨		차조밥 두부된장국⑤⑥ 소고기숙주볶음⑤⑥⑮⑯ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨		참쌀현미밥 팽이버섯맑은국 돈육달걀장조림①⑤⑥⑯ 맛살브로콜리볶음①⑤⑥⑧ 배추김치⑨	
오후간식	소보로빵①②⑥, 우유②		버터롤빵①②⑤⑥, 우유②		찐감자, 매실차		곡물시리얼⑤⑥, 우유②		채소만두찜⑤⑥⑮	
에너지/단백질	441	18	460	17	437	19	441	19	403	17
일자/요일	31(월)									
오전간식	과일(자른포도)									
점 심	기장밥 연두부맑은국⑤⑥ 고구마달걀비⑤⑥⑮ 오이나물⑤ 배추김치⑨									
오후간식	볶음쌀국수⑤⑥⑮									
에너지/단백질	444	18								
제철식품	* 채소: 열무, 갯잎, 근대, 호박잎, 애호박, 옥수수 등 * 해산물: 오징어, 갈치, 전복, 임연수, 병어 등 * 과일: 수박, 자두, 살구, 복숭아, 블루베리, 토마토 등		< 알레르기 유발 식품 > ① 난류 ② 우유 ③ 메밀 ④ 땅콩 ⑤ 대두(두유) ⑥ 밀 ⑦ 고등어 ⑧ 게 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기 ⑪ 복숭아 ⑫ 토마토 ⑬ 아황산염 ⑭ 호두 ⑮ 닭고기 ⑯ 소고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조개류(굴, 전복, 홍합) ⑲ 잣 ♥ 알레르기 아동의 경우, 센터 컨설팅 또는 부모님과 협의를 통해 대체 식품 제공 부탁드립니다. ♥ * 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. ※구매하는 제품에 따라 알레르기 정보가 상이할 수 있으므로 구매제품의 영양정보를 확인해 주시기 바랍니다※							

원산지 표기	쌀	콩	소고기		돼지고기	닭고기	오리고기	명태(동태)	오징어	고등어	다랑어(참치)	배추김치	
	밥/죽/누룽지	두부/콩비지	국내산	수입산								배추	고춧가루
	국내산	외국산	국내산	한우/육우	국내산	국내산	국내산	러시아산	원양산	국내산	원양산	국내산	국내산
	식육/포장육/식육가공품/수산물가공품				치즈돈가스(생일)	순살치킨너겟	생선가스	미니돈가스	떡갈비	동그랑땡			
					돼지고기	국내산	닭고기	국내산	명태	국내산	돼지고기	국내산	국내산

* 당월에 사용하지 않는 식재료의 원산지는 표기하지 않고 ☐ 표시할 수 있습니다.