

* 1~2세/ 일반식(과일명)

*영양사: 김나연, 최민영, 배성희

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



2026년 7월 영아 식단



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

국공립블로대광로제비앙어린이집

일자/요일					1(수)		2(목)		3(금)	
오전간식					크림스프②⑥		콩나물죽⑤		과일(사과)	
점심					소고기콩나물밥*양념장⑤⑥⑬ 건새우묵국⑨ 달걀프라이①⑤ 배추김치⑨		차조밥 팽이버섯맑은국 오리주물럭⑤⑥ 머위나물⑤⑥ 깍두기⑨		기장밥 닭곰탕⑮ 안매운마파두부⑤⑥⑩⑫⑮ 새콤달콤노각무침⑤⑥ 백김치⑨	
오후간식					찐단호박, 현미차		곡물시리얼⑤⑥, 우유②		열무비빔국수⑤⑥⑨	
에너지/단백질					414 14		429 11		444 17	
일자/요일	6(월)		7(화)		8(수) ZERO데이		9(목)		10(금)	
오전간식	과일(멜론)		새송이버섯죽		과일(참외)		새우살죽⑨		채소스틱(오이), 유아용치즈②	
점심	백미밥 순두부된장국⑤⑥ 돼지고기참스테이크⑤⑥⑩⑫⑮ 새송이버섯볶음⑤⑥ 깍두기⑨		흑미밥 애호박전국⑤⑥⑨ 간장달걀비⑤⑥⑮ 숙주나물무침 배추김치⑨		새우살파프리카볶음밥⑤⑨ 미소장국⑤⑥ 치즈스틱①②⑤⑥ 깍두기⑨ 짜먹는요구르트②		수수밥 맑은미역국⑤⑥ 소고기장조림⑤⑥⑬ 당근감자채볶음⑤⑥ 배추김치⑨		참쌀현미밥 복어채국①⑤⑥ 돈육버섯구이⑤⑥⑩ 상추무침⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식	도토리묵김무침⑤⑥		소보로빵①②④⑤⑥, 우유②		유부초밥⑤⑥		모닝빵샌드위치①②⑤⑥, 우유②		전병⑤⑥, 옥수수차	
에너지/단백질	392 20		439 15		449 17		476 15		406 17	
일자/요일	13(월)		14(화) 지구데이		15(수) 초복		16(목)		17(금) 제헌절	
오전간식	과일(바나나)		달걀브로콜리죽①		검은콩두유⑤		아욱죽			
점심	기장밥 열무맑은국⑤⑥ 소고기굴소스볶음⑤⑥⑬⑮ 브로콜리들기름무침 배추김치⑨		차조밥 아욱된장국⑤⑥ 가자미구이⑤ 우영채조림⑤⑥ 깍두기⑨		닭살백숙⑮ 수수밥(소량) 해물완자전①⑤⑥⑦ 배추김치⑨		백미밥 감자들깨국⑤⑥ 돼지고기양념조림⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥ 깍두기⑨			
오후간식	치킨텐더샐러드①②⑤⑥⑮		미니도넛①②⑤⑥, 우유②		찐고구마, 매밀차		시리얼⑤⑥, 우유②			
에너지/단백질	408 16		470 19		430 19		424 13			
일자/요일	20(월)		21(화)		22(수)		23(목)		24(금)	
오전간식	과일(골드키위)		닭살치즈죽②⑮		과일(자른방울토마토)⑫		들깨무죽		채소스틱(당근), 마시는요구르트②	
점심	차조밥 양배추미소장국⑤⑥ 순살닭볶음탕⑤⑥⑮ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨		참쌀현미밥 순살갈비탕⑮ 연두부찜*양념장⑤⑥ 진미채간장조림⑤⑥⑦ 배추김치⑨		돼지불고기덮밥⑤⑥⑩ 무채실파국 꽃맛살무침①⑤⑥⑧ 깍두기⑨		기장밥 건새우된장국⑤⑥⑨ 치즈떡갈비②⑤⑥⑩⑮ 연근조림⑤⑥ 깍두기⑨		수수밥 소고기당면국⑤⑥⑬ 삼치구이⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식	볶음쌀국수⑤⑥⑮		카스테라①②⑤⑥, 우유②		미니수제비⑥		달걀토스트①②⑤⑥, 우유②		약과⑤⑥, 보리차	
에너지/단백질	446 14		464 20		403 15		485 18		415 14	
일자/요일	27(월)		28(화)		29(수)		30(목)		31(금)	
오전간식	과일(수박)		다시마죽		떠먹는요구르트②		유부죽⑤		과일(복숭아)⑪	
점심	백미밥 맑은다시마국⑤⑥ 돈가스*소스①⑤⑥⑩⑫ 마카로니콘샐러드①⑤⑥ 깍두기⑨		차조밥 유부된장국⑤⑥ 매추리알장조림①⑤⑥ 구이김 배추김치⑨		훈제오리부추볶음밥⑤⑥ 불어묵국⑤⑥ 오이나물⑤ 깍두기⑨		흑미밥 가쓰오부시장국⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑩⑮ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨		참쌀현미밥 파송송달걀국① 소세지케첩볶음⑤⑥⑩⑫⑮⑮ 김자반⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식	후리가케주먹밥		애플파이①②⑤⑥, 우유②		찐감자, 매실차		오곡시리얼⑤⑥, 우유②		물만두찜⑤⑥⑩⑮	
에너지/단백질	406 14		457 17		406 13		467 16		399 16	
제철식품	* 채소: 가지, 애호박, 오이, 옥수수, 감자 등 * 해산물: 갈치, 전복, 장어, 오징어, 병어 등 * 과일: 수박, 참외, 자두, 블루베리, 복숭아 등				< 알레르기 유발 식품 > ① 난류 ② 우유 ③ 메밀 ④ 땅콩 ⑤ 대두(두유) ⑥ 밀 ⑦ 고등어 ⑧ 계 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 국내산		돼지고기	닭고기	오리고기	명태(통태)	오징어	고등어	다량어 (참치)	배추김치	
	밥/죽/누룽지	두부/콩비지	(죽)용	(국,불고기)용	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	러시아산	배추	고춧가루
	국내산	국내산	한우	육우	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	러시아산	국내산	국내산
	식육/포장육/식육가공품/수산가공품				치즈돈가스(생일)	치킨텐더	치즈떡갈비	돈가스	너비아니	소고기:	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
					돼지고기	국내산	닭고기:	국내산	소고기:	국내산	돼지고기:	국내산	국내산	국내산	국내산