

2026년 8월 영아 식단

국공립아라리버파크어린이집

경남
어린이·사회복지복지관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Management

일자/요일	3(월)		4(화)		5(수)		6(목)		7(금)						
오전간식	자른포도		브로콜리죽		굴		순두부죽⑤		파프리카스틱,유아용치즈②						
점 심	차조밥 새우살미역국⑤⑥⑨ 닭살채소볶음⑤⑥⑩ 브로콜리참깨소스무침 배추김치⑨		수수밥 애호박된장국⑤⑥ 생선가스*타르타르소스①⑤⑥ 상추무침⑤⑥ 깍두기⑨		햄치즈볶음밥②⑤⑥⑩⑮⑯ 순두부국⑤⑥ 콩나물무침⑤ 백김치⑨		백미밥 근대맑은국 돼지고기불고기⑤⑥⑩ 도토리묵*양념간장⑤⑥ 배추김치⑨		흑미밥 소고기무국⑤⑥⑯ 떡갈비양파조림⑤⑥⑩⑯ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨						
오후간식	어묵탕⑤⑥		마들렌①②⑤⑥, 우유②		냉우동⑤⑥		구운달걀①, 마시는요구르트②		약밥⑤⑥⑯, 메밀차						
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	멜론		버섯죽		검은콩두유⑤		옥수수죽		골드키위						
점 심	기장밥 얼갈이된장국⑤⑥ 훈제오리버섯구이⑤ 잔멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨		차조밥 소고기육개장⑤⑥⑯ 임연수구이⑤⑥ 감자채양파볶음⑤⑥ 배추김치⑨		안매운참치김치덮밥⑤⑨ 두부맑은국⑤ 순살치킨너겟①②⑤⑥⑩ 무피클		수수밥 열무된장국⑤⑥ 소고기배추찜⑤⑥⑯ 새우살애호박볶음⑤⑨ 깍두기⑨		참쌀현미밥 닭곰탕⑤ 동그랑땡부침①⑤⑥⑩ 깻잎나물⑤⑥ 백김치⑨						
오후간식	김자반주먹밥		모닝빵①②⑤⑥, 우유②		찐옥수수, 보리차		시리얼⑤⑥, 우유②		꼬마핫도그①②⑤⑥⑩⑫⑮⑯						
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		자른방울토마토⑫		감자죽		오이스틱, 마시는요구르트②						
차조밥 호박익힌장국⑤⑥ 돈육양배추볶음⑤⑥⑩ 감자메추리알조림①⑤⑥ 깍두기⑨			소고기짜장덮밥⑤⑥⑩⑯ 달걀파국① 어묵채소볶음⑤⑥ 배추김치⑨ 짜먹는요구르트②		기장밥 버섯전골⑤⑥ 닭다리살양념구이⑤⑥⑮ 새콤달콤무생채 배추김치⑨		흑미밥 순살갈비탕⑯ 두부양념조림⑤⑥ 과일샐러드②⑫ 백김치⑨								
치즈빵①②⑤⑥, 우유②			간장비빔국수⑤⑥		머핀①②⑤⑥, 우유②		한과⑤⑥, 옥수수차								
451			16		449		16		418		20		456		17
일자/요일	24(월)		25(화)		26(수)		27(목)		28(금)						
오전간식	사과		얼갈이죽		떠먹는요구르트②		새우살죽⑨								
점 심	수수밥 황태콩나물국⑤⑥ 돼지목살스테이크⑩ 얼갈이무침⑤⑥ 깍두기⑨		흑미밥 부추맑은국 오리간장주물럭⑤⑥ 명엽채조림⑤⑥ 백김치⑨		곤드레비빔밥*양념간장⑤⑥ 새우살맑은국⑨ 미니돈가스*소스①⑤⑥⑩⑫ 배추김치⑨		차조밥 두부된장국⑤⑥ 소고기숙주볶음⑤⑥⑯⑰ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨								
오후간식	달걀양파볶음밥①⑤		버터롤빵①②⑤⑥, 우유②		찐감자, 매실차		곡물시리얼⑤⑥, 우유②								
에너지/단백질	441	18	460	17	437	19	441	19							
일자/요일	31(월)														
오전간식	자른포도														
점 심	기장밥 연두부맑은국⑤⑥ 고구마닭갈비⑤⑥⑩ 오이나물⑤ 배추김치⑨														
오후간식	볶음쌀국수⑤⑥⑰														
에너지/단백질	444	18													
제철식품			< 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. ♥ * 아황산염은 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	불고기/구이/국거리											배추	고춧가루
	국내산	국내산	국내산				국내산	국내산	국내산	러시아산	국내산	국내산	원양산	국내산	국내산
	식육/포장육/식육가공품/수산물가공품					치즈돈가스(생일)	순살치킨너겟	생선가스	미니돈가스	떡갈비	동그랑땡	소고기: 국내산 돼지고기: 국내산	돼지고기: 국내산		