* 1~2세/ 죽식(과일명)
(과일은 급식소 사정에 따라 다른 종류의 과일로 변경할 수 있습니다. 단, 과일 채소스틱의 구체적인 명칭을 기재하여 가정에 안내하여 주시기 바랍니다.)

*영양사: 김나연, 최민영, 배성희

2026년 6월 영아 식단

(라프레키자)어린이집

인천서구검단 어린이급식관리지원센터
Center for Children's Foodservice Management

일자/요일	1(월)	2(화)	3(수)_2026 지방선거	4(목)	5(금)
오전간식	참나물죽⑤⑥	애호박죽	2026 지방선거	당근양파죽	팽이버섯죽
점 심	백미밥 애호박된장국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑯ 상추양파무침⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 두부맑은국⑤ 닭살감자조림⑤⑥⑮ 숙주당근볶음⑥ 배추김치⑨		기장밥 팽이버섯미소장국⑤⑥ 양념돼지갈비⑤⑥⑩ 쌈무 배추김치⑨	차조밥 황태미역국⑤⑥ 훈제오리찜*머스타드소스①⑤ 마늘종볶음⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	후리가케주먹밥, 마시는요구르트②	꿀호떡①②④⑤⑥, 우유②		오곡시리얼⑤⑥, 우유②	과일(참외), 맛살달걀전①⑤⑥⑧
에너지/단백질	442 13	432 23		428 15	422 21
일자/요일	**8(월)**	**9(화)**	**10(수)**	**11(목)**	**12(금)**
오전간식	참치죽	닭살채소죽⑮	얼갈이죽	유부죽⑤	부추죽
점 심	찹쌀현미밥 콩나물실파국⑤⑥ 닭다리살양념구이⑤⑥⑮ 어묵채볶음⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 돈육굴소스볶음⑤⑩⑱ 미역줄기무침 깍두기⑨	참치마요덮밥①⑤⑥⑱ 유부맑은국⑤⑥ 콘샐러드①⑤ 단무지무침⑬	수수밥 부추된장국⑤⑥ 소고기사태찜⑤⑥ 브로콜리숙회*들깨소스①⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 설렁탕⑤⑥⑯ 임연수구이⑥ 우엉조림⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	과일(파인애플), 간장비빔국수⑤⑥	미니와플①②⑤⑥, 우유②	과일(사과) 꼬마핫도그①②⑤⑥⑩⑫	구운식빵*딸기잼①②⑤⑥, 우유②	채소스틱(당근), 약밥⑤⑥⑲
에너지/단백질	400 17	424 15	438 15	435 17	436 13
일자/요일	**15(월)**	**16(화)**	**17(수) ZERO데이**	**18(목)**	**19(금)**
오전간식	브로콜리죽	김가루무죽	소고기죽⑯	새우살죽⑨	들깨버섯죽
점 심	차조밥 무채된장국⑤⑥ 돼지고기두루치기⑤⑥⑩ 청포묵김무침⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 다시마양파국 소고기당면볶음⑤⑥ 깻잎나물⑤⑥ 깍두기⑨	카레라이스⑤⑥⑩ 새우살국⑨ 김말이튀김⑤⑥ 배추김치⑨ 짜먹는요구르트②	찹쌀현미밥 버섯전골⑤⑥ 메추리알장조림①⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 안매운육개장⑤⑥⑯ 두부데리야끼구이⑤⑥ 진미채조림⑤⑥⑰ 백김치⑨
오후간식	순살닭강정①⑤⑥⑫⑮, 유아용치즈②	마들렌①②⑤⑥, 우유②	찐감자, 매실차	시리얼⑤⑥, 우유②	과일(자른방울토마토)⑫ 군만두*간장⑤⑥⑩
에너지/단백질	425 21	456 13	469 15	406 17	452 22
일자/요일	**22(월)**	**23(화) 지구데이**	**24(수)**	**25(목)**	**26(금)**
오전간식	잔멸치죽	달걀죽①	시금치죽	게살죽①⑤⑥⑧	고구마죽
점 심	기장밥 부대찌개⑤⑥⑩⑯ 달걀찜① 가지볶음⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 양배추된장국⑤⑥ 고등어간장조림⑤⑥⑦ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	치즈채소볶음밥②⑤ 게살국①⑤⑥⑧ 치킨가스*소스①⑤⑥⑮ 배추김치⑨	흑미밥 느타리버섯된장국⑤⑥ 소고기폭찹⑤⑥⑫⑯ 양상추샐러드*오리엔탈드레싱⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 맑은쑥갓국⑤⑥ 떡갈비볶음⑤⑥⑩⑯ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	과일(오렌지), 푸실리파스타⑤⑥⑫	머핀①②⑤⑥, 우유②	고구마범벅②, 현미차	팬케이크①②⑤⑥, 우유②	채소스틱(파프리카), 한과⑤⑥
에너지/단백질	449 19	423 17	461 18	455 14	430 11
일자/요일	**29(월)**	**30(화)**			
오전간식	연근죽	연두부죽⑤			
점 심	찹쌀현미밥 파송송연두부국⑤⑥ 닭가슴살숙주볶음⑤⑥⑮ 궁채들깨나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 가쓰오부시장국⑤⑥ 돼지목살구이⑩ 양배추숙쌈*쌈장⑩ 깍두기⑨			
오후간식	어묵탕⑤⑥, 마시는요구르트②	크로와상①②⑤⑥, 우유②			
에너지/단백질	427 17	440 14			

제철식품
* 채소: 애호박, 오이, 가지, 상추, 완두콩, 감자 등
* 해산물: 전복, 병어, 소라, 가자미, 갈치 등
* 과일: 참외, 살구, 체리, 매실, 수박 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 국내산	소고기 수입산	돼지고기	닭고기	오리고기	명태(동태)	오징어	고등어	다랑어(참치)	배추김치	
밥/죽/누룽지	두부/콩비지	(찌개)용	(찌개)용								배추	고춧가루
국 산	국 산	한우육우젖소	미국 산	국 산	국 산	국 산	국 산	국 산	국 산	러시아 산	국 산	국 산

식육/포장육/식육가공품/수산가공품: 치즈돈가스(생일) 치킨가스 떡갈비

돼지고기: 국 산 닭고기: 국 산 소고기: 국 산