

유형: 1-2세 오전간식축형 / 작성자: 영양팀 / 발행일: 2026. 6. 1.

	월	화	수 [일품DAY] 3(지방선거)	목	금 [푸드브릿지]	토
1주 일자	1	2		4 감자캐기(2세)	5	6(현충일)
오전간식	부추참쌀죽⑤⑥ 백미밥	김가루참쌀죽 백미밥		채소참쌀죽⑤⑥ 백미밥	닭참쌀죽⑮ 백미밥	
점심	건새우미역국⑤⑥⑨ 채소달걀말이①⑤ 오이나물⑤⑥ 백김치	콩나물북어국⑤ 쇠고기가지볶음⑤⑥⑩ 열무나물 백김치		양배추된장국⑤⑥ 돈가스+소스 ①⑤⑥⑩⑫⑬ 파프리카무침⑤⑥ 백김치	조개무우국 두부조림⑤⑥ 브로콜리볶음⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식	과일샐러드①⑤⑫+ 우유②	찐감자+우유②		오렌지+롤빵①②⑤⑥	♥바람떡*발효요구르트 ②	
열량 단백질	418 16	425 15		484 16	486 18	
2주 일자	8	9	10	11	12	13
오전간식	누룽지죽 백미밥	버섯참쌀죽 백미밥	치즈참쌀죽② <일품DAY>	단호박참쌀죽 백미밥	연두부참깨참쌀죽⑤ 백미밥	두유⑤ 백미밥
점심	애호박감자된장국⑥ 달볶음탕⑤⑥⑮ 깻잎순나물⑤⑥ 깍두기⑨	두부감자양파국⑤ 고등어구이⑤⑥⑦ 숙주당근나물⑤⑥ 백김치	어묵채소덮밥⑤⑥ 달걀국① 잔멸치볶음⑤⑥ 백김치	배추된장국⑤⑥ 돈육볶음⑤⑥⑩ 버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨	쇠고기뭇국⑤⑬ 매추리알채소볶음①⑤⑥ 얼갈이나물 백김치	유부김치국⑤⑨ 오징어조림⑤⑥⑰ 김구이 깍두기⑨
오후간식	수박+삶은달걀①	구운고구마+유기농 쥬스	후레쉬번①②⑤⑥+우 유②	(방울)토마토⑫+ 떠먹는요구르트②	♥오이크래미샌드위치 발효요구르트②	
열량 단백질	432 23	466 18	451 19	449 17	475 16	347 18
3주 일자	15	16 급식 영양교육	17 커피그린스쿨	18(저염DAY) 헬로밀가루(1.2세)	19	20
오전간식	채소참쌀죽⑤⑥ 백미밥	시리얼+우유② 백미밥	검정콩참쌀죽⑤ <일품DAY>	가정식 간식 백미밥	전복참쌀죽⑩ 백미밥	두유⑤ 깍두기치즈볶음밥②⑤⑨
점심	버섯당면국 오리불고기⑤⑥ 콩나물무침⑤ 백김치	황태무우국⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑩⑰ 브로콜리무침 백김치	가지밥+양념장⑤⑥ 미소장국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 백김치	★감자된장국⑤⑥ 두부데리야끼구이⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 백김치	얼무된장국⑤⑥ ♥쇠고기오이볶음⑤⑥⑬ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	들깨무침국 닭가슴살부추무침⑤⑥⑮ 백김치
오후간식	찐만두⑤+유기농쥬 스	사과⑤*과채유	바나나+떠먹는요구르트②	(방울)토마토⑫+우유②	머핀+발효요구르트②	
열량 단백질	460 16	483 18	462 21	443 13	477 15	319 16
4주 일자	22	23 유니벌동물체험	24(저탄소DAY)	25 Birthday Menu	26	27
오전간식	누룽지죽 백미밥	고구마참쌀죽② 백미밥	김치참쌀죽⑤⑥⑨ <국없는날>	바나나 백미밥	양배추참쌀죽⑤⑥ 백미밥	두유⑤ 백미밥
점심	아욱된장국⑤⑥ 돈사태찜⑤⑥⑩ 건파래볶음⑤ (대체:쪽파김부침) 백김치	어묵두부국⑤⑥ 달걀청경채볶음⑤⑥⑮ 배추나물 깍두기⑨	단호박카레라이스⑤⑥ 명엽채볶음⑤⑥ 얼갈이나물 깍두기⑨	조갯살 미역국 치킨네겟+머스타소스 숙주나물 케익+백김치	순두부국⑤⑥ 파프리카등그랑뎡 ①⑤⑥⑩ ♥오이무침⑤⑥ 백김치	도토리묵국⑤⑥⑨ 삼치구이⑤⑥ 백김치
오후간식	(청)포도+ 떠먹는요구르트②	유기농쌀스낵+유기 농쥬스	모닝빵+딸기잼①②⑤⑥ +우유②	꿀떡+발효요구르트	수박+유아포켓치즈	
열량 단백질	454(455) 19(19)	470 15	441 16	447 20	458 17	359 16
5주 일자	29	30(저당DAY)	18일 헬로밀가루체험	23일 유니벌동물체험	<p>♥ 푸드브릿지를 이용한 편식교정의 날 (6월 식재료 : 오이)</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ 이 달의 저당 메뉴 ☆ 이 달의 저염 메뉴 ☆ 이 달의 저탄소 신메뉴 	
오전간식	쇠고기참쌀채소죽⑬ 백미밥	애호박참쌀죽⑤⑥ 백미밥				
점심	물만두국⑤⑥⑩⑬⑰ 부추달걀찜① 고구마순나물⑤⑥ 백김치	버섯된장국⑤⑥ 훈제오리채소볶음 콩나물무침⑤ 백김치				
오후간식	찐감자+두유②	★멸치들깨주먹밥*과채 유				
열량 단백질	454 19	467 16				

원산지 표시	알레르기 유발식품												
	① 달걀 ② 우유 ③ 메밀 ④ 땅콩 ⑤ 대두 ⑥ 밀 ⑦ 고구마 ⑧ 계 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기 ⑪ 복숭아 ⑫ 토마토 ⑬ 이황산류 ⑭ 호두 ⑮ 닭고기 ⑯ 쇠고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조식(곡물 전복 혼합 포함) ⑲ 잣 (이황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함됩니다.)												
	쌀	콩	쇠고기	육류	계란	우유	유제품	생선	견과류	견과류	견과류	견과류	
백미	현미	찹쌀	누룽지	죽	우유	순두유	연두유	현우	육우	젓소	돼지고기	닭고기	오리고기
배추김치			수산물			식육·야채(야채)			식육·야채(야채)				
배추	고춧가루	오징어	고구마	명태(동태)	꽃게	전복	다랑어	낙지	마늘	배이런	생선(생선)	훈제오리	
국산			국산/수입산			국산			수입산				

* 위 식단은 원 내 사정 및 시장 동향에 따라 같은 식품군으로 대체 할 수 있습니다.
 * 식재료 공급은 LG위협(누림푸드)에서 매일 신선한 재료를 납품받아 제공합니다.
 * 위 식단은 원 내 사정 및 시장 동향에 따라 같은 식품군으로 대체 할 수 있습니다. (영유아를 위한 저염식단으로 구성하였습니다.)
 * 올바른 식습관을 위해 가정에서도 편식하지 않도록 골고루 먹도록 합니다.

유형: 초기·중기·후기 이유식 / 작성자: 영양팀 / 발행일: 2026. 6. 1.

구분		월		화		수		목		금		토	
1주 일자		1		2		3(지방선거)		4		5		6(현충일)	
초기	점심	배추미음		배추미음		선저		쌀미음		쌀미음		현충일	
	열량	26	1	26	1			48	1	48	1		
중기	점심	닭가슴살배추죽 ¹⁵		두부당근죽 ⁵				쇠고기부추죽 ¹⁶		달걀노른자무죽 ¹			
	열량	63	3	64	2			74	3	86	3		
후기	점심	닭가슴살배추무른밥 ¹⁵		두부당근무른밥 ⁵				쇠고기부추무른밥 ¹⁶		달걀노른자무무른밥 ¹			
	열량	165	6	156	7			148	5	151	5		
2주 일자		8		9		10		11		12		13	
초기	점심	청경채미음		청경채미음		청경채미음		닭미음 ¹⁵		닭미음 ¹⁵		닭미음 ¹⁵	
	열량	26	1	26	1	26	1	31	2	31	2	31	2
중기	점심	두부애호박죽 ⁵		쇠고기채소죽 ¹⁶		명태청경채죽		닭가슴살양파죽 ¹⁵		두부아욱죽 ⁵		달걀노른자양배추죽 ¹	
	열량	63	2	75	3	60	3	65	3	63	2	87	3
후기	점심	두부애호박무른밥 ⁵		쇠고기채소무른밥 ¹⁶		명태청경채무른밥		닭가슴살양파무른밥 ¹⁵		두부아욱무른밥 ⁵		달걀노른자양배추무른밥 ¹	
	열량	191	9	145	5	167	5	134	5	137	4	174	6
3주 일자		15		16		17		18		19		20	
초기	점심	감자미음		감자미음		감자미음		브로콜리미음		브로콜리미음		브로콜리미음	
	열량	29	1	29	1	29	1	27	1	27	1	27	1
중기	점심	닭가슴살부추죽 ¹⁵		삼치감자죽		쇠고기얼갈이죽 ¹⁶		달걀노른자브로콜리죽 ¹		두부열무죽 ⁵		닭가슴살버섯죽 ¹⁵	
	열량	64	3	69	3	73	3	87	3	62	2	63	4
후기	점심	닭가슴살부추무른밥 ¹⁵		삼치감자무른밥		쇠고기얼갈이무른밥 ¹⁶		달걀노른자브로콜리무른밥 ¹		두부열무무른밥 ⁵		닭가슴살버섯무른밥 ¹⁵	
	열량	188	7	151	5	148	5	150	4	174	5	154	7
4주 일자		22		23		24		25		26		27	
초기	점심	양배추미음		양배추미음		양배추미음		쇠고기미음 ¹⁶		쇠고기미음 ¹⁶		쇠고기미음 ¹⁶	
	열량	27	1	27	1	27	1	41	1	41	1	41	1
중기	점심	달걀노른자애호박죽 ¹		두부양배추죽 ⁵		닭가슴살가지죽 ¹⁵		흰살생선참쌀죽		달걀노른자근대죽 ¹		쇠고기당근죽 ¹⁶	
	열량	86	3	64	2	64	3	85	3	86	3	75	3
후기	점심	달걀노른자애호박무른밥 ¹		두부양배추무른밥 ⁵		닭가슴살가지무른밥 ¹⁵		흰살생선참쌀무른밥		달걀노른자근대무른밥 ¹		쇠고기당근무른밥 ¹⁶	
	열량	173	6	199	6	150	7	122	5	161	5	137	7
5주 일자		29		30		<p><이유식 정보></p> <p>★이유식은 초기(4-5개월), 중기(6-8개월), 후기(9-11개월)로 구분합니다.</p> <p>★후기로 진행될수록 형태와 농도는 짙어집니다.</p> <p>★초기에서 단계가 지날수록 식재료는 더욱 다양하게 추가하여 활용할 수 있습니다.</p> <p>★소금과 설탕 등 조미료는 후기까지 전혀 사용하지 않습니다.</p>							
초기	점심	오이미음		오이미음									
	열량	26	1	26	1								
중기	점심	닭가슴살오이죽 ¹⁵		두부미역죽 ⁵									
	열량	63	3	62	2								
후기	점심	닭가슴살오이무른밥 ¹⁵		두부미역무른밥 ⁵									
	열량	169	6	162	7								

알레르기 유발식품	① 달걀 ② 우유 ③ 메밀 ④ 명황 ⑤ 대두 ⑥ 밀 ⑦ 고춧가루 ⑧ 계 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기 ⑪ 복숭아 ⑫ 토마토 ⑬ 이황산염 ⑭ 호두 ⑮ 닭고기 ⑯ 쇠고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조식재료 전복 홍합 파란 ⑲ 잣 (아황산염은 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함됩니다.)													
	쌀		콩		유류		쇠고기		돼지고기		오리고기			
	밥	현미	찰쌀	누룽지	죽	두부	순두부	연두부	현우	육우	젓소	돼지고기	닭고기	오리고기
원산지 표시	배추김치		수산물		육류		생선		생선		육류		육류	
	배추	고춧가루	오징어	고춧가루	명태(동태)	꽃게	전복	다랑어	낙지	미역	배이권	생선	생선	육류
	국내산		국내산 / 수입산		국내산 / 수입산		국내산 / 수입산		수입산		수입산		국내산 / 수입산	

- ◆ 위 식단은 원 내 사정 및 시장 동향에 따라 같은 식품군으로 대체 할 수 있습니다.
- ◆ 식재료 공급은 LG아워홀(누리푸드)에서 매일 신선한 재료를 납품받아 제공합니다.
- ◆ 위 식단은 원 내 사정 및 시장 동향에 따라 같은 식품군으로 대체 할 수 있습니다. (영유아를 위한 저염식단으로 구성하였습니다.)
- ◆ 올바른 식습관을 위해 가정에서도 편식하지 않도록 골고루 먹도록 합니다.