발행처

둔곡우미린어린이집 9월 식단표

(오전죽간식 1~2세)

발행일 2025. 8. 14.
원 장 송현희
영양사 윤승현

첫째주	1(월)	2(화)	3(수)	4(목)	5(금)
오전간식	찹쌀영양죽⑤⑥	부추된장죽⑤⑥	파프리카죽	쇠고기죽⑯	녹두죽
점심	쌀밥 안매운김칫국⑨ 찜닭⑤⑥⑮ 새송이버섯볶음⑤ 깍두기⑨	잡곡밥 사골곰탕⑯ 함박스테이크①⑤⑥⑩⑫⑯ 깻순나물⑤⑥ 백김치⑨	새우살청경채덮밥 ⑤⑥⑨⑱ 취나물국⑤⑥ 연두부찜+양념장⑤⑥ 깍두기⑨	쌀밥 어묵국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 고사리나물⑤⑥ 백김치⑨	잡곡밥 우거지국⑤⑥ 고등어살구이⑤⑦ 메추리알볶음①⑤⑥⑫ 백김치⑨
오후간식	감자달걀모닝빵 ①②⑤⑥+우유②	★복숭아⑪ +떠먹는요구르트②	물만두⑤⑥⑩ +★사과+우유②	우엉치즈주먹밥②⑤⑥ +★포도(샤인머스캣)+우유 ②	크로와상①②⑥+우유②
에너지(kcal) /단백질(g)	461/18	459/20	440/12	449/19	462/21
둘째주	**8(월)**	**9(화)**	**10(수)**	**11(목)**	**12(금)**
오전간식	타락죽②	감자베이컨스프②⑤⑥⑩⑮⑯ +잘게썬식빵①②⑥ (대체:감자죽⑤⑥)	비트죽	흑임자죽	삼색채소죽⑤⑥
점심	쌀밥 콩나물국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑯ 청포묵무침⑤⑥ 백김치⑨	잡곡밥 꼬꼬배춧국⑮ 가자미살조림⑤⑥ 파래김자반⑤⑥ 깍두기⑨	짜장밥②⑤⑥⑩⑮⑯ 달걀팟국① 탕수육①⑤⑥⑩ 백김치⑨	쌀밥 오징어양팟국⑤⑥⑰ 안매운마파두부⑤⑥⑩⑱ 열무나물⑤⑥ 백김치⑨	잡곡밥 버섯찌개⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 브로콜리숙회 백김치⑨
오후간식	참치볶음밥⑤⑥ +★토마토⑫+우유②	미니우동⑤⑥+우유②	★단호박찜+우유②	★바나나+우유②	소보로빵①②④⑥+우유②
에너지(kcal) /단백질(g)	449/18	445/20	467/19	468/19	462/19
셋째주	**15(월)**	**16(화)**	**17(수)**	**18(목)**	**19(금)**
오전간식	백김치죽⑨	검은콩죽⑤	애호박죽⑤⑥	양송이치즈죽②	미역죽⑤⑥
점심	쌀밥 동태살국⑤⑥ 치즈달걀찜①②⑤ 가지볶음⑤⑥ 백김치⑨	잡곡밥 만둣국⑤⑥⑩ 오리주물럭⑤⑥ 근대나물⑤⑥ 백김치⑨	게살숙주볶음밥①⑤⑥⑧ 얼갈이된장국⑤⑥ 돈육두루치기⑤⑥⑩ 깍두기⑨	쌀밥 순두부찌개⑤ 메추리알조림①⑤⑥ 부추나물⑤⑥ 백김치⑨	잡곡밥 들깨뭇국⑤⑥ 쇠고기폭찹⑤⑥⑫⑯ 마카로니샐러드①⑤⑥ 백김치⑨
오후간식	★찐고구마+우유②	★사과+우유②	해물쪽파전①⑤⑥⑰+우유 ②	파프리카주먹밥⑤ +★포도(샤인머스캣)+ 우유②	호밀빵①②⑥+우유②
에너지(kcal) /단백질(g)	439/19	453/20	455/19	438/15	463/17
넷째주	**22(월)**	**23(화)**	**24(수)저염Day**	**25(목)**	**26(금)** 짜끗반짝 빈그릇 데이
오전간식	연두부죽⑤	흑미양파죽⑤⑥	브로콜리우유죽②	달걀죽①	당근죽⑤⑥
점심	쌀밥 아욱국⑤⑥ 돈육감자조림⑤⑥⑩ 잔멸치볶음⑤⑥⑭ 깍두기⑨	잡곡밥 유부맑은국⑤⑥ 삼치살구이⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 백김치⑨	버섯영양밥+양념장⑤⑥ 떡갈비조림⑤⑥⑩⑯ 연근유자소스무침 백김치⑨ (국제공시:숭늉)	쌀밥 청국장찌개⑤ 쇠고기볶음⑤⑥⑯ 콩나물무침⑤ 백김치⑨	잡곡밥 북엇국⑤⑥ 닭갈비⑤⑥⑮ 청경채나물⑤⑥ 백김치⑨
오후간식	★바나나+우유②	꼬마김밥⑤⑥⑩ +★토마토⑫+우유②	수제비⑥+우유②	★배 +떠먹는요구르트②	치아바타①②⑥+우유②
에너지(kcal) /단백질(g)	448/21	431/17	439/15	464/19	458/20
다섯째주	**29(월)**	**30(화)**			
오전간식	새우살죽⑤⑥⑨	양배추죽			
점심	쌀밥 쇠고기뭇국⑯ 두부조림⑤⑥ 파프리카볶음⑤ 백김치⑨	잡곡밥 들깨미역국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 애호박볶음⑤ 백김치⑨			
오후간식	감자★찐감자+우유②	★사과+우유②			
에너지(kcal) /단백질(g)	452/18	446/16			

- 9월 제철식품 - 감자, 고구마, 사과, 배, 포도, 고등어
- 영양가득레시피 - 감자베이컨스프
- 짝짝짝 짝짝짝 - 감자달걀모닝빵, 돈육감자조림, 찐감자
- 짜끗반짝 빈그릇 데이 - 9/26(금) 잔반 없는 날
- ★표시는 자연간식입니다.
- 급·간식 제공 시 영유아의 특성을 고려해 크기, 맛, 조리형태 등에 유의해주세요.

*** 원산지 표시** ※ 공지된 원산지는 수급사정에 의해 변경될 수 있습니다.

밥 / 죽 / 누룽지				백김치/배추김치		두부	순두부	연두부	쇠고기 *국내산은 (한우/육우/젖소) 표기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물		
백미	찹쌀	현미	흑미	배추	고춧가루	콩	콩	콩					오징어	고등어	동태
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산(한우)	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	러시아산

가공품 농축산·수산물	함박스테이크		훈제오리	베이컨	탕수육	참치 통조림	미트볼		너비아니		햄 (꼬마김밥)	떡갈비	
	돼지고기	닭고기	오리고기	돼지고기	돼지고기	다랑어	돼지고기	닭고기	돼지고기	닭고기	돼지고기	돼지고기	닭고기
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	원양산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산

*** 식품알레르기 유발물질 표시** ※아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.

①알류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합포함) ⑲잣

※ 어린이 급식소에서 제공하는 모든 음식은 직접 조리를 권장드리나, 부득이하게 농·축·수산물 가공품을 제공할 경우 해당 품목에 대한 원산지 표시를 해야 합니다.
※ 식단안내 시 실제 사용하는 식품(제품)의 원산지를 표시하여 제공하고, 사전에 안내한 원산지와 달라질 경우 변경된 원산지를 학부모에게 안내해 주세요.

영양가득 레시피

9월

감자베이컨스프



감자는 칼로리가 낮고 **혈액순환, 혈압개선**에 **도움**이 되며, **소화**가 잘되게 도와줘요.

조리 Tip!

독성물질을 함유한 감자 표면의 녹색 부분을 잘라내고, 싹은 씨눈 부위까지 크게 도려내어 제거한 후 사용해요.

영양성분

(3~5세, 1인분 기준)

에너지(Kcal)	단백질(g)	칼슘(mg)	철(mg)	나트륨(mg)
116.08	3.17	63.79	0.29	122.79

알레르기 유발물질

②우유 ⑤대두 ⑥밀 ⑩돼지고기

재료 및 양념



재료 감자 35g, 베이컨 5g, 우유 50g, 크림 7g, 비더 2g

양념 콩기름 0.5g, 소금 0.2g, 후추 0.1g

조리과정



❶ 감자는 껍질을 벗겨 얇게 편으로 썬다.



❷ 베이컨은 먹기 좋은 크기로 썰고 팬에 기름을 두르고 노릇하게 구워준다.



❸ 냄비에 버터를 녹이고 ①을 넣어 익힌다.



❹ ③에 우유와 물을 넣고 끓인 후 감자가 익으면 식힌 후 블랜더에 넣고 간다.



❺ 냄비에 ④를 담아 크림을 넣어 한소끔 끓인 후 소금, 후추로 간을 한다.



❻ ⑤에 베이컨을 올려 마무리한다.

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



유성구 어린이 식단 안내문

연령별 1일 영양섭취기준

구분	영아(1~2세)	유아(3~5세)
에너지(필요추정량)	900kcal	1,400kcal
단백질(하루권장섭취량)	20g	25g

[출처 - 2020 한국인 영양소 섭취기준(보건복지부, 한국영양학회)]

유성구 어린이 식단의 구성

- 1~2세는 3~5세의 식단에서 먹기 어려운 식재료를 수정하거나 조리법을 변경하여 작성했습니다. (3~5세 섭취율의 약65% 적용)
- 제철 식재료 위주로 식단을 작성하며, 무기질·비타민 등의 영양소 파괴를 최소화한 자연간식을 주 3회 이상 반영(★표시)했습니다.
- 대전시에서 지원하는 친환경 우수농산물 급식지원 사업 참여기관의 효율적인 운영을 위해 식단에 친환경 꾸러미를 반영(☻표시)했습니다. (4~12월)
- 성장기 어린이의 충분한 칼슘 섭취를 위해 간식으로 주 5회 이상 우유 및 유제품을 구성했습니다. (토요일 식단 포함)
- 매주 수요일 점심은 일품요리가 제공되는 날로 '일품요리·국·주찬·김치'로 구성되며 그 외 원의 사정에 따라 추가 구성이 가능합니다.
- 영·유아의 연령별 특성을 고려한 급·간식이 제공될 수 있도록 매월 식단에 대한 **'표준레시피'**를 제공하고 있으니, 확인해 주시기 바랍니다.

생일 식단의 구성

- 생일 식단을 연중 선택할 수 있도록 5종으로 구성하여 제공합니다. 아래 생일 식단을 급식소의 사정에 맞게 선택하여 반영해 주세요.
  (생일 식단을 그대로 반영할 경우 별도의 '식단감수' 요청은 하지 않으셔도 됩니다. 일부 메뉴만 발췌하여 사용하는 것은 해당 안 됨)
- 생일 식단 반영 시 열량(Kcal), 단백질(g), 식품알레르기 유발물질 표시 등 표기사항을 모두 포함하여 사용해 주세요.
- 식단표에 공통표시된 원산지표시 대상품목 외 농·축·수산물 가공품을 제공할 경우 해당 품목의 원산지 표시를 추가해 주세요.

오전간식	쇠고기죽⑯	새송이버섯죽	단호박죽	달걀양파죽①	순두부죽⑤
점심	쌀밥	쌀밥	쌀밥	쌀밥	쌀밥
	황태미역국⑤⑥	닭살미역국⑤⑥⑮	들깨미역국⑤⑥	새우살미역국⑤⑥⑨	쇠고기미역국⑤⑥⑯
	돼지갈비찜⑤⑥⑩	돈가스①⑤⑥⑩⑫	쇠불고기⑤⑥⑯	돈육폭찹⑤⑩⑫	영양찜닭⑤⑥⑮
	느타리버섯볶음⑤⑥	과일요거트샐러드②⑫ (방울토마토,바나나)	잡채⑤⑥	감자샐러드①⑤	파프리카무피클
	(1~2세)백김치⑨ (3~5세)배추김치⑨	(1~2세)백김치⑨ (3~5세)배추김치⑨	(1~2세)백김치⑨ (3~5세)배추김치⑨	(1~2세)백김치⑨ (3~5세)배추김치⑨	(1~2세)백김치⑨ (3~5세)배추김치⑨
오후간식	케이크①②⑥+★사과	케이크①②⑥+★사과	케이크①②⑥+★사과	케이크①②⑥+★사과	케이크①②⑥+★사과
1~2세	443/18	444/16	440/12	435/15	447/14
3~5세	685/27	687/24	682/19	674/23	692/22
원산지 추가표시		돈가스 (돼지고기: 00산)			순두부(콩: 00산)

영양테마 식단의 구성

1. **저염Day**: 나트륨 저감화를 위하여 매월 넷째주 수요일은 저염데이 '국 없는 날'로 국 대신 부찬으로 제공합니다.
   (일품식·주찬·부찬·김치로 4찬으로 제공하며, 국이 필요한 원을 위하여 추가국 구성)
2. 영양가득 레시피: 균형있는 영양 섭취와 어린이들의 기호를 고려한 레시피를 개발하여 식단에 반영합니다.
3. 채소야 놀자: 편식채소를 이용한 푸드아트 활동 후 푸드브릿지 메뉴를 식단에 연계하여 반영합니다.
4. 채소 수확행: 수확행에서 수확한 편식채소 농작물을 식단에 연계하여 반영합니다.
5. 깨끗반짝 빈그릇 데이: 매월 마지막주 금요일은 '잔반없는날'로 아이들이 선호하는 식재료와 조리법을 적용하여 제공합니다.

원산지 작성법 안내

※ 급·간식을 제공하는 모든 어린이 급식소에서는 급·간식에 사용되는 식재료의 원산지를 식단 및 게시판에 모두 표기해주세요.

[원산지 표시 대상품목]

- 농산물: 쌀(밥/죽/누룽지), 콩(두부류/콩국수/콩비지), 배추김치(배추/고춧가루), 쌀/콩/배추김치 가공품
- 축산물: 쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소(유산양 포함), 식육, 포장육, 식육가공품
- 수산물: 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 낙지, 고등어, 갈치, 명태(황태, 북어 등 건조한 것은 제외), 참조기, 오징어, 꽃게, 다랑어, 아귀, 주꾸미, 가리비, 우렁쉥이, 전복, 방어, 부세, **해당 수산물 가공품 (단, 연육일 경우 생략 가능 ex, 어묵: 연육)**

[원산지 작성법 예시]

<table>
<tr><th colspan="4">밥 / 죽 / 누룽지</th><th colspan="2">배추김치</th><th>두부</th><th>순두부</th><th>콩비지</th><th rowspan="2">쇠고기</th><th rowspan="2">돼지고기</th><th rowspan="2">닭고기</th><th rowspan="2">오리고기</th></tr>
<tr><th>백미</th><th>찹쌀</th><th>현미</th><th>흑미</th><th>배추</th><th>고춧가루</th><th>콩</th><th>콩</th><th>콩</th></tr>
<tr><td>국내산</td><td>국내산</td><td>국내산</td><td>국내산</td><td>국내산</td><td>국내산</td><td>외국산</td><td>국내산</td><td>국내산</td><td>국내산(한우)</td><td>국내산</td><td>국내산</td><td>국내산</td></tr>
<tr><th colspan="3">명태</th><th colspan="2">고등어</th><th rowspan="3">농축산·수산물 가공품</th><th colspan="3">베이컨(스파게티)</th><th colspan="2">동그랑땡</th><th colspan="3">참치통조림</th><th colspan="2">떡갈비</th></tr>
<tr><th colspan="3">오징어</th><th colspan="2">돼지고기</th><th colspan="2">돼지고기</th><th>닭고기</th><th colspan="3">다랑어</th><th>돼지고기</th><th>쇠고기</th></tr>
<tr><td colspan="3">러시아산</td><td colspan="2">국내산</td><td colspan="2">국내산</td><td>국내산</td><td>국내산</td><td colspan="3">원양산</td><td>국내산</td><td>호주산</td></tr>
</table>

식단감수 안내

※ 식단 감수를 받지 않고 센터의 식단을 임의로 변경하여 사용할 경우
유성구 어린이·사회복지급식관리지원센터의 로고를 사용할 수 없으며, 추후 식단과 관련된 문제 발생 시 센터에서 책임지지 않습니다.

감수절차	내용
감수대상	학부모의 요구를 반영하여 부득이하게 식단을 변경하는 경우 또는 식자재 수급 상황에 따라 다른식품군·다른조리법으로 변경할 경우 (영양사에게 식단감수를 받은 후 반드시 '감수식단'임을 표시하고 사용)
감수신청기간	매월 15~25일 (급식이 제공된 이후에는 식단감수 불가) ex) 2월 식단일 경우: 1월 15~25일 사이에 식단감수 요청
감수신청방법	감수요청서를 작성하여 변경된 식단과 함께 센터의 팩스 또는 메일로 보내주세요. (감수안내문 숙지) FAX: 042-821-8671, 메일: yuseong8668@daum.net
감수제외대상	- 센터에서 제공하는 생일식단을 그대로 사용하는 경우 - 식자재 수급 불가 등으로 같은 식품군 내에서 같은 조리법으로 최소한 변경하는 경우 (가공식품으로의 변경제외)

조리 및 배식 시 유의사항

1~2세	조리 단계	- 고춧가루 및 고추장 양념 대신 간장 양념으로 조리 - 잡곡밥은 조, 기장, 수수, 흑미와 같은 부드러운 잡곡 1종류로 제공하되 영아의 소화 능력을 고려하여 양을 조절하고(5% 이내), 소화가 잘 될 수 있도록 잡곡을 충분히 불린 후 조리 - 생선, 닭은 가급적 순살 사용(순살생선 제품이어도 일부 가시가 있을 수 있으므로 가시 유무 확인하여 배식) - 김치류는 맵지 않게 제공 : 백김치 또는 안 매운 고춧가루를 소량 넣어 만든 김치 제공 (식중독이 우려되므로 김치를 씻을 경우 반드시 볶아서 제공) - 국수, 잡채 등의 면류는 푹 익혀 조리 - 1세 초기(12-15개월)의 영아는 발달상황에 따라 이유식 후기 식단을 사용하거나, 1세의 음식 조리 시 보다 식재료 크기를 작게 하고, 간을 조정하여 제공
	배식 단계	- 메추리알, 방울토마토, 포도 등 표면이 매끄럽고 동글동글한 음식은 배식 시 세로 방향으로 작게 썰고 가급적 껍질을 제거하여 제공 - 찐 고구마 등은 껍질을 벗기고 작게 잘라 음료와 함께 제공하며 목이 메이지 않도록 주의 - 국수, 잡채 등의 면류를 끊기 어려우므로 잘게 잘라 숟가락으로 떠먹을 수 있도록 배식 - 수육, 돈까스, 질긴 쇠고기 부위 등 저작이 어려우므로 작게 썰거나(1*1*0.2cm) 다진고기 활용하여 조리 - 짜 먹는 요구르트, 컵에 주는 음료 제공 시 급하게 먹지 않도록 주의 - 떡류 제외(학부모 동의 또는 운영 위원회 결정에 따라 떡 제공을 원하는 경우 감수를 통해 제공 가능)
3~5세	조리 단계	- 3~5세는 1~2세에 비해 다양한 조리법 활용이 가능하나, 성인보다는 소화흡수 능력이 미숙하므로 조리 시 고려 - 너무 맵거나 짜지 않게 조리 - 질긴 고기부위(사태, 힘줄 부위 등) 사용 자제 - 생채소, 샐러드류는 반드시 소독을 실시하며, 소스류는 배식 직전 버무려 제공
	배식 단계	- 1~2세 배식단계 참고하여 3~5세도 유의하여 제공 - 매끄럽고 동글동글한 음식(메추리알, 방울토마토, 포도 등), 찰기있는 음식(떡 등)은 원형의 형태로 제공하지 않고 작게 잘라서 제공 - 아몬드, 땅콩, 콩류 등은 깨물었을 때 조각이 많이 나서 기도를 막을 수 있으므로 잘게 부수거나, 얇게 썰어 제공

식품알레르기 대체식품 및 관리방법

①알류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합포함) ⑲잣

※ 식품알레르기 사고 예방을 위한 식품알레르기 유발물질 정보를 식단표 메뉴명 옆에 번호로 표기하였습니다.

※ 가공식품의 경우 제조사별로 가공식품의 원재료 및 함량이 다를 수 있으므로 식품 표시사항을 꼭 확인해 주세요.

식품	식품군별 주의사항 및 대체식품
알류	★ 주의사항: 과자, 케이크 등 기호식품에 다량 함유되어 있으므로 주의 필요 ▶ 대체식품: 생선, 쇠고기, 돼지고기, 두부
우유	★ 주의사항: 충분한 칼슘공급이 어려운 경우 칼슘제 섭취 고려 ▶ 대체식품: 칼슘 강화 두유, 특수분유(가수분해 분유, 아미노산 분유)
메밀	★ 주의사항: 식품성분표 반드시 확인 ▶ 대체식품: 쌀, 감자
땅콩	★ 주의사항: 소량으로도 반응하고 증상이 심각한 경우가 많으므로 주의 필요. 땅콩 알레르기가 있는 경우 견과류에 대한 반응도 확인해 볼 것 ▶ 대체식품: 깨, 외관상 비슷한 식품(건포도)
대두	★ 주의사항: 대두를 이용한 제품이 많기 때문에 주의가 필요 (두부, 두유, 콩나물, 된장, 고추장, 간장, 콩기름을 이용한 튀김·과자 등) 정제한 기름에는 알레르기 유발하는 단백질이 거의 포함되지 않으나 중증의 경우 소량으로도 반응할 수 있으므로 반드시 의사와 상담 ▶ 대체식품: 두부→달걀, 두유→우유, 콩나물→다른 채소, 된장·고추장·간장→소금, 콩기름→포도씨 기름
밀	★ 주의사항: 면류, 과자, 빵 뿐만 아니라 시판용 고추장, 된장, 간장에도 함유 ▶ 대체식품: 쌀, 감자
생선	★ 주의사항: 생선을 제한하는 경우 비타민D 섭취가 부족할 수 있음 ▶ 대체식품: 쇠고기, 닭고기, 돼지고기, 두부 등 단백질 식품
게, 새우	★ 주의사항: 소량으로도 반응하고, 증상이 심각한 경우가 많으므로 주의 필요. 건새우 육수 내는 경우도 주의
돼지고기	★ 주의사항: 고기를 제한하는 경우 철 흡수가 저해되어 빈혈을 초래할 수 있음 ▶ 대체식품: 쇠고기, 닭고기, 생선, 두부, 달걀
복숭아	★ 주의사항: 사과, 자두, 체리, 배에도 알레르기 반응이 일어날 수 있으므로 주의 ▶ 대체식품: 수박, 딸기
토마토	★ 주의사항: 케찹, 토마토 소스 등에 주의 ▶ 대체식품: 소스류→소금, 토마토/주스→다른 과일/주스로 대체

구분	관리방법	식단예시
조리하여 제공 시	* 원인 식품이 **주재료**인 경우 → 주재료를 대체식품으로 바꿈 (같은 식품군 내 동일 조리법으로)	* 달걀 알레르기 영·유아 달걀찜 → **연두부찜** / 달걀말이 → (**달걀제외**) **두부부침, 생선전**
	* 원인 식품이 **부재료**인 경우, 조리 중 첨가되는 경우 → 원인 식품 넣기 전 식품 알레르기 유아의 것을 따로 덜어놓고 가장 나중에 원인식품을 넣고 조리	* 달걀 알레르기 영·유아 쇠고기메추리알장조림 → **쇠고기장조림** **(조리과정에서 메추리알을 가장 나중에 첨가)** 육개장, 북엇국 → **달걀 제거 육개장, 북엇국** **(달걀이 첨가될 경우 달걀을 가장 나중에 첨가)** * 땅콩알레르기 영·유아 멸치땅콩볶음 → **땅콩 제거 멸치볶음** **(조리과정에서 땅콩을 가장 나중에 첨가)**
	* 원인 식품이 부침, 튀김 등의 **반죽**으로 들어가는 경우 → 원인 식품이 들어가지 않은 반죽 사용	* 달걀알레르기 영·유아 반죽: **달걀이 들어가지 않은 반죽**으로 조리 * 밀가루 알레르기 영·유아 반죽: 밀가루 대신 **쌀가루로 반죽**, **쌀빵 등도 글루텐이 함유되어 있을 수 있기에 주의**
가공식품 제공 시	* **식품표시사항 확인** → 원인식품이 없는 가공식품 사용	* 달걀 알레르기 영·유아 **달걀이 들어가지 않은 어묵 이용**

※ 식품알레르기 대체식품은 보호자와 협의(동의서 보관)한 내용을 반영하여 적절한 대체식품으로 제공해 주세요.