

발행일 : 2026.5.15.

영양사 : 세종특별자치시
어린이·사회복지급식관리지원센터 이설화

힐스누리 어린이집

6월 식단표(만0세)

세종특별자치시
어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

일자	1[월]	2[화]	3[수] 지방선거	4[목]	5[금]
오전간식	●오렌지 치즈②	흑미채소죽⑤⑥	당신의 소중한 안주 무표면이다	양배추당근죽	●사과
점심	백미밥 시금치된장국⑤⑥ 닭가슴살참스테이크 ⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 느타리버섯볶음⑤⑥ 백김치	수수밥 안매운육개장⑤⑥⑬ 두부양념구이⑤⑥ 어묵조림⑤⑥ 깍두기		백미밥 다시마뽕국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 숙주미나리무침⑤⑥ 백김치	기장밥 사골당면국⑩ 채소달걀말이①⑤ 열무나물⑤⑥ 깍두기
오후간식	수제비⑥	●찜감자 우유②		딸기잼샌드위치①②⑤⑥ 우유②	다진유부주먹밥⑤⑥ 보리차
열량/단백질	418/20	443/17		461/17	392/15
일자	8[월]	9[화]	10[수] 짹짹데이	11[목]	12[금]
오전간식	●바나나	버섯채소죽⑤⑥	두부죽⑤	쇠고기미역죽⑤⑥⑬	●토마토⑫
점심	백미밥 아욱맑은국 쇠고기가지볶음⑤⑥⑬ 참나물무침⑤⑥ 깍두기	차조밥 맑은콩나물국⑤ 닭다리살간장조림⑤⑥⑮ 오이계살무침①⑤⑥⑧ 백김치	단호박카레라이스⑤⑥⑩ 근대된장국⑤⑥ 콘메추리알샐러드①⑤ 백김치	백미밥 들깨감자국⑤⑥ 함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑬ 브로콜리무침 백김치	수수밥 두부맑은국⑤ 돼지고기양파볶음⑤⑥⑩ 배추나물 깍두기
오후간식	부추전①⑤⑥ 우유②	찜만두⑤⑥⑩ 매실차	치즈빵①②⑤⑥ 우유②	쌀국수⑤⑥	●찜고구마 우유②
열량/단백질	416/17	392/16	538/19	475/16	424/16
일자	15[월]	16[화]	17[수]	18[목]	19[금]
오전간식	●수박	무된장죽⑤⑥	●배 우유②	김가루채소죽⑤⑥	●포도
점심	백미밥 돈육호박국⑩ 들기름두부부침⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 깍두기	기장밥 달걀파국① 쇠고기당면볶음⑤⑥⑬ 우영조림⑤⑥ 백김치	백미밥 닭곰탕⑮ 동그랑땡⑤⑥⑩ 깻순나물⑤⑥ 백김치	차조밥 얼갈이된장국⑤⑥ 돼지고기파프리카볶음 ⑤⑥⑩⑫ 참깨시금치무침 깍두기	백미밥 쇠고기청경채국⑩ 버섯달걀볶음①⑤ 무나물 백김치
오후간식	토마토푸시리파스타⑥⑫ 우유②	감자버터구이② 보리차	짜장우동⑤⑥⑩	쌀씨리얼 우유②	모닝빵①②⑤⑥ 우유②
열량/단백질	440/19	422/13	469/21	470/19	458/18
일자	22[월]	23[화] 지구데이	24[수]	25[목] 삼삼데이	26[금]
오전간식	●사과	가지채소죽	닭가슴살죽⑮	옥수수타락죽②	●수박
점심	백미밥 유부부추국⑤⑥ 간장오리주물럭⑤⑥ 열무된장무침⑤⑥ 깍두기	수수밥 온도토리묵국⑤⑥ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 새송이버섯나물⑤⑥ 백김치	쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑬ 사각어묵국⑤⑥ 김자반볶음⑤ 파프리카새콤무침 백김치	백미밥 우거지된장국⑤⑥ 연두부달걀찜①⑤ 애호박들깨볶음⑤ 깍두기	기장밥 맑은미역국⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ 콩나물당근무침⑤ 백김치
오후간식	단호박크림리조또②	브로콜리두부전①⑤⑥ 우유②	미니약과①②⑤⑥ 우유②	간장비빔국수⑤⑥	쌀카스테라①②⑥ 우유②
열량/단백질	432/15	460/20	462/17	448/15	420/16
일자	29[월]	30[화]			
오전간식	●바나나	현미영양죽⑤⑥			
점심	차조밥 맑은순두부국①⑤⑥ 영양찜닭⑤⑥⑮ 감자채볶음⑤⑥ 백김치	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 돈까스+소스 ①⑤⑥⑩⑫⑬ 청경채나물 깍두기			
오후간식	잔멸치주먹밥⑤ 동굴레차	삶은달걀① 우유②			
열량/단백질	418/18	450/21			

쌀(밥, 죽, 누룽지)			쌀가공품		김치		콩			
백미	현미	흑미	찰쌀	누룽지	배추	고춧가루	두부	연두부	순두부	콩비지
국내산	국내산	국내산	-	-	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	-
축산물					수산물					
쇠고기(한우/육우/젓소)			돼지고기	닭고기	오리고기	고등어	명태(동태)	오징어	전복	꽃게
(한우) 국내산			국내산	국내산	국내산	-	-	-	-	-
가공품 농축산·수산물 (예시입니다. 원에 맞게 사용해주세요.)										
사골엑기스(사골당면국)			함박스테이크			동그랑땡			돈까스	
쇠고기 : 국내산			돼지고기 : 국내산 쇠고기 : 국내산			돼지고기 : 국내산			돼지고기 : 국내산	

알레르기 유발식품 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류 (굴, 전복, 홍합 포함) ⑳자 * ㉓아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

발행일 : 2026.5.15.

영양사 : 세종특별자치시
어린이·사회복지급식관리지원센터 이설화

힐스누리 어린이집

6월 식단표(만1-2세)

세종특별자치시
어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

일자	1[월]	2[화]	3[수] 지방선거	4[목]	5[금]
오전간식	●오렌지 치즈②	흑미채소죽⑤⑥		양배추당근죽	●사과
점심	백미밥 시금치된장국⑤⑥ 닭가슴살참스테이크 ⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 느타리버섯볶음⑤⑥ 백김치	수수밥 안매운육개장⑤⑥⑩ 두부양념구이⑤⑥ 어묵조림⑤⑥ 깍두기	당신은 소중한 안주 부모님!이다	백미밥 다시마뽕국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 숙주미나리무침⑤⑥ 백김치	기장밥 사골당면국⑩ 채소달걀말이①⑤ 열무나물⑤⑥ 깍두기
오후간식	수제비⑥	●찐감자 우유②		딸기잼샌드위치①②⑤⑥ 우유②	다진유부주먹밥⑤⑥ 보리차
열량/단백질	418/20	443/17		461/17	392/15
일자	8[월]	9[화]	10[수] 짹짹데이	11[목]	12[금]
오전간식	●바나나	버섯채소죽⑤⑥	두부죽⑤	쇠고기미역죽⑤⑥⑩	●토마토⑫
점심	백미밥 아욱맑은국 쇠고기가지볶음⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥ 깍두기	차조밥 맑은콩나물국⑤ 닭다리살간장조림⑤⑥⑮ 오이계살무침①⑤⑥⑧ 백김치	단호박카레라이스⑤⑥⑩ 근대된장국⑤⑥ 콘메추리알샐러드①⑤ 백김치	백미밥 들깨감자국⑤⑥ 햄박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑬ 브로콜리무침 백김치	수수밥 두부맑은국⑤ 돼지고기양파볶음⑤⑥⑩ 배추나물 깍두기
오후간식	부추전①⑤⑥ 우유②	찐만두⑤⑥⑩ 매실차	치즈빵①②⑤⑥ 우유②	쌀국수⑤⑥	●찐고구마 우유②
열량/단백질	416/17	392/16	538/19	475/16	424/16
일자	15[월]	16[화]	17[수]	18[목]	19[금]
오전간식	●수박	무된장죽⑤⑥	●배 우유②	김가루채소죽⑤⑥	●포도
점심	백미밥 돈육호박국⑩ 들기름두부부침⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 깍두기	기장밥 달걀파국① 쇠고기당면볶음⑤⑥⑩ 우렁조림⑤⑥ 백김치	백미밥 닭곰탕⑮ 동그랑땡⑤⑥⑩ 깻순나물⑤⑥ 백김치	차조밥 얼갈이된장국⑤⑥ 돼지고기파프리카볶음 ⑤⑥⑩⑫ 참깨시금치무침 깍두기	백미밥 쇠고기청경채국⑩ 버섯달걀볶음①⑤ 무나물 백김치
오후간식	토마토푸실리파스타⑥⑫ 우유②	감자버터구이② 보리차	짜장우동⑤⑥⑩	쌀씨리얼 우유②	모닝빵①②⑤⑥ 우유②
열량/단백질	440/19	422/13	469/21	470/19	458/18
일자	22[월]	23[화] 지구데이	24[수]	25[목] 삼삼데이	26[금]
오전간식	●사과	가지채소죽	닭가슴살죽⑮	옥수수타락죽②	●수박
점심	백미밥 유부부추국⑤⑥ 간장오리주물럭⑤⑥ 열무된장무침⑤⑥ 깍두기	수수밥 온도토리묵국⑤⑥ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 새송이버섯나물⑤⑥ 백김치	쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑩ 사각어묵국⑤⑥ 김자반볶음⑤ 파프리카새콤무침 백김치	백미밥 우거지된장국⑤⑥ 연두부달걀찜①⑤ 애호박들깨볶음⑤ 깍두기	기장밥 맑은미역국⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ 콩나물당근무침⑤ 백김치
오후간식	단호박크림리조또②	브로콜리두부전①⑤⑥ 우유②	미니약과①②⑤⑥ 우유②	간장비빔국수⑤⑥	쌀카스테라①②⑥ 우유②
열량/단백질	432/15	460/20	462/17	448/15	420/16
일자	29[월]	30[화]			
오전간식	●바나나	현미영양죽⑤⑥			
점심	차조밥 맑은순두부국①⑤⑥ 영양찜닭⑤⑥⑮ 감자채볶음⑤⑥ 백김치	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 돈까스+소스 ①⑤⑥⑩⑫⑬ 청경채나물 깍두기			
오후간식	잔멸치주먹밥⑤ 동굴레차	삶은달걀① 우유②			
열량/단백질	418/18	450/21			

쌀(밥, 죽, 누룽지)			쌀가공품		김치		콩			
백미	현미	흑미	찰쌀	누룽지	배추	고춧가루	두부	연두부	순두부	콩비지
국내산	국내산	국내산	-	-	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	-
축산물					수산물					
쇠고기(한우/육우/젓소)			돼지고기	닭고기	오리고기	고등어	명태(동태)	오징어	전복	꽃게
(한우) 국내산			국내산	국내산	국내산	-	-	-	-	-
가공품 농축산·수산물 (예시입니다. 원에 맞게 사용해주세요.)										
사골엑기스(사골당면국)			햄박스테이크			동그랑땡			돈까스	
쇠고기 : 국내산			돼지고기 : 국내산 쇠고기 : 국내산			돼지고기 : 국내산			돼지고기 : 국내산	

알레르기 유발식품 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류 (굴, 전복, 홍합 포함) ⑳자 * ㉓아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

발행일 : 2026.5.15.

영양사 : 세종특별자치시
어린이·사회복지급식관리지원센터 이설화

힐스누리 어린이집

6월 식단표(만3세)

세종특별자치시
어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

일자	1[월]	2[화]	3[수] 지방선거	4[목]	5[금]
오전간식	●오렌지 치즈②	흑미채소죽⑤⑥		양배추당근죽	●사과
점심	백미밥 시금치된장국⑤⑥ 닭가슴살참스테이크 ⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 느타리버섯볶음⑤⑥ 백김치	수수밥 안매운육개장⑤⑥⑩ 두부양념구이⑤⑥ 어묵조림⑤⑥ 깍두기		백미밥 다시마뭉국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 숙주미나리무침⑤⑥ 백김치	기장밥 사골당면국⑩ 채소달걀말이①⑤ 열무나물⑤⑥ 깍두기
오후간식	수제비⑥	●찜감자 우유②		딸기잼샌드위치①②⑤⑥ 우유②	다진유부주먹밥⑤⑥ 보리차
열량/단백질	615/28	647/24	679/25	603/23	
일자	8[월]	9[화]	10[수]쌈삭데이	11[목]	12[금]
오전간식	●바나나	버섯채소죽⑤⑥	두부죽⑤	쇠고기미역죽⑤⑥⑩	●토마토⑫
점심	백미밥 아욱맑은국 쇠고기가지볶음⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥ 깍두기	차조밥 맑은콩나물국⑤ 닭다리살간장조림⑤⑥⑮ 오이계살무침①⑤⑥⑧ 백김치	단호박카레라이스⑤⑥⑩ 근대된장국⑤⑥ 콘메추리알샐러드①⑤ 백김치	백미밥 들깨감자국⑤⑥ 햄박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑬ 브로콜리무침 백김치	수수밥 두부맑은국⑤ 돼지고기양파볶음⑤⑥⑩ 배추나물 깍두기
오후간식	부추전①⑤⑥ 우유②	찜만두⑤⑥⑩ 매실차	치즈빵①②⑤⑥ 우유②	쌀국수⑤⑥	●찜고구마 우유②
열량/단백질	605/25	607/25	797/27	735/24	618/23
일자	15[월]	16[화]	17[수]	18[목]	19[금]
오전간식	●수박	무된장죽⑤⑥	●배 우유②	김가루채소죽⑤⑥	●포도
점심	백미밥 돈육호박국⑩ 들기름두부부침⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 깍두기	기장밥 달걀파국① 쇠고기당면볶음⑤⑥⑩ 우영조림⑤⑥ 백김치	백미밥 닭곰탕⑮ 동그랑땡⑤⑥⑩ 깻순나물⑤⑥ 백김치	차조밥 얼갈이된장국⑤⑥ 돼지고기파프리카볶음 ⑤⑥⑩⑫ 참깨시금치무침 깍두기	백미밥 쇠고기청경채국⑩ 버섯달걀볶음①⑤ 무나물 백김치
오후간식	토마토푸실리파스타⑥⑫ 우유②	감자버터구이② 보리차	짜장우동⑤⑥⑩	쌀씨리얼 우유②	모닝빵①②⑤⑥ 우유②
열량/단백질	642/28	654/21	692/31	688/27	674/26
일자	22[월]	23[화]지구데이	24[수]	25[목]삼삼데이	26[금]
오전간식	●사과	가지채소죽	닭가슴살죽⑮	옥수수타락죽②	●수박
점심	백미밥 유부부추국⑤⑥ 간장오리주물럭⑤⑥ 열무된장무침⑤⑥ 깍두기	수수밥 온도토리묵국⑤⑥ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 새송이버섯나물⑤⑥ 백김치	쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑩ 사각어묵국⑤⑥ 김자반볶음⑤ 파프리카새콤무침 백김치	백미밥 우거지된장국⑤⑥ 연두부달걀찜①⑤ 애호박들깨볶음⑤ 깍두기	기장밥 맑은미역국⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ 콩나물당근무침⑤ 백김치
오후간식	단호박크림리조또②	브로콜리두부전①⑤⑥ 우유②	미니약과①②⑤⑥ 우유②	간장비빔국수⑤⑥	쌀카스테라①②⑥ 우유②
열량/단백질	665/23	676/30	680/25	689/24	616/23
일자	29[월]	30[화]			
오전간식	●바나나	현미영양죽⑤⑥			
점심	차조밥 맑은순두부국①⑤⑥ 영양찜닭⑤⑥⑮ 감자채볶음⑤⑥ 백김치	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 돈까스+소스 ①⑤⑥⑩⑫⑬ 청경채나물 깍두기			
오후간식	잔멸치주먹밥⑤ 동굴레차	삶은달걀① 우유②			
열량/단백질	648/28	657/31			

쌀(밥, 죽, 누룽지)			쌀가공품		김치		콩			
백미	현미	흑미	찰쌀	누룽지	배추	고춧가루	두부	연두부	순두부	콩비지
국내산	국내산	국내산	-	-	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	-
축산물					수산물					
쇠고기(한우/육우/젓소)			돼지고기	닭고기	오리고기	고등어	명태(동태)	오징어	전복	꽃게
(한우) 국내산			국내산	국내산	국내산	-	-	-	-	-
가공품 농축산·수산물 (예시입니다. 원에 맞게 사용해주세요.)										
사골엑기스(사골당면국)			햄박스테이크			동그랑땡			돈까스	
쇠고기 : 국내산			돼지고기 : 국내산 쇠고기 : 국내산			돼지고기 : 국내산			돼지고기 : 국내산	

알레르기 유발식품 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류 (굴, 전복, 홍합 포함) ⑳자 * ㉓아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.