

고양시립대화소망어린이집 2026년 08월 식단표

결재	담당	원장

- 발행처 : 고양시어린이·사회복지급식관리지원센터
- 발행일 : 2026. 07. 15
- 초록색괄호 대체가 가능한 메뉴
- 분홍색괄호 추가 제공이 가능한 메뉴
- 초록색괄호 대체가 가능한 메뉴
- 추가 및 대체메뉴를 제공하지 않는 경우 괄호메뉴를 제외한 후 공지 및 게시

1 주 차	일자/요일						01일(토)
	오전간식						치즈②&채소스틱
	점심						돈육된장덮밥 ①⑤⑥⑩⑬ 달걀찜국①⑤⑥ 깍두기⑨
	오후간식						미숫가루⑤&우유②
	저녁						
	변동사항 (대체식품)						
	칼로리 단백질 칼슘						
2 주 차	일자/요일	03일(월)	04일(화)	05일(수)	06일(목)	07일(금)	08일(토)
	오전간식	신선과일(참외)	떠먹는요구르트②	신선과일(복숭아 11)	유부채소죽⑤	신선과일(수박)	시리얼&우유②
	점심	백미밥 애호박찜국⑨ 달걀갯잎볶음 ⑤⑥⑬ 숙주당근무침 ⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 들깨버섯국⑤⑥ 떡갈비파프리카 조림 ⑤⑥⑩⑬ 열무된장무침 ⑤⑥ 배추김치⑨	병아리콩카레라 이스⑤⑥⑩ 송송 만두강정 ①⑤⑥⑩⑬ 배추김치⑨	백미밥 소고기뭇국 ⑤⑥⑬ 두부찜&양념장 ⑤⑥ 오이맛살샐러드 ①⑤⑥⑧ 배추김치⑨	흑미밥 콩비지국⑤⑥⑨ ★간장오징어볶음 ⑤⑥⑬ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	김가루주먹밥 ★미니칼국수 ⑤⑥) 깍두기⑨
	오후간식	빵(모닝빵1,2,5,6 &우유②	잔멸치주먹밥섞음밥⑤	프렌치토스트 ①②⑤⑥	찐단호박&우유 ②	카스테라 ①②⑤⑥	두유⑤
	저녁	소고기파인애플 볶음밥⑤⑥⑬ 안매운두부김치 국⑤⑥⑨ 채소스크램블에	백미밥 부추장국⑤⑥ 달걀애호박조림 ⑤⑥⑬ 양배추나물⑤⑥	백미밥 달걀찜국①⑤⑥ 어묵감자채볶음 ⑤⑥ 느타리버섯나물	수수밥 물만둣국 ①⑤⑥⑩ 돈육데리야끼조림 ⑤⑥⑩	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 맛살전①⑤⑥⑧ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨	

		그①②⑤ 배추김치⑨ (저녁간식) 두유⑤	깍두기⑨ (저녁간식) 신선과일(방울토 마토12	⑤⑥ 깍두기⑨ (저녁간식) 시리얼&우유②	파프리카무침 ⑤⑥ 깍두기⑨ (저녁간식) 신선과일(바나나)	(저녁간식) 마시는요구르트 ②	
	변동사항 (대체식품)						
	칼로리 단백질 칼슘	635/26 569/24	600/21 375/20	749/29 489/16	612/23 448/22	596/21 482/18	

3 주 차	일자/요일	10일(월)	11일(화)	12일(수)	13일(목)	14일(금)	15일(토)
	오전간식	신선과일(방울토마토12)	시리얼&우유②	경기지원과일(포도)	당근치즈죽②	신선과일(수박)	
	점심	수수밥 미역국⑤⑥ 소고기단호박조림⑤⑥⑩ 표고버섯볶음⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 다시마무채국⑤⑥ 돈육가지볶음⑤⑥⑩ 우영조림⑤⑥ 배추김치⑨	굴소스달걀채소덮밥①⑤⑥⑧ 어묵국⑤⑥ ★콩나물잡채⑤⑥ 깍두기9	백미밥 근대된장국⑤⑥ 돈가스&소스①⑤⑥⑩ 푸실리샐러드②⑤⑥⑫ 배추김치⑨	백미밥 안매운닭개장⑤⑥⑮ 동그랑땡①⑤⑥⑩ 잔멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨	* 광 복 절 *
	오후간식	빵(올리브치아바타①②⑤⑥)&우유②	★간장비빔국수⑤⑥	핫도그①②⑤⑥⑩	찐고구마&우유②	과일화채②	
	저녁	백미밥 ★오징어묵국⑤⑥⑰ 연두부&양념장⑤⑥ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨ (저녁간식) 떠먹는요구르트②	백미밥 팽이버섯장국⑤⑥ 소고기양념구이⑤⑥⑮ 새콤미역무침 깍두기⑨ (저녁간식) 신선과일(방울토마토12)	백미밥 감장국⑤⑥ 돈육사태찜⑤⑥⑩ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨ (저녁간식) 두유⑤	콩나물밥&양념장⑤⑥ 김빔국 달걀말이①⑤ 깍두기⑨ (저녁간식) 신선과일(포도)	흑미밥 황태채국⑤⑥ 너비아니피망조림⑤⑥⑩⑮ 오이무침⑤⑥ 깍두기⑨ (저녁간식) 시리얼&우유②	
	변동사항 (대체식품)						
	칼로리 단백질 칼슘	617/27 396/17	647/27 481/18	588/21 432/21	720/27 390/13	520/25 549/19	
4 주 차	일자/요일	17일(월)	18일(화)	19일(수)	20일(목)	21일(금)	22일(토)
	오전간식		마시는요구르트②	경기지원과일(포도)	김가루채소죽	경기지원과일(멜론)	치즈②&채소스틱
	점심	*대체공휴일*	수수밥 콩나물국⑤⑥ 훈제오리구이 치커리사과무침⑤⑥ 깍두기⑨	소고기버섯영양밥⑤⑥⑮ 송늬 청포묵김무침⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 순두부국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑩ 양배추찜&쌈장⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 아욱된장국⑤⑥ ★가자미카레구이⑤⑥ 브로콜리무침 깍두기⑨	맛살채소볶음밥①⑤⑥⑧ 송늬 배추김치9
	오후간식		애호박채전①⑤⑥	잼치즈샌드위치①②⑤⑥&우유②	삶은달걀①&보리차	찐감자&우유②	시리얼&우유②

	저녁		백미밥 청경채된장국 ⑤⑥ 돈육토마토볶음 ⑤⑩⑫ 밥새우조림 ⑤⑥⑨ 배추김치⑨ (저녁간식) 신선과일(참외)	훈제오리브로콜 리볶음밥⑤⑥ 다시마양파국 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨ (저녁간식) 미숫가루⑤&우 유②	수수밥 시래기된장국 ⑤⑥ 소고기청포묵볶 음⑤⑥⑩ 꼬마새송이버섯 조림⑤⑥ 깍두기⑨ (저녁간식) 신선과일(포도)	흑미밥 안매운돈육들깨 감자탕⑤⑥⑩ 숙주나물무침 ⑤⑥ 김자반5.6 깍두기9 (저녁간식) 마시는요구르트2	
	변동사항 (대체식품)						
	칼로리 단백질 칼슘		540/24 422/19	599/21 442/22	635/30 418/21	514/24	

5 주 차	일자/요일	24일(월)	25일(화)	26일(수)	27일(목)	28일(금)	29일(토)
	오전간식	신선과일(포도)	미숫가루⑤&우유②	경기지원과일(복숭아11)	소고기양파죽⑤⑥⑬	신선과일(수박)	두유⑤
	점심	흑미밥 황태채국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 건새우된장국⑤⑥⑨ 소고기파프리카볶음⑤⑥⑬ ★진미채조림⑤⑥⑬ 배추김치⑨	유부채소볶음밥⑤⑥ 감자양파국⑤⑥ 어묵우영채조림⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 ★채소당면국⑤⑥ 돈육버섯조림⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 애호박된장국⑤⑥ 참치채소전①⑤⑥ 새콤오이무침⑤⑥ 깍두기⑨	닭살짜장밥⑤⑥⑩⑮ 모듬버섯국⑤⑥ 배추김치⑨
	오후간식	빵(잼샌드위치①②⑤⑥)&우유②	★숙갓우동⑤⑥	바나나&우유②	물만두⑤⑥⑩	고구마맛탕⑤&보리차	떠먹는요구르트②
	저녁	차조밥 게맛살달걀국①⑤⑥⑧ 닭살양배추볶음⑤⑥⑮ 얼갈이된장무침⑤⑥ 깍두기⑨ (저녁간식) 떠먹는요구르트②	백미밥 미역국⑤⑥ 안매운마파두부⑤⑥⑩ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨ (저녁간식) 신선과일(포도)	백미밥 다시마무채국⑤⑥ 돼지고기데리야끼구이⑤⑥⑩ 파프리카숙주무침⑤⑥ 배추김치⑨ (저녁간식) 두유⑤	흑미밥 유부된장국⑤⑥ 볼어묵볶음⑤⑥ 양상추샐러드①⑤⑥ 깍두기⑨ (저녁간식) 신선과일(복숭아)	돈육잡채덮밥⑤⑥⑩ 두부새우젓국⑤⑨ 들깨무나물⑤⑥ 배추김치⑨ 시리얼&우유②	
	변동사항 (대체식품)						
	칼로리 단백질 칼슘	614/24	709/31	501/18	631/31	530/24	
6 주 차	일자/요일	31일(월)					
	오전간식	신선과일(방울토마토12)					
	점심	차조밥 콩나물된장국⑤⑥ 돈육채소구이⑤⑩ 근대무침⑤⑥ 배추김치⑨					
	오후간식	빵(후레쉬크림샌드①②⑤⑥)&우유②					
	저녁	백미밥 부추들깨국⑤⑥ 소고기배추볶음⑤⑥⑬ 구이김 깍두기⑨ (저녁간식)					

		미숫가루5&우유 2					
	변동사항 (대체식품)						
	칼로리 단백질 칼슘	603/27 563/22					
기타사항							

원산지 표기	쌀	김치		쇠고기	돼지고기	닭고기
	밥, 죽, 누룽지 국 내산	배추 국내산		국내산 한우	국내산	국내산
		고춧가루 국 내산				
	오리고기	육·수산가공품	콩	수산물		
	훈제오리-국내산	떡갈비-돼지 고기,소고기 (국내산) 핫도그-돼지 고기(국내산) 돈가스-돼지 고기(국내산) 동그랑땡-돼 지고기(국내 산),두부(외 국산) 너비아니-돼 지고기(국내 산) 참치-다랑어 (원양산)	두부,콩비지,연 두부,순두부-국 내산		오징어-국내산 진미채(오징어)-페루,칠레, 중국등	

1. 쌀(밥, 죽, 누룽지), 배추김치, 콩(두부류, 콩비지, 콩국수만 표시), 육류(쇠고기, 돼지고기, 오리고기, 양고기) 및 육가공품(베이컨, 햄, 어묵 등)※ 단, 국내산 쇠고기의 경우 식육의 종류(한우, 육우, 젓소)를 표시해야 합니다.
2. 수산물 12종 : 광어, 우럭, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 낙지, 명태(생태, 동태), 고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조기
3. 20가지 표시는 2017년 1월 1일부터는 20가지 의무표시로 법적 처벌 대상이므로 반드시 원산지를 표기해야 합니다.

◆ 위 식단은 식재수급이 불가능한 사정 등에 따라 동일한 식품군내의 같은 조리법을 가진 다른 식품으로 변경할 수 있고 변경될 시에는 변동사항(대체식품)에 기재함.

고양시립대화소망어린이집