

고양시립대화소망어린이집 2026년 09월 식단표

결재	담당	원장

- 발행처 : 고양시어린이·사회복지급식관리지원센터
□ 발행일 : 2026. 08. 18
□ 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(화)	02일(수)	03일(목)	04일(금)	05일(토)
	오전간식		마시는요구르트 ②	경기지원과일(귤)	달걀양배추죽 ①⑤⑥	신선과일(복숭아 11)	시리얼&우유②
	점심		백미밥 소고기뭇국 ⑤⑥⑬ ★메추리알장조 림①⑤⑥ 가지나물⑤⑥ 깍두기⑨	닭살양파덮밥 ⑤⑥⑬,1 송농 새우탕수⑤⑥9 배추김치⑨	수수밥 근대된장국⑤⑥ 돈육불고기 ⑤⑥⑩ 김자반볶음⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 어묵국⑤⑥ ★소고기당면볶 음⑤⑥⑬ 우영채조림⑤⑥ 배추김치⑨	안매운김치볶음 밥 ⑤⑥⑨⑬ 미소장국⑤⑥ 깍두기⑨
	오후간식		치즈스틱 ①②⑤⑥	후리가케섞음밥 ⑤⑥	단호박범벅①⑤ &보리차	잼샌드위치 ①②⑤⑥ &우유②	두유⑤
	저녁		차조밥 근대된장국⑤⑥ 돈육브로콜리볶 음⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨ (저녁간식) 신선과일(복숭아 11	백미밥 건새우버섯국 ⑤⑥⑨ ★메추리알케첩 볶음 ①⑤⑥⑬ 새콤무생채 배추김치⑨ (저녁간식) 시리얼&우유②	흑미밥 부추두부국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑬ 청경채무침⑤⑥ 깍두기⑨ (저녁간식) 신선과일(귤)	백미밥 콩나물국⑤⑥ 돈육굴소스조림 ⑤⑥⑩⑬ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨ (저녁간식) 마시는요구르트 ②	
	변동사항 (대체식품)						
	칼로리 단백질 칼슘		611/30 469/19	668/24 511/19	634/22 412/24	725/25 440/25	
2 주 차	일자/요일	07일(월)	08일(화)	09일(수)	10일(목)	11일(금)	12일(토)
	오전간식	신선과일(사과)	미숫가루⑤&우 유②	경기지원과일(포 도)	감자당근죽	신선과일(배)	마시는요구르트 ②
	점심	흑미밥 감자양파국⑤⑥ 돈육사태찜 ⑤⑥⑩ 연근깨소스무침 ①⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 아욱된장국⑤⑥ 닭살양념구이 ⑤⑥⑬ 파프리카볶음⑤ 깍두기⑨	소고기숙주볶음 밥⑤⑥⑬ 김팍국 애호박채전 ①⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 모듬버섯국⑤⑥ ★새우살브로콜 리볶음⑤⑥⑨ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 안매운육개장 ⑤⑥⑬ 채소스크램블에 그①⑤ 근대무침⑤⑥ 깍두기⑨	★잔치국수⑤⑥ 유부주먹밥⑤ 배추김치⑨

	오후간식	빵(뜯어먹는치즈 빵①②⑤⑥) &우유②	물만두⑤⑥⑩	★볶음우동⑤⑥	찐고구마&우유 ②	핫케이크 ①②⑤⑥	채소스틱&치즈 ②
	저녁	백미밥 배춧국⑤⑥ ★고등어구이 ⑤⑥⑦ 새콤오이무침 ⑤⑥ 깍두기⑨ (저녁간식) 두유⑤	수수밥 달걀찜국①⑤⑥ 돈육데리야끼조 림⑤⑥⑩ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨ (저녁간식) 신선과일(사과)	백미밥 미역국⑤⑥ 순살닭볶음탕 ⑤⑥⑮ 아욱무침⑤⑥ 깍두기⑨ (저녁간식) 미숫가루⑤&우 유②	차조밥 애호박된장국 ⑤⑥ 소고기채소조림 ⑤⑥⑮ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑨ (저녁간식) 신선과일(포도)	백미밥 ★새우살뭇국 ⑤⑥⑨ 어묵채볶음⑤⑥ 느타리버섯나물 ⑤⑥ 배추김치⑨ (저녁간식) 시리얼&우유②	
	변동사항 (대체식품)						
	칼로리 단백질 칼슘	683/24 458/20	590/29 422/22	600/24 440/23	628/23 501/17	577/19 444/15	

3 주 차	일자/요일	14일(월)	15일(화)	16일(수)	17일(목)	18일(금)	19일(토)
	오전간식	신선과일(토마토 12)	떠먹는요구르트 ②	경기지원과일(복숭아11)	채소치즈죽②	신선과일(바나나)	두유⑤
	점심	백미밥 콩나물국⑤⑥ ★소고기굴소스 조림 ⑤⑥⑬⑱ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨	차조밥 미역국⑤⑥ 훈제오리볶음 ⑤⑥ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	돈육짜장밥 ⑤⑥⑩ 송능 마카로니샐러드 ①⑤ 배추김치⑨	수수밥 황태채국⑤⑥ 두부구이&양념 장⑤⑥ 청경채무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 가지된장국⑤⑥ 순살닭갈비 ⑤⑥⑱ 새콤무생채 배추김치⑨	소고기파인애플 볶음밥⑤⑥⑱ 팽이버섯국⑤⑥ 깍두기⑨
	오후간식	빵(추억의소세지 빵①②⑤⑥⑩) &우유②	모듬채소전 ①⑤⑥	핫도그 ①②⑤⑥⑩	삶은달걀①&우 유②	굿모닝롤 ①②⑤⑥ &크림스프②⑥	떠먹는요구르트 ②
	저녁	차조밥 안매운닭개장 ⑤⑥⑱ 치킨가스&소스 ①⑤⑥ 가지무침⑤⑥ 배추김치⑨ (저녁간식) 떠먹는요구르트 ②	백미밥 실파된장국⑤⑥ 돼지고기깻잎볶 음⑤⑥,10 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨ (저녁간식) 신선과일(토마토 ⑫)	훈제오리덮밥 ⑤⑥ 들깨양파국⑤⑥ 파프리카무침 ⑤⑥ 깍두기⑨ (저녁간식) 두유⑤	수수밥 감자국⑤⑥ 간장돈육볶음 ⑤⑥⑩ 새송이버섯나물 ⑤⑥ 깍두기⑨ (저녁간식) 신선과일(복숭아 11)	백미밥 만둣국①⑤⑥⑩ 두부조림⑤⑥ 꽃맛살오이무침 ①⑤⑥⑧ 깍두기⑨ (저녁간식) 마시는요구르트2	
	변동사항 (대체식품)						
	칼로리 단백질 칼슘	713/28 530/29	614/22 438/20	656/20 409/18	695/28 404/20	533/24 512/21	
4 주 차	일자/요일	21일(월)	22일(화)	23일(수)	24일(목)	25일(금)	26일(토)
	오전간식	신선과일(키위)	시리얼&우유②	신선과일(멜론)			
	점심	수수밥 콩가루배춧국 ⑤⑥ ★가자미구이 ⑤⑥ 감자당근채볶음 ⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 닭곰탕⑱ 너비아니조림 ⑤⑥⑩⑱ 부추사과무침 ⑤⑥ 배추김치⑨	삼색나물비빔밥 ⑤⑥ 애호박전국⑨ 맛살달걀찜 ①⑤⑥⑧ 깍두기⑨			
	오후간식	빵(카스테라 ①②⑤⑥) &우유②	★라구소스스파 게티 ②⑤⑥⑫⑱	유과①②⑤⑥& 우유②			
	저녁	흑미밥 소고기탕국 ⑤⑥⑱ ★달걀장조림 ①⑤⑥ 김자반볶음 깍두기⑨	돈육카레라이스 ⑤⑥⑩ 유부장국⑤⑥ 양상추샐러드& 드레싱 배추김치⑨ (저녁간식) 신선과일(키위)	백미밥 부추된장국⑤⑥ 닭살양념구이 ⑤⑥⑱ 무나물⑤⑥ 배추김치⑨ (저녁간식)			

		(저녁간식) 시리얼&우유②		마시는요구르트 ②			
	변동사항 (대체식품)						
	칼로리 단백질 칼슘	596/27 552/22	749/26 416/17	484/19 463/26			

5 주 차	일자/요일	28일(월)	29일(화)	30일(수)			
	오전간식	신선과일(사과)	미숫가루⑤&우유②	경기지원과일(배)			
	점심	백미밥 무채된장국⑤⑥ 순살닭볶음탕⑤⑥⑬ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	차조밥 버섯국⑤⑥ 간장돈육볶음⑤⑥⑩ 양배추찜&쌈장⑤⑥ 깍두기⑨	마파두부덮밥⑤⑥⑩ 송능 물만두⑤⑥⑩ 배추김치⑨			
	오후간식	빵(슈크림빵①②⑤⑥) &우유②	감자버터구이②&보리차	잔치국수⑤⑥			
	저녁	차조밥 순두부국⑤⑥ 참치채소전①⑤⑥ 숙주무침⑤⑥ 배추김치⑨ (저녁간식) 떠먹는요구르트②	닭살당근볶음밥⑤⑥⑬ 다시마양파국 오이나물⑤⑥ 깍두기⑨ (저녁간식) 신선과일(사과)	백미밥 양배추된장국⑤⑥ 돈육파프리카볶음⑤⑥⑩ ★청포묵김무침⑤⑥ 깍두기⑨ (저녁간식) 시리얼&우유②			
	변동사항 (대체식품)						
	칼로리 단백질 칼슘	637/26 498/29	557/24 371/18	621/20 560/23			
기타사항							

원산지 표기	쌀	김치		쇠고기	돼지고기	닭고기
	밥, 죽, 누룽지 국내산	배추 국내산		국내산 한우	국내산	국내산
		고춧가루 국내산				
	오리고기	육·수산가공품	콩	수산물		
	훈제오리-국내산	치킨가스-닭고기(국내산) 핫도그-돼지고기(국내산) 너비아니-돼지고기(국내산) 참치-다랑어(원양산)	두부,연두부,순두부-국내산	고등어-국내산		

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