

원산지 표시	밥	죽	누룽지	두부,비지	배추	고춧가루	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	명태·통태 러시아산	오징어	고등어
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	한우	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	식육·어육가공품												
	햄(샌드위치용)												
표시	치킨너겟(생일식단)			떡갈비			돈까스				어묵합바/불어묵/어묵		
	닭고기: 국산			쇠고기: 국산 돼지고기: 국산			돼지고기: 국산 닭고기: 국산		돼지고기: 국산		연육일경우제외		
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③매일 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴·홍합·전복 등) ⑲잣 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. ※ 카레·짜장·하이라이스 가루 및 소스류는 사용하는 제품에 따라 우유, 토마토, 닭고기, 소고기 등이 포함되어 있으므로, 식단표 확인 후 그외 추가로 사용되는 식재료는 알레르기 번호를 별도로 확인하여 표기 후 제공해주시기 바랍니다.												

♥ 만 1 - 2 세 여 름 방 학 식 단 ♥

과일(사과) or 당일오전간식	과일(바나나) or 당일오전간식	과일(참외) or 당일오전간식	과일(오렌지) or 당일오전간식	과일(수박) or 당일오전간식
백미밥 미역국5,6 쇠고기매추리알조림1,5,6,16 숙주나물무침5,6 배추김치9 빵류(카스테라)1,2,5,6 &유제품(우유)2	달걀볶음밥1,5,6 팽이장국5,6 연두부&양념장5,6 배추김치9 찜만두5,6,10	쇠불고기뎡밥5,6,16 묵국5,6 배추김치9 요구르트2 (+잔멸치볶음5,6) 찜고구마&보리차	백미밥 채소스프2,5,6,15,16 함박스테이크1,5,6,10,12,16 배추김치9 시리얼5,6&유제품(우유)2	짜장밥2,5,6,12,15,16 어묵국5,6 단무지무침5,6,13 (+스크램블에그1,2,5) 빵류(마들렌)1,2,5,6 &유제품(우유)2
373	410	406(+33)	592	656(+46)
14	16	10(+4)	12	18(+3)

♥ 만 1 - 2 세 여 름 방 학 식 단 ♥

과일(사과) or 당일오전간식	과일(바나나) or 당일오전간식	과일(참외) or 당일오전간식	과일(오렌지) or 당일오전간식	과일(수박) or 당일오전간식
백미밥 콩나물국5,6 소시지채소볶음5,6,10,15,16 김자반5,6 배추김치9 빵류(크로와상)1,2,5,6 &유제품(우유)2	유부초밥5,6 잔치국수5,6 배추김치9 미니핫도그1,2,5,6,10	돈육데리야끼볶음밥5,6,10 부추맑은국5,6 감자고로케1,5,6 배추김치9 찜옥수수&보리차	백미밥 양송이스프2,5,6,15,16 치킨까스1,5,6,10,12,15 배추김치9 (+양상추샐러드&드레싱1,2,5,6) 시리얼5,6&유제품(우유)2	안매운마파두부뎡밥5,6,10 우동장국5,6 배추김치9 요구르트2 (+김구이5,6) 빵류(치즈빵)1,2,5,6 &유제품(우유)2
372	419	404	407(+29)	444(+12)
10	12	14	11(+1)	15(+1)

방학식단 추가 원산지

원산지표시	소시지				함박스테이크		치킨까스		어묵	
	돼지고기:	닭고기:	쇠고기:	쇠고기:	돼지고기:	돼지고기:	닭고기:	닭고기:	연육일경우제외	연육일경우제외
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴·홍합·전복 등) ⑳참									

※아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

※ 방학 식단 사용 시 추가 원산지 작성 칸에 꼭 원산지를 기재해 주시고 함께 게시해주시기 바랍니다.

《 식단이용 안내사항 》

■ 영양섭취기준

연령 / 구분	만 1~2세	만3~5세	• 양주시 어린이급식관리지원센터는 "2025년 어린이급식관리지원센터 식단운영 관리지침"에 따라 식단 작성 • 에너지 구성 비율(오전 간식 8%, 점심 28%, 오후 간식 10%) : 만 1~2세의 경우 414kcal 내외, 만 3~5세의 경우 644kcal 내외로 제공
총 열량(kcal)	900	1,400	
단백질(g)	20	25	

■ 식단 변경 안내

식단감수	감수신청기간	■ 아동복지시설: 매월 6일~11일 ■ 어린이집·유치원: 매월 20일~26일 ※ 기간 초과하여 접수 시 감수 불가
	감수신청방법	■ 양식에 맞게 식단감수요청서를 작성하시어 센터 메일로 발송 ■ 전화: 031-860-5250, 메일: foodyangju@ccfsm.or.kr ■ 같은 식품군·같은 조리방법 내에서 메뉴를 변경하여 사용하는 경우 (예: 쇠고기장조림 → 돈육장조림) ※ 한 달 식단 기준 10일까지 같은 식품군·같은 조리 방법 내 자체적으로 변경 가능
	감수가 필요하지 않은 경우	■ 기존 식단에서 추가 메뉴를 제공 하는 경우 (인스턴트나 가공식품, 고열량·저열량 식품의 추가제공 제외) ■ 센터에서 제공하는 견학식단·생일식단·방학식단을 변경 없이 통째로(오전간식·점심·오후 간식) 사용 하는 경우
	감수가 필요한 경우	■ 오전간식·점심·오후간식 메뉴를 다른 날짜와 통째로(견학식단·생일식단·방학식단·외부음식·도시락 제외) 변경 하여 사용하는 경우

대체가능 식품	식자재 수급 사정에 따라 같은 식품군내에서 조리법 변경 없이 변동하여 사용하실 수 있습니다. (1달 10일 이내) (그 외, 임의로 식단을 변경 사용하실 경우 센터로고 사용이 불가능함)	
	밥	밥은 잡곡 종류로 시설에서 구매 가능 한 어느 잡곡이나 사용하셔도 됩니다.
	국	채소국 호박국, 근대국, 감자부춧국, 열무된장국, 미역국, 콩나물국, 김치국 등
		고깃국 소고기뭇국, 육개장, 닭개장, 북어채뭇국, 황태채뭇국, 어묵국, 오징어뭇국 등
	주반찬	육류 쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기 등
		어류 삼치, 고등어, 가자미, 대구, 임연수 등
	알류 및 콩류	달걀, 메추리알, 두부
	부반찬	오이, 애호박, 주키니, 양파, 근대, 부추, 감자, 양상추, 가지, 피망, 노각, 열무, 양배추, 고구마순 등
	김치	얼갈이 겉절이, 오이소박이, 백김치, 배추김치, 깍두기
	과일	참외, 수박, 복숭아, 자두, 토마토, 포도, 바나나, 사과, 배, 딸기, 귤 등
대체가능 식품	떡	시루떡, 바람떡, 백설기, 증편, 꿀떡 등
	빵	소보로, 슈크림빵, 도넛, 머핀, 롤케이크, 식빵, 단팥빵 등
	견과류	견과류 알레르기가 있는 영유아는 비슷한 모양의 견과일로 대체
	우유	우유 알레르기가 있는 어린이는 두유로 대체

■ 원산지표시 미표시 및 표시방법 위반 시 과태료 부과

농축산물	①쌀(밥, 죽, 누룽지) ②배추김치9(배추, 고춧가루) ③쇠고기 ④돼지고기 ⑤닭고기 ⑥오리고기 ⑦양(염소, 산양)고기 ⑧콩(가공두부, 유바제외), 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩 ※ 배추김치9를 직접 담가 사용하는 경우 배추, 고춧가루 원산지 각각 표기 [예: 배추김치9(배추: 국내산, 고춧가루: 국내산)]
수산물	①넙치 ②조피볼락 ③참돔 ④미꾸라지 ⑤뱅장어 ⑥낙지 ⑦명태(통태, 코다리) ⑧고등어 ⑨갈치 ⑩참조기 ⑪오징어 ⑫꽃게 ⑬다랑어 ⑭아귀 ⑮주꾸미 ⑯가리비 ⑰우렁챙이(명게) ⑱방어 ⑲전복 ⑳부세
식육·어육 가공식품	동그랑땡, 베이컨, 햄, 소시지, 함박스테이크, 떡갈비, 너비아니, 완자전, 해물완자전, 미트볼, 어묵, 맛살, 핫바, 치킨, 치킨텐더, 치킨너겟, 돈까스, 생선까스 등

♥생일식단♥			♥견학식단♥		
과일(사과) or당일오전간식	과일(바나나) or당일오전간식	과일(사과) or당일오전간식	과일(바나나) or당일오전간식	과일(사과) or당일오전간식	과일(바나나) or당일오전간식
백미밥 미역국5,6 치킨너겟1,5,6,15 잡채5,6 배추김치9	백미밥 미역국5,6 쇠불고기5,6,16 콩나물무침5,6 배추김치9	백미밥 미역국5,6 돼지갈비찜5,6,10 탕평채5,6 배추김치9	김밥1,5,6,10,15 과일(배) 과일주스(사과주스)	달걀볶음밥1,5,6 과일(바나나) 과일주스(포도주스)	쇠고기채소주먹밥 5,6,16 치킨너겟1,5,6,15 과일(사과)
생일케이크1,2,5,6 &유제품(우유)2	생일케이크1,2,5,6 &유제품(우유)2	생일케이크1,2,5,6 &유제품(우유)2	유제품(우유)2 or당일오후간식	유제품(우유)2 or당일오후간식	유제품(우유)2 or당일오후간식
502	464	452	396	392	412
12	15	12	11	9	10

※ 콩나물무침은 원 사정에 맞추어 같은 식품군의 다른 나물로 조리방법 변경 없이 대체하여 사용하실 수 있습니다. (예시: 시금치무침)
 ※ 급식소에서 조리한 음식을 외부로 이동하여 배식하지 않도록 해주시고, 외부에서 식사가 필요한 경우는 일반음식점 또는 식품제조가공업에서 구입한 완제품(도시락, 빵, 주스 등) 도는 가정도시락 지참하여 제공할 수 있습니다. (외부음식 제공 동의서를 받아주시기 바랍니다.)
 ※ 생일식단, 견학식단, 방학식단, 신학기식단은 원 사정에 맞게 선택하여 사용해 주시고 메뉴변경을 원할 경우에는 식단감수를 하시기 바랍니다.
 ※ 제공 드린 센터 식단에 추가되는 가공식품원산지는 식단표에 추가하여 작성해주시기 바랍니다. [견학식단 및 방학식단 (예시: 햄 돼지고기:국내산)]

식단감수 확인서

시설명	신동아어린이집	전화번호	031-829-8291
		팩스번호	031-829-8291
감수자	강주은	전화번호	031-860-5250
팩스번호	031-860-5255	메일	foodyangju@ccfsm.or.kr

감수 확인 내용 (일반혼합형 만1-2세, 만3-5세)

날 짜	변경사항	감수 확인
7/24	오후간식	감수허용

영양사 의견

1. 중복 식자재 : 식단 변경 후 식자재가 비슷한 부분이 있으나, 어린이집 특성에 따라 감수하였습니다.
2. 열량 : 식단 변경 후 열량을 계산해본 결과 아이들이 영양가를 충분히 섭취할 수 있습니다.
3. 단백질 : 아이들이 하루에 섭취해야하는 단백질량과 식단 변경 후 단백질을 비교해 본 결과 비슷하여 아이들이 하루 필요한 단백질을 충분히 섭취 가능합니다.
4. 요청하신 식단 24일 점심은 외부도시락으로 감수에 포함되지 않아 확인서에 기재하지 않았습니다.
'외부음식'의 경우 학부모에게 미리 동의를 구하고, 실제로 제공되는 메뉴 및 알레르기번호를 정확하게 기재한 후 식단표 배부 해주시기 바랍니다.
5. 식단감수를 받으신 후 식단표에 *변경된표시(양주시어린이급식관리지원센터 감수확인받음) 삭제 없이 게시 및 배부하시기 바랍니다.

<변경된 식단에 대해 첨부된 식단표를 꼭 확인해주세요!>

위 내용을 확인하여 감수하였습니다.

2026년 06월 26일

양주시어린이사회복지급식관리지원센터

