

2026년 8월 삼성직장어린이집 공동식단표

담당	원장

일자 / 요일		3(월)	4(화)	5(수)	6(목)	7(금)
첫 째 주	오전 간식	양송이스트프②⑤⑥⑧⑩ 핑거스틱①②⑤⑥/사과	곤드레식음밥⑤④ 배추김치⑨	얼갈이된장국밥⑤④ 배추김치⑨	단호박죽② 토마토⑩	게살식음밥⑤④⑧ 배추김치⑨
	점 심	쌀밥 유부된장국⑤④ 꾸꾸미새우볶음⑤④⑨ (꾸꾸미:베트남산) 우영조림⑤④ 도라지오이들깨볶음⑤④ 배추김치⑨	수수밥 순살등뼈탕⑤④⑥(돼지고기:국내산) 매추리알장조림①⑤④ 건파래자반 청경채나물 배추김치⑨	참쌀밥 콩나물국⑤④ 소고기공식채볶음⑤④⑥ (소고기/육우:국내산) 도토리묵무침⑤④ 브로컬리숙회 배추김치⑨	기장밥 우거지국⑤④ 코다리조림⑤④(명태:러시아산) 미역줄기볶음⑤④ 양배추해산장볶음⑤ 배추김치⑨	쌀밥 백김치국⑨ 치킨까스①⑤④⑥(닭고기:국내산) &허니머스타드①⑤ 노각볶음⑤ 마카로니무침①⑤ 배추김치⑨
	오후 간식	치즈야채전②⑤ 우유②	로제파스타②⑤④⑥⑧⑩⑥ 우유②	삼색صل만두②⑤④⑥⑩④ 우유②	강황탕수육⑤④⑥⑩(돼지고기:국내산) 우유②	찐감자& 슬라이스치즈② 우유②
	추가 간식	액상요쿠르트②(1세:우유②)	액상요쿠르트②	액상요쿠르트②(1세:우유②)	액상요쿠르트②	액상요쿠르트②(1세:우유②)
	저 녀 식	달걀숙주섬음밥⑤④⑥(달고기:국내산) 배추김치⑨	육개장⑤④(소고기/육우:국내산) 배추김치⑨/바나나	미트볼덮밥⑤④⑥(돼지고기:국내산) 배추김치⑨/배	두부피망성음밥⑤④(두부/콩:국내산) 배추김치⑨/참외	김가루채썬음밥⑤④ 배추김치⑨/참외
	열량/단백질/칼슘	865.1/36.5/385.9	929.7/54.1/347.9	767.4/33.4/408.4	937.0/33.4/491.8	976.0/36.2/371.4
일자 / 요일		10(월)	11(화)	12(수)	13(목)	14(금)
둘 째 주	오전 간식	누룽지죽 배추김치⑨/참외	유부석음밥⑤④ 배추김치⑨ <포도>	어묵국밥①⑤④ 배추김치⑨	간장야채버섯음밥②⑤④ 배추김치⑨	소고기미역죽⑤④(소고기/육우: 국내산)/배추김치⑨/수박
	점 심	쌀밥 차돌된장국⑤④⑥⑩ (두부/콩:국내산)(소고기/육우:국내산) 토마토계란볶음①⑤④ 감자채볶음⑤ 애호박무침⑤ 배추김치⑨	차조밥 오징어국⑤④⑥(오징어:국내산) 소불고기⑤④⑥(소고기/육우:국내산) 숙주나물 올방개국&양념장⑤④ 배추김치⑨	하이라이스②⑤④⑥⑩⑤④⑥ 얼갈이국⑤④ 한입떡갈비⑤④⑥(돼지고기:국내산) 비타민나물 유기농주스 배추김치⑨	참쌀밥 돈개장⑥(돼지고기:국내산) 온두부⑤(두부/콩:국내산) 멸치유자청조림 느타리버섯볶음⑤ 배추김치⑨	쌀밥 한방달걀탕⑤(달고기:국내산) 동태전①⑤④(명태:러시아산) 고사리나물⑤④ 취나물볶음⑤ 배추김치⑨
	오후 간식	짜장면②⑤④⑥⑩⑥④ 우유②	찐고구마 우유②	프렌치토스트①②⑤④ 우유②	잡채⑤④ <메론> 우유②	촉촉한딸기케익①②⑤④ 우유②
	추가 간식	액상요쿠르트②(1세:우유②)	액상요쿠르트②	액상요쿠르트②(1세:우유②)	액상요쿠르트②	액상요쿠르트②(1세:우유②)
	저 녀 식	새우살마늘식음밥⑤④⑥ 배추김치⑨	들깨미역국밥 배추김치⑨	훈제오리식음밥⑤④(훈제오리:국내산) 배추김치⑨/토마토	양지배추국밥⑤④(소고기/육우: 국내산)/배추김치⑨/오렌지	돈까스덮밥⑤④⑥(돼지고기:국내산) 배추김치⑨
	열량/단백질/칼슘	782.3/31.9/374.7	794.5/32.2/334.3	934.3/31.8/352.7	832.9/30.8/455.3	893.4/35.2/250.1
일자 / 요일		17(월)	18(화)	19(수)	20(목)	21(금)
셋 째 주	오전 간식		크림스프②⑤④⑥⑩⑥ 크루통②⑤④/바나나	깍두기치즈식음밥②⑤④ 배추김치⑨	연두부계란국밥①⑤④(두부/콩: 국내산)/배추김치⑨<복숭아>	뿌리채소식음밥⑤④ 배추김치⑨
	점 심	대체공유일	기장밥 소고기무국⑤④⑥ (소고기/육우:국내산) 카레달걀소볶음②⑤④⑥⑩⑥④ (달고기:국내산) 명엽채조림⑤④ 실곤약숙채무침⑤ 배추김치⑨	쌀밥 아욱국⑤ 돼지갈비찜⑤④⑥(돼지고기:국내산) 참나물볶음 감자조림⑤④ 배추김치⑨	시래기영양밥⑤④⑥ (소고기/육우:국내산) 모듬버섯국 환어묵조림⑤④ 가지나물 구이김 배추김치⑨	보리밥 어린이청국장⑤④ 가자미구이⑤④ 다시마튀각 콩나물무침⑤ 배추김치⑨
	오후 간식		잔치국수⑤④ 우유②	시리얼⑤ 우유②/수박	야채튀김⑤④ 우유②	단호박찜 우유②
	추가 간식		액상요쿠르트②	액상요쿠르트②(1세:우유②)	액상요쿠르트②	액상요쿠르트②(1세:우유②)
	저 녀 식		크래미쉬음밥①⑤④⑥⑩ 배추김치⑨	대구살국밥⑤④ 배추김치⑨	신학기준비기간	신학기준비기간
	열량/단백질/칼슘		889.5/32.6/282.4	727.6/27.2/336.3	730.7/30.9/322.6	752.9/31.0/298.4
일자 / 요일		24(월)	25(화)	26(수)	27(목)	28(금)
넷 째 주	오전 간식	누룽지죽 배추김치⑨/사과	하와이안식음밥⑤④ 배추김치⑨ <포도>	근대된장국밥⑤④ 배추김치⑨	영양닭죽⑤(닭고기:국내산) 배추김치⑨/오렌지	만둣국밥②⑤④⑥⑩⑥ 배추김치⑨
	점 심	쌀밥 들깨무국⑤ 제육볶음⑤④⑥(돼지고기:국내산) 양배추쌈장무침⑤④ 진미채볶음⑤④⑥(오징어:패루산) 배추김치⑨	흑미밥 미소장국⑤ 훈제오리단호박볶음⑤④⑥ (오리고기:국내산) 쌈무⑤ 갯잎순나물⑤④ 배추김치⑨	짜장밥②⑤④⑥⑩⑥④ (소고기/육우:국내산) 새우튀김①⑤④⑥⑩⑥ 오이뽕두리⑤ 청결주스 배추김치⑨	쌀밥 연포탕⑤(낙지:베트남산) 계란찜① 삼색나물볶음⑤ 청포묵무침⑤④ 배추김치⑨	수수밥 미역국⑤ 두부가지장찜⑤④⑥(두부/콩:국내산) 오징어야채볶음⑤④⑥(오징어:국내산) 비름나물 배추김치⑨
	오후 간식	고구마맛탕⑤ 우유②	영양진밥①②④ 우유②	우동①②⑤④⑥⑩ 우유②/토마토⑩	호박채전⑤④ 우유②	후레쉬버민①②⑤④ 우유②
	추가 간식	액상요쿠르트②(1세:우유②)	액상요쿠르트②	액상요쿠르트②(1세:우유②)	액상요쿠르트②	액상요쿠르트②(1세:우유②)
	저 녀 식	소고기양송이식음밥⑤④⑥ (소고기/육우:국내산)/배추김치⑨	오징어콩나물국밥⑤④⑥ (오징어:국내산)/배추김치⑨	돈불고기덮밥⑤④⑥ (돼지고기:국내산)/배추김치⑨	소고기국밥⑤④(소고기/육우:국내산) 배추김치⑨	참치마요덮밥①(참치/다량어:원양산) 배추김치⑨/참외
	열량/단백질/칼슘	819.1/33.9/298.8	829.7/25.7/346.2	778.3/23.2/342.4	762.3/33.3/317.6	903.2/36.6/401.3
일자 / 요일		31(월)				
다 섯 째 주	오전 간식	양파스프②⑤④⑥⑩⑥ 모닝빵①②⑤④/배	•식단의 특정식품 알레르기가 있는 아동은 사전에 담임교사에게 알려주시기 바랍니다 •알레르기 아동에게 대체식 또는 유발식품을 제외한 제거식 제공 「육류-연두부, 채소-김」 【알레르기 유발식품 19가지 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 홍합, 전복 포함) ⑲잣⑳기타】 •대체식/제거식은 빨간색으로 표기 / 건강과일 <과일명>으로 표기 •영아반은 김치류 제공 시 백김치로 대체/ 소스류는 제공되지 않습니다. •열량표기는 오전간식,중식,오후간식만 포함되어 있습니다. •어린이집에서는 「쌀(밥, 죽, 누룽지 포함):국내산」, 「현미, 흑미, 참쌀(참쌀가루):국내산」, 「배추김치(배추:국내산, 고춧가루:국내산 / 배추김치로 조리한 반찬, 찌개, 탕 및 겉절이, 백김치 포함): 국내산」, 「대체식 연두부(두부/콩:국내산)」을 사용합니다. •위 식단은 직장 삼성어린이집 공동식단이며, 식단 및 원산지는 식자재 수급 현황에 따라 변동이 생길 수 있습니다.			
	점 심	쌀밥 애호박된장국 달걀비⑤④⑥(달고기:국내산) 꽃맛살볶음①②⑤④⑥⑩ 무나물 배추김치⑨				
	오후 간식	들기름비빔국수③⑤④ 우유②				
	추가 간식	액상요쿠르트②(1세:우유②)				
	저 녀 식	마파두부덮밥⑤④(두부/콩:국내산) (돼지고기:국내산)/배추김치⑨				
	열량/단백질/칼슘	865.1/31.4/295.8				