



2026년 7월 영양식단 (만 0~2세)

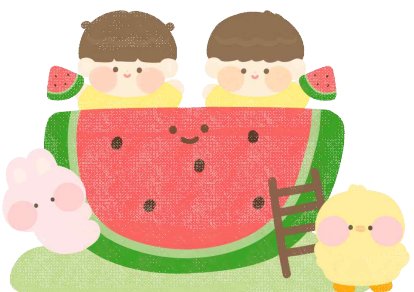
1주차				
오전간식				
점심				
오후간식				
열량/단백질				
원산지 표시				
2주차	6(월)	7(화)	8(수)	9(목)
오전간식	근대된장죽5,6	새우살치즈죽2,9	수박	천도복숭아
점심	백미밥 달걀국수15 데리야끼두부조림5,6 상추무침5,6 백김치9	차조밥 도토리묵국 임연수국5,6 노각무침 백김치9	콩나물밥&양념장5,6 어묵국5,6 쇠고기연근조림5,6,16 백김치9 마시는요거트2	기장밥 달걀부추국1 오리주물럭5,6 새콤무생채 백김치9
오후간식	소보로1,2,5,6,유기농우유2	우동5,6	치즈핫도그1,2,5,6, 보리차	참치채소전1,5,6, 보리차
열량/단백질	453/17	466/22	531/24	524/22
원산지 표시	닭고기: 국내산 두부(콩): 국내산	가다랑어: 원양산	연두부(콩): 국내산 • 쇠고기: 국내산 한우	오리고기: 국내산 참치(다랑어): 원양산
3주차	13(월)	14(화)	15(수) 초복	16(목)
오전간식	단호박죽	감자우유죽2	수박	연두부죽5
점심	백미밥 순살동태맑은국5,6 돼지고기장조림5,6,10 콩나물무침5 백김치9	백미밥 모듬버섯된장국5,6 쇠고기당면볶음5,6,16 얼갈이나물 백김치9	백미밥 달걀국수15 도토리묵오이무침5,6 백김치9 바나나	백미밥 새우살미역국5,6,9 치킨가스&소스1,5,6,15 매실청양상추무침5,6 깍두기9
오후간식	햇케이크1,2,5,6, 유기농우유2	유부초밥5,6,동굴레차	편만두1,2,5,6,10,15,16,18, 보리차	롤케이크1,2,5,6,유기농우유2
열량/단백질	459/21	490/19	483/20	529/22
원산지 표시	동태: 러시아산 돼지고기: 국내산	• 쇠고기: 국내산 한우	닭고기: 국내산	연두부(콩): 국내산 닭고기: 국내산
4주차	20(월)	21(화)	22(수)	23(목)
오전간식	잔멸치채소죽	브로콜리우유죽2	수박	게살당근죽8
점심	백미밥 쇠고기미역국5,6,16 미니돈가스&소스1,5,6,10,12,16 그린샐러드5,6 백김치9	흑미밥 달걀부추국1 새우살파프리카볶음5,6,9 가지나물5,6 백김치9	카레라이스2,5,6,12,15,16,18 들깨무채국 탕수육&소스5,6,10 백김치9 바나나	차조밥 호박된장국5,6 오리버섯고기5,6 배추나물 백김치9
오후간식	모닝빵&잼2,5,6,유기농우유2	과일화채2,12	치즈스틱1,2,5,6, 보리차	크림소스스파게티2,6,10, 보리차
열량/단백질	466/21	461/21	485/21	532/18
원산지 표시	• 쇠고기: 국내산 한우 돼지고기: 국내산		연두부(콩): 국내산 돼지고기: 국내산	오리고기: 국내산 돼지고기: 국내산
5주차	27(월)	28(화)	29(수)	30(목)
오전간식	미역죽	오트밀치즈죽2	콩나물죽5	양파크림스프2,6
점심	백미밥 게살양파국5,6,8 돼지불고기5,6,10 열무나물 백김치9	기장밥 순살동태맑은국5,6 쇠고기버섯볶음5,6,16 호박나물5 백김치9	백미밥 감자국 달걀데리야끼조림5,6,15 오이나물5 백김치9	수수밥 콩비지찌개5 고등어구이5,6,7 브로콜리깨소스무침1,5 백김치9
오후간식	우유카스텔라1,2,5,6, 유기농우유2	김가루주먹밥5,6,동굴레차	달걀스크램블1,2,5, 유기농우유2	편단호박,보리차
열량/단백질	448/20	513/24	482/24	495/17
원산지 표시	돼지고기: 국내산	동태: 러시아산 • 쇠고기: 국내산 한우	닭고기: 국내산	콩비지: 국내산 고등어: 국내산



원산지 표시	쌀(밥,죽,누룽지, 흑미,잡쌀)	배추	김치	고춧가루	소금(권장)	*경기도 어린이 공급사업으로 주 1회~2회 간식으로 과일이 제공됩니다. (초록색)
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	* 식단제공 :  어린이·사회복지급식관리지원센터 Center for Children and Social Welfare Foodservice Management
알레르기 유발식품	①난류,②유기농우유,③메밀,④땅콩,⑤대두,⑥밀,⑦고등어,⑧계,⑨새우,⑩돼지고기,⑪복숭아,⑫토마토,⑬아황산류,⑭호두,⑮달걀,⑯쇠고기,⑰오징어,⑱조개류(굴,전복,홍합포함), ⑳자 ㉓아황산류는 식품 제조 및 가공 시에 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있어, 별도 표시하지 않았으니 참고하여주시기 바랍니다.					



2026년 7월 영양식단 (만 3~5세)

1주차			1(수)	2(목)	3(금)
오전간식			단호박우유죽2	수박	버섯채소죽
점심			백미밥 연두부국5,6 가지미조림5,6 배추나물 깍두기9	 흑미밥 콩나물국5 쇠고기파프리카볶음5,6,16 김구이5 배추김치9	백미밥 두부새우전국5,9 돼지고기가지볶음5,6,10 호박나물5 배추김치9
오후간식			간장비빔국수5,6, 보리차	잔멸치주먹밥5,6,보리차	달걀스크램블1,2,5, 유기농우유2
열량/단백질			621/28	630/23	619/29
원산지 표시			연두부(콩): 국내산	● 쇠고기: 국내산 한우	두부(콩): 국내산 돼지고기: 국내산
2주차	6(월)	7(화)	8(수)	9(목)	10(금)
오전간식	근대된장죽5,6	새우살치즈죽2,9	수박	천도복숭아	닭살당근죽15
점심	백미밥 닭곰탕15 데리야끼두부조림5,6 상추무침5,6 깍두기9	차조밥 도토리묵국 임연수구이5,6 노각무침 배추김치9	콩나물밥&양념장5,6 어묵국5,6 쇠고기연근조림5,6,16 배추김치9 마시는요거트2	 기장밥 달걀부추국1 오리주물럭5,6 새콤무생채 배추김치9	백미밥 청국장찌개5 쇠불고기5,6,16 양배추나물5,6 깍두기9
오후간식	소보로1,2,5,6,유기농우유2	우동5,6	치즈핫도그1,2,5,6, 보리차	참치채소전1,5,6, 보리차	찐감자,유기농우유2
열량/단백질	604/22	601/27	662/31	688/29	617/29
원산지 표시	닭고기: 국내산 두부(콩): 국내산	가다랑어: 원양산	연두부(콩): 국내산 ● 쇠고기: 국내산 한우	오리고기: 국내산 참치(다랑어): 원양산	두부(콩): 국내산 ● 쇠고기: 국내산 한우
3주차	13(월)	14(화)	15(수) 초복	16(목)	17(금) 제헌절
오전간식	단호박죽	감자우유죽2	수박	연두부죽5	 제헌절
점심	백미밥 순살동태맑은국5,6 돼지고기장조림5,6,10 콩나물무침5 배추김치9	백미밥 모듬버섯된장국5,6 쇠고기당면볶음5,6,16 얼갈이나물 깍두기9	백미밥 달걀속15 도토리묵오이무침5,6 배추김치9 바나나	백미밥 새우살미역국5,6,9 치킨가스&소스1,5,6,15 매실청양상추무침5,6 깍두기9	
오후간식	햇케이크1,2,5,6, 유기농우유2	유부초밥5,6,동굴레차	찐만두1,2,5,6,10,15,16,18, 보리차	케이크1,2,5,6,유기농우유2	
열량/단백질	619/29	636/25	652/28	708/30	
원산지 표시	동태: 러시아산 돼지고기: 국내산	● 쇠고기: 국내산 한우	닭고기: 국내산	연두부(콩): 국내산 닭고기: 국내산	
4주차	20(월)	21(화)	22(수)	23(목)	24(금)
오전간식	잔멸치채소죽	브로콜리우유죽2	수박	게살당근죽8	참깨채소죽
점심	백미밥 쇠고기미역국5,6,16 미니돈가스&소스 1,5,6,10,12,16 그린샐러드5,6 깍두기9	흑미밥 달걀부추국1 새우살파프리카볶음 5,6,9 가지나물5,6 배추김치9	카레라이스 2,5,6,12,15,16,18 들깨무채국 탕수육&소스5,6,10 배추김치9 바나나	 차조밥 호박된장국5,6 오리버섯불고기5,6 배추나물 깍두기9	백미밥 닭곰탕15 떡갈비구이5,6,10,16 매실청양상추무침5,6 깍두기9
오후간식	모닝빵&잼2,5,6,유기농우유2	과일화채2,12	치즈스틱1,2,5,6, 보리차	크림소스스파게티2,6,10 보리차	찐감자,유기농우유2
열량/단백질	627/29	597/27	643/26	673/24	603/30
원산지 표시	● 쇠고기: 국내산 한우 돼지고기: 국내산		연두부(콩): 국내산 돼지고기: 국내산	오리고기: 국내산 돼지고기: 국내산	닭고기: 국내산 돼지고기: 국내산 ● 쇠고기: 국내산 한우
5주차	27(월)	28(화)	29(수)	30(목)	31(금)
오전간식	미역죽	오트밀치즈죽2	콩나물죽5	양파크림스프2,6	닭살채소죽15
점심	백미밥 게살양파국5,6,8 돼지불고기5,6,10 열무나물 배추김치9	기장밥 순살동태맑은국5,6 쇠고기버섯볶음5,6,16 호박나물5 배추김치9	백미밥 감자국 닭살데리야끼조림5,6,15 오이나물5 배추김치9	 수수밥 콩비지찌개5 고등어구이5,6,7 브로콜리개소스무침1,5 배추김치9	백미밥 두부무채국5 쇠고기참스테이크 5,6,12,16 그린샐러드5,6 배추김치9
오후간식	우유카스텔라1,2,5,6 유기농우유2	김가루주먹밥5,6,동굴레차	달걀스크램블1,2,5, 유기농우유2	찐단호박,보리차	핑거브레드1,2,5,6 ,유기농우유2
열량/단백질	605/27	671/32	630/31	647/23	624/24
원산지 표시	돼지고기: 국내산	동태: 러시아산 ● 쇠고기: 국내산 한우	닭고기: 국내산	콩비지: 국내산 고등어: 국내산	두부(콩): 국내산 ● 쇠고기: 국내산 한우

원산지 표시	쌀(밥,죽,누룽지, 흑미,잡쌀)	배추	김치 고춧가루	소금(권장)	*경기도 어린이 공급사업으로 주 1회~2회 간식으로 과일이 제공됩니다. (초록색) * 식단제공 :  어린이·사회복지식관리지원센터 Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management
	국내산	국내산	국내산	국내산	
알레르기 유발식품	①난류,②유기농우유,③메밀,④땅콩,⑤대두,⑥밀,⑦고등어,⑧계,⑨새우,⑩돼지고기,⑪복숭아,⑫토마토,⑬아황산류,⑭호두,⑮닭고기,⑯쇠고기,⑰오징어,⑱조개류(굴,전복,홍합포함), ⑲자른 채소류는 식품 제조 및 가공 시에 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있어, 별도 표시하지 않았으니 참고하여주시기 바랍니다.				

* 식단제공 :  어린이·사회복지급식관리지원센터
Center for Children and Social Welfare Foodservice Management

