2026년 6월 한마음어린이집 영양식단

성남시 어린이급식관리지원센터 Center for Children's Foodservice Management

1주차	1(월)	2(화)	3(수) 지방선거	4(목)	5(금)
오전간식	신선과일(바나나)	단호박치즈죽2		경기도과일(방울토마토)	쇠고기양파죽5,6,16
점심	백미밥 북엇국5,6 닭살채소볶음5,6,15 김자반5 배추김치(백김치)9	백미밥 쇠고기뭇국5,6,16 두부구이&양념장5,6 감자당근조림5,6 배추김치(백김치)9		백미밥 소고기미역국5,6,16 돼지고기우엉볶음5,6,10 숙주나물 배추김치(백김치)9	백미밥 감자수제비국5,6 고등어구이5,6,7 콩나물무침5 깍두기(백김치)9
오후간식	빵(모닝빵&잼1,2,5,6), 우유2	찐만두1,2,5,6,10,15,16,18 보리차		로제소스스파게티 2,5,6,10,12,15,16,18	찐(군)고구마,우유2
열량/단백질	600/29	657/26		614/28	773/28
원산지 표기	닭고기: 국내산	쇠고기: 국내산한우 두부(콩): 국내산		쇠고기: 국내산한우 돼지고기: 국내산	쇠고기: 국내산한우 고등어: 국내산

2주차	8(월)	9(화)	10(수)	11(목)	12(금)
오전간식	신선과일(사과)	감자우유죽2	씨리얼5,6,우유2	경기도과일(멜론)	단호박치즈죽
점심	백미밥 달걀파국1 쇠고기찹스테이크 5,6,12,16 오이사과무침5,6 배추김치(백김치)9	백미밥 어묵국5,6 돼지불고기5,6,10 양배추나물5,6 깍두기(백김치)9	새우살파프리카볶음밥5,6,9 들깨미역국5,6 연두부&양념장5,6 배추김치(백김치)9 신선과일(토마토12)	백미밥 배추된장국5,6 가자미구이5,6 게살브로콜리무침1,5,6,8 깍두기(백김치)9	백미밥 콩나물국5 닭살가지볶음5,6,15 느타리버섯나물5,6 배추김치(백김치)9
오후간식	빵(프렌치토스트1,2,5,6), 우유2	잔치국수1,5,6	치즈스틱1,2,5,6 오렌지주스	유부초밥5,6,마시는요거트 2	미숫가루5,6,우유2
열량/단백질	618/26	694/28	677/27	667/29	658/27
원산지 표기	● 쇠고기: 국내산한우	돼지고기: 국내산	두부(콩): 국내산		닭고기: 국내산

3주차	15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금) 단오
오전간식	신선과일(수박)	들깨두부죽5	떠먹는요거트2	경기도과일(수박)	감자우유죽2
점심	백미밥 미역국5,6 떡갈비구이5,6,10,16 파프리카잡채5,6 배추김치(백김치)9	백미밥 근대된장국5,6 흰살생선전1,5,6 청포묵김가루무침 깍두기(백김치)9	백미밥 감자된장국 오리주물럭5,6 호박나물5 배추김치(백김치)9	백미밥 두부새우젓국5,9 돼지갈비찜5,6,10 숙주나물 배추김치(백김치)9	백미밥 콩가루배춧국5,6 쇠고기당근볶음5,6,16 비타민사과샐러드5,6 깍두기(백김치)9
오후간식	빵(마들렌1,2,5,6),우유2	찐(군)단호박,우유2	크림소스볶음우동2,5,6	순살닭튀김1,2,5,6,15	삶은(구운)달걀1,우유2
열량/단백질	649/21	604/24	642/23	650/30	645/31
원산지 표기	돼지고기: 국내산 ● 쇠고기: 국내산한우	두부(콩): 국내산 흰살생선(동태):원양산	오리고기: 국내산	두부(콩): 국내산 돼지고기,닭고기:국내산	● 쇠고기: 국내산한우

4주차	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)
오전간식	신선과일(참외)	브로콜리크림스프&크루통2,5,6	유아치즈2,당근주스	경기도과일(수박)	찹쌀채소죽
점심	백미밥 북어채콩나물국5 돼지고기양파조림5,6,10 청경채나물 깍두기(백김치)9	백미밥 맑은쇠고기육개장5,6,16 오징어버섯볶음5,6,17 오이무침 배추김치(백김치)9	돼지고기카레라이스 2,5,6,10,12,15,16,18 달걀부추국1 그린샐러드5,6 깍두기(백김치)9 신선과일(사과)	백미밥 호박감자된장국5,6 삼치구이5,6 게살파프리카무침1,5,6,8 배추김치(백김치)9	백미밥 물만둣국 1,2,5,6,10,15,16,18 뼈없는닭갈비5,6,15 양배추나물5,6 깍두기(백김치)9
오후간식	빵(핑거브레드1,2,5,6),우유2	어묵탕5,6	잔멸치주먹밥5,6보리차	치즈핫도그1,2,5,6,우유2	찐(군)고구마,마시는요거트
열량/단백질	600/28	616/30	649/25	644/30	667/24
원산지 표기	돼지고기: 국내산	● 쇠고기: 국내산한우 오징어: 원양산	돼지고기:국내산		닭고기: 국내산

5주차	29(월)	30(화)
오전간식	신선과일(사과)	게살치즈죽2,8
점심	백미밥 열무된장국5,6 너비아니구이5,6,10 감자채당근볶음5 배추김치(백김치)9	백미밥 들깨미역국5,6 찜닭5,6,15 상추사과무침5,6 깍두기(백김치)9
오후간식	빵(머핀1,2,5,6),우유2	오징어양파부추전1,5,6
열량/단백질	631/24	643/28
원산지 표기	돼지고기: 국내산	닭고기: 국내산 오징어: 국내산

원산지표기	쌀(밥,죽,누룽지,흑미,찹쌀)	김치(백김치))		
		배추	고춧가루	소금
	국내산	국내산	국내산	국내산

* 쌀, 김치(백김치))는 매월 동일한 원산지로 제공하는 경우 좌측 칸에 원산지를 표기해주세요.
* 나머지 식품에 대한 원산지 표시는 식단표 '원산지 표기' 칸에 일별로 기입하여, 해당 식단표를 원에 게시하고 어린이 보호자에게도 정확하게 원산지를 공지해주세요.
● 쇠고기는 국내산일 경우, 한우 · 육우 · 젖소 중 해당하는 것을 함께 표기해주세요. 예: 국내산(한우)
* 가공식품 배합비율 3순위 내에 표시대상 식품이 있다면 원산지를 표기해주세요. 예: 어묵(오징어): 페루산