

# 2026년 6월 식단표 (만3-5세)

부산시 어린이급식관리지원센터

	담당	원장
결재		

발행일 : 2026. 5. 15.      오전간식즉석형      영양사 : 이지은, 김연우

일자	1일(월)	2일(화)	3일(수)-지방선거	4일(목)	5일(금)	6일(토)-현충일						
오전간식	잔말치죽 <sup>13</sup>	사과/방울토마토 <sup>12</sup>	<p><b>제9회 전국동시지방선거</b> 소중한 한 표 우리의 미래를 바꿉니다</p>	수박/키즈하이녹즙	어묵명양죽 <sup>5</sup> ⑥	<p><b>현충일</b></p>						
점심	쌀밥 양배추된장국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 쇠고기버섯볶음 <sup>5</sup> ⑬⑭ 오이무침 <sup>13</sup> 배추김치 <sup>13</sup>	참쌀밥 두부새우전국 <sup>5</sup> ⑨⑬ 달걀 <sup>5</sup> ⑥⑬⑮ 들깨나물무침 <sup>5</sup> ⑥⑬ 배추김치 <sup>13</sup>		기장밥 들깨미역국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 돈육짜장볶음 <sup>5</sup> ⑥⑩⑬ 숙주나물무침 <sup>13</sup> 깍두기 <sup>13</sup>	쌀밥 감자황태국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 치즈닭조림 <sup>2</sup> ⑤⑥⑬⑮ 가지볶음 <sup>5</sup> ⑥⑬ 배추김치 <sup>13</sup>							
오후간식	시리얼/우유 <sup>2</sup>	우영주먹밥 <sup>5</sup> ⑥/ 보리차		밤식빵 <sup>1</sup> ②⑤⑥/ 우유 <sup>2</sup>	단호박찜/우유 <sup>2</sup>							
열량(kcal)	608	516	572	551	21.6	23.1	20.6	28.9				
단백질(g)												
일자	8일(월)	9일(화)	10일(수)-국없는날	11일(목)	12일(금)	13일(토)						
오전간식	애호박죽	멜론	근대죽 <sup>13</sup>	토마토 <sup>12</sup> / 키즈하이녹즙	가지죽	견과죽 <sup>4</sup> ⑭						
점심	쌀밥 콩비지찌개 <sup>5</sup> ⑨⑩⑬ 돈육불고기 <sup>5</sup> ⑥⑩⑬ 브로콜리무침 깍두기 <sup>13</sup>	참쌀밥 *오징어탕국 <sup>5</sup> ⑥⑬⑰ (쇠고기탕국 <sup>5</sup> ⑥⑩⑭) 베이컨두부볶음 5⑥⑩⑬⑮ 버섯나물 <sup>13</sup> 배추김치 <sup>13</sup>	계맛살푸팟퐁커리 (계맛살카레라이스) 2⑤⑥⑬⑭⑮ (부추달걀국 <sup>1</sup> ⑬) 돈육장조림 <sup>5</sup> ⑥⑩⑬ 배추김치 <sup>13</sup> 포도주스	기장밥 근대장국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 치킨가스 <sup>1</sup> ⑤⑥⑫⑮ 상추사과무침 <sup>5</sup> ⑥ 깍두기 <sup>13</sup>	쌀밥 들깨무국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 쇠고기청경채볶음 5⑥⑬⑮ 콩나물김무침 <sup>5</sup> 배추김치 <sup>13</sup>	볶음국수 <sup>5</sup> ⑥⑬ 배추김치 <sup>13</sup> 바나나						
오후간식	카스테라 <sup>1</sup> ②⑥/ 우유 <sup>2</sup>	호박채소전 <sup>5</sup> ⑥⑬	바나나/ 짜먹는요구르트 <sup>2</sup>	후리가케주먹밥 <sup>5</sup> ⑥	핫도그 <sup>1</sup> ②⑤⑥⑩⑬/ 우유 <sup>2</sup>							
열량(kcal)	694	406	669	522	693	356	23.8	20.0	29.0	20.0	24.6	7.8
단백질(g)												
일자	15일(월)	16일(화)	17일(수)	18일(목)	19일(금)	20일(토)						
오전간식	장국죽 <sup>5</sup> ⑥⑬⑭	수박	파프리카죽	참외/키즈하이녹즙	치즈감자죽 <sup>2</sup>	황태죽 <sup>13</sup>						
점심	쌀밥 우거지된장국 <sup>5</sup> ⑥⑬ *삼치조림 <sup>5</sup> ⑥⑬ (두부조림 <sup>5</sup> ⑥⑬) 애호박나물 <sup>5</sup> ⑥⑬ 배추김치 <sup>13</sup>	참쌀밥 쇠고기당면국 <sup>5</sup> ⑥⑬⑮ *새우채소전 <sup>1</sup> ③⑥⑨⑬ (달걀채소전 <sup>1</sup> ⑤⑬) 도토리묵무침 <sup>5</sup> ⑥⑬ 배추김치 <sup>13</sup>	기장밥 어묵탕 <sup>5</sup> ⑥⑬ 돈육갈비찜 <sup>5</sup> ⑥⑩⑬ 비름나물무침 <sup>5</sup> ⑥⑬ 깍두기 <sup>13</sup>	기장밥 수제비국 <sup>6</sup> ⑬ *비엔나채소조림 1③⑥⑩⑬ 청경채나물 <sup>5</sup> ⑥ 깍두기 <sup>13</sup>	쌀밥 열무된장국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 닭가슴살숙주볶음 5⑥⑬⑮⑰ 우영조림 <sup>5</sup> ⑥ 배추김치 <sup>13</sup>	숙채비빔밥 <sup>5</sup> ⑥⑬ 버섯맑은국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 배추김치 <sup>13</sup>						
오후간식	삶은달걀/보리차 <sup>1</sup>	잔치국수 <sup>1</sup> ⑤⑥⑬	치즈샌드위치 <sup>2</sup> ⑤⑥/ 우유 <sup>2</sup>	머핀 <sup>1</sup> ②⑥/우유 <sup>2</sup>	찐감자/우유 <sup>2</sup>							
열량(kcal)	461	612	662	668	550	351	23.5	19.0	28.5	22.6	25.3	13.0
단백질(g)												
일자	22일(월)	23일(화)	24일(수)-국없는날	25일(목)	26일(금)-계절밥상	27일(토)						
오전간식	채소죽	수박	무죽 <sup>13</sup>	방울토마토 <sup>12</sup> / 키즈하이녹즙	청경채죽	들깨죽						
점심	쌀밥 쇠고기미역국 <sup>5</sup> ⑥⑬ *두부잡채 <sup>5</sup> ⑥ 멸치조림 <sup>5</sup> ⑥⑬ 배추김치 <sup>13</sup>	참쌀밥 우부장국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 달걀유자청구이 5⑥⑬⑮ 양배추나물무침 <sup>5</sup> ⑥⑬ 깍두기 <sup>13</sup>	쇠고기가지볶음밥 5⑥⑬⑮ (호박양파국 <sup>1</sup> ⑬) 어묵케첩조림 <sup>5</sup> ⑥⑬⑮ 배추김치 <sup>13</sup> 짜먹는요구르트 <sup>2</sup>	기장밥 콩나물국 <sup>5</sup> ⑬ 돈육데리야끼조림 5⑩⑬ 참나물두부무침 <sup>5</sup> 배추김치 <sup>13</sup>	쌀밥 다시마감자국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 훈제오리갯잎볶음 5⑥⑬⑮ 열무나물무침 <sup>5</sup> ⑥⑬ 깍두기 <sup>13</sup>	쌀국수 <sup>5</sup> ⑥⑬ 주먹밥 <sup>5</sup> ⑬ 배추김치 <sup>13</sup>						
오후간식	물만두 <sup>5</sup> ⑥⑩⑬	들기름막국수 <sup>3</sup> ⑤⑥	찐고구마/우유 <sup>2</sup>	시리얼/우유 <sup>2</sup>	마들렌 <sup>1</sup> ②⑥/우유 <sup>2</sup>							
열량(kcal)	548	506	584	531	696	432	24.0	23.7	21.4	21.8	9.6	
단백질(g)												
일자	29일(월)	30일(화)	[6월 신메뉴]      신메뉴									
오전간식	두부죽 <sup>5</sup>	바나나	<p>빠를 튼튼하게 해주는 미역을 활용한 <b>미역우동</b>입니다.</p>									
점심	쌀밥 버섯된장국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 쇠고기장조림 5⑥⑬⑮ 배추나물무침 <sup>13</sup> 깍두기 <sup>13</sup>	참쌀밥 돼지고기들깨탕 5⑥⑩⑬ *새우달걀찜 <sup>1</sup> ⑨ (베이컨달걀찜 <sup>1</sup> ⑩) 김자반 <sup>5</sup> ⑥⑬ 배추김치 <sup>13</sup>	<p>[이달의 제철 식재료] 감자, 애호박, 가지, 오이, 참외, 멜론, 오징어 등</p> <p>[국없는날] 나트륨 섭취를 줄이기 위해 2, 4째 주 수요일은 국 없는 날로 제공하고 있습니다. (국 없이 급식을 섭취하기 어려운 영아를 위해 별도의 국을 표시하였으니, 제공해도 무관합니다.)</p> <p>[계절밥상] 제철 식재료(감자, 참외)를 이용한 영양 및 면역력 강화 식단입니다.</p> <p>※ 세계 음식문화의 날 : 🇹🇼 태국 음식 계맛살푸팟퐁커리(계맛살카레라이스)입니다.</p> <p>※ 수산물 제공이 어려운 기관에서는 괄호의 대체 메뉴를 사용해 주시기 바랍니다.</p>									
오후간식	치즈빵 <sup>1</sup> ②⑥/우유 <sup>2</sup>	주먹밥 <sup>5</sup> ⑬/우유 <sup>2</sup>										
열량(kcal)	625	658										
단백질(g)												

[식품 알레르기 유발물질]  
 ①달걀 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀가루 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산삼 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 홍합, 전복포함) ⑲잣  
 ※ 식품 알레르기 유발물질 중 ⑬야생산삼은 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로, 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.

원산지 표시	밥, 죽, 누룽지		배추김치		콩		쇠고기(국용)	쇠고기(볶음용)	닭고기	돼지고기
	쌀	참쌀	배추	고춧가루	두부	콩비지	국내산	국내산		
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
표시	식육 · 수산물 가공품									
	오징어	어묵		베이컨	맛살		치킨가스	비엔나	훈제오리	
	국내산	어육 (원양산)		돼지고기(국내산)	어육 (원양산)		닭 (국내산)	돼지고기(국내산)	오리고기(국내산)	

※ 모든 품목은 국내산 또는 수입산일 경우 나라명(ex.러시아산) 표시 / 쇠고기 - 국내산일 경우 한우 또는 육우 또는 젓소로 표시, 수입산일 경우 나라명(ex.호주산) 표시  
 ※ 식육·수산물 가공품 - 당일 계산판에 표시가능

# 2026년 6월 식단표 (만1-2세)

부천시 어린이급식관리지원센터

	담당	원장
결재		

발행일 : 2026. 5. 15.

오전간식죽식형

영양사 : 이지은, 김연우

일자	1일(월)	2일(화)	3일(수)-지방선거	4일(목)	5일(금)	6일(토)-현충일						
오전간식	잔멸치죽 <sup>13</sup>	사과/방울토마토 <sup>12</sup>	<p><b>제9회 전국동시지방선거</b> 소중한 한 표 우리의 미래를 바꿉니다</p>	수박/키즈하이녹즙	어묵명양죽 <sup>5</sup> ⑥	<p><b>현충일</b></p>						
점심	쌀밥 양배추된장국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 쇠고기버섯볶음 <sup>5</sup> ⑬⑭ 오이무침 <sup>13</sup> 배추김치 <sup>13</sup>	찰쌀밥 두부새우전국 <sup>5</sup> ⑨⑬ 달걀 <sup>5</sup> ⑥⑬⑮ 들깨무나물무침 <sup>5</sup> ⑥⑬ 배추김치 <sup>13</sup>		기장밥 들깨미역국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 돈육짜장볶음 <sup>5</sup> ⑥⑩⑬ 숙주나물무침 <sup>13</sup> 깍두기 <sup>13</sup>	쌀밥 감자황태국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 치즈닭조림 <sup>2</sup> ⑤⑥⑬⑮ 가지볶음 <sup>5</sup> ⑥⑬ 배추김치 <sup>13</sup>							
오후간식	시리얼/우유 <sup>2</sup>	우영주먹밥 <sup>5</sup> ⑥/ 보리차		밤식빵 <sup>1</sup> ②⑤⑥/ 우유 <sup>2</sup>	단호박찜/우유 <sup>2</sup>							
열량(kcal)	608	21.6	516	23.1	572	20.6	551	28.9				
단백질(g)												
일자	8일(월)	9일(화)	10일(수)-국없는날	11일(목)	12일(금)	13일(토)						
오전간식	애호박죽	멜론	근대죽 <sup>13</sup>	토마토 <sup>12</sup> / 키즈하이녹즙	가지죽	견과죽 <sup>4</sup> ⑭						
점심	쌀밥 콩비지찌개 <sup>5</sup> ⑨⑩⑬ 돈육불고기 <sup>5</sup> ⑥⑩⑬ 브로콜리무침 <sup>13</sup> 깍두기 <sup>13</sup>	찰쌀밥 *오징어탕국 <sup>5</sup> ⑥⑬⑰ (쇠고기탕국 <sup>5</sup> ⑥⑬⑰) 베이컨두부볶음 <sup>5</sup> ⑥⑩⑬⑮ 배추김치 <sup>13</sup>	<p>게맛살푸팟퐁커리 (게맛살카레라이스) ②⑤⑥⑩⑬⑮⑰ (부추달걀국<sup>1</sup>⑬) 돈육장조림<sup>5</sup>⑥⑩⑬ 배추김치<sup>13</sup> 포도주스</p>	기장밥 근대장국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 치킨가스 <sup>1</sup> ⑤⑥⑩⑮ 상추사과무침 <sup>5</sup> ⑥ 깍두기 <sup>13</sup>	쌀밥 들깨무국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 쇠고기청경채볶음 <sup>5</sup> ⑥⑬⑮ 콩나물김치 <sup>5</sup> 배추김치 <sup>13</sup>	볶음국수 <sup>5</sup> ⑥⑬ 배추김치 <sup>13</sup> 바나나						
오후간식	카스테라 <sup>1</sup> ②⑥/ 우유 <sup>2</sup>	호박채소전 <sup>5</sup> ⑥⑬	바나나/ 짜먹는요구르트 <sup>2</sup>	후리가케주먹밥 <sup>5</sup> ⑥	핫도그 <sup>1</sup> ②⑤⑥⑩⑬/ 우유 <sup>2</sup>							
열량(kcal)	694	23.8	406	20.0	669	29.0	522	20.0	693	24.6	356	7.8
단백질(g)												
일자	15일(월)	16일(화)	17일(수)	18일(목)	19일(금)	20일(토)						
오전간식	장국죽 <sup>5</sup> ⑥⑬⑯	수박	파프리카죽	참외/키즈하이녹즙	치즈감자죽 <sup>2</sup>	황태죽 <sup>13</sup>						
점심	쌀밥 우거지된장국 <sup>5</sup> ⑥⑬ *삼치조림 <sup>5</sup> ⑥⑬ (두부조림 <sup>5</sup> ⑥⑬) 애호박나물 <sup>5</sup> ⑥⑬ 배추김치 <sup>13</sup>	찰쌀밥 쇠고기당면국 <sup>5</sup> ⑥⑬⑯ *새우채소전 <sup>1</sup> ⑤⑥⑨⑬ (달걀채소전 <sup>1</sup> ⑤⑬) 도토리묵무침 <sup>5</sup> ⑥⑬ 배추김치 <sup>13</sup>	기장밥 어묵탕 <sup>5</sup> ⑥⑬ 돈육갈비찜 <sup>5</sup> ⑥⑩⑬ 비름나물무침 <sup>5</sup> ⑥⑬ 깍두기 <sup>13</sup>	기장밥 수제비국 <sup>6</sup> ⑬ *비엔나채소조림 <sup>1</sup> ⑤⑥⑩⑮ 청경채나물 <sup>5</sup> ⑥ 깍두기 <sup>13</sup>	쌀밥 열무된장국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 닭가슴살숙주볶음 <sup>5</sup> ⑥⑬⑮ 우영조림 <sup>5</sup> ⑥ 배추김치 <sup>13</sup>	숙채비빔밥 <sup>5</sup> ⑥⑬ 버섯맑은국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 배추김치 <sup>13</sup>						
오후간식	삶은달걀/보리차 <sup>1</sup>	잔치국수 <sup>1</sup> ⑤⑥⑬	치즈샌드위치 <sup>2</sup> ⑤⑥/ 우유 <sup>2</sup>	머핀 <sup>1</sup> ②⑥/우유 <sup>2</sup>	찜감자/우유 <sup>2</sup>							
열량(kcal)	461	23.5	612	19.0	662	28.5	668	22.6	550	25.3	351	13.0
단백질(g)												
일자	22일(월)	23일(화)	24일(수)-국없는날	25일(목)	26일(금)-계절밥상	27일(토)						
오전간식	채소죽	수박	무죽 <sup>13</sup>	방울토마토 <sup>12</sup> / 키즈하이녹즙	청경채죽	들깨죽						
점심	쌀밥 쇠고기미역국 <sup>5</sup> ⑥⑬ *두부잡채 <sup>5</sup> ⑥ 멸치조림 <sup>5</sup> ⑥⑬ 배추김치 <sup>13</sup>	찰쌀밥 유부장국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 달걀유자청구이 <sup>5</sup> ⑥⑬⑮ 양배추나물무침 <sup>5</sup> ⑥⑬ 깍두기 <sup>13</sup>	쇠고기가지볶음밥 <sup>5</sup> ⑥⑬⑯ (호박양파국 <sup>1</sup> ⑬) 어묵케첩조림 <sup>5</sup> ⑥⑩⑬ 배추김치 <sup>13</sup> 짜먹는요구르트 <sup>2</sup>	기장밥 콩나물국 <sup>5</sup> ⑬ 돈육데리야끼조림 <sup>5</sup> ⑩⑬ 참나물두부무침 <sup>5</sup> 배추김치 <sup>13</sup>	쌀밥 다시마감자국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 훈제오리겉김볶음 <sup>5</sup> ⑥⑬⑮ 열무나물무침 <sup>5</sup> ⑥⑬ 깍두기 <sup>13</sup>	쌀국수 <sup>5</sup> ⑥⑬ 주먹밥 <sup>5</sup> ⑬ 배추김치 <sup>13</sup>						
오후간식	물만두 <sup>5</sup> ⑥⑩⑬	들기름막국수 <sup>3</sup> ⑤⑥	찜고구마/우유 <sup>2</sup>	시리얼/우유 <sup>2</sup>	마들렌 <sup>1</sup> ②⑥/우유 <sup>2</sup>							
열량(kcal)	548	24.0	506	23.7	584	21.7	531	21.4	696	21.8	432	9.6
단백질(g)												
일자	29일(월)	30일(화)	[6월 신메뉴] 배를 튼튼하게 해주는 미역을 활용한 미역우동입니다. 신메뉴 지렁이메뉴 저염메뉴									
오전간식	두부죽 <sup>5</sup>	바나나	<p><b>[이달의 제철 식재료]</b> 감자, 애호박, 가지, 오이, 참외, 멜론, 오징어 등</p> <p><b>국없는날</b> 나트륨 섭취를 줄이기 위해 2, 4째 주 수요일은 국 없는 날로 제공하고 있습니다. (국 없이 급식을 섭취하기 어려운 영아를 위해 별도의 국을 표시하였으니, 제공해도 무관합니다.)</p> <p><b>계절밥상</b> 제철 식재료(감자, 참외)를 이용한 영양 및 면역력 강화 식단입니다.</p> <p>※ 세계 음식문화의 날 :  태국 음식 게맛살푸팟퐁커리(게맛살카레라이스)입니다.</p> <p>※ 수산물 제공이 어려운 기관에서는 갈호의 대체 메뉴를 사용해 주시기 바랍니다.</p>									
점심	쌀밥 버섯된장국 <sup>5</sup> ⑥⑬ 쇠고기장조림 <sup>5</sup> ⑥⑬⑮ 배추나물무침 <sup>13</sup> 깍두기 <sup>13</sup>	찰쌀밥 돼지고기들깨탕 <sup>5</sup> ⑥⑩⑬ *새우달걀찜 <sup>1</sup> ⑨ (베이컨달걀찜 <sup>1</sup> ⑩) 김자반 <sup>5</sup> ⑥⑬ 배추김치 <sup>13</sup>										
오후간식	치즈빵 <sup>1</sup> ②⑥/우유 <sup>2</sup>	주먹밥 <sup>5</sup> ⑬/우유 <sup>2</sup>										
열량(kcal)	625	24.2	658	27.1								
단백질(g)												

[식품 알레르기 유발물질] ①달걀 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀가루 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 홍합, 전복포함) ⑲잣  
※ 식품 알레르기 유발물질 중 ⑬야황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로, 대부분의 식품에 포함되어 있습니다.

원산지 표시	밥, 죽, 누룽지		배추김치		콩		쇠고기(국용)		쇠고기(볶음용)		닭고기	돼지고기
	쌀	찰쌀	배추	고춧가루	두부	콩비지	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	수산물	식육 · 수산물 가공품										
	오징어	어묵	베이컨		맛살		치킨가스		비엔나		훈제오리	
	국내산	어육 (원양산)	돼지고기(국내산)		어육 (원양산)		닭 (국내산)		돼지고기(국내산)		오리고기(국내산)	

※ 모든 품목은 국내산 또는 수입산일 경우 나라명(ex.러시아산) 표시 / 쇠고기 - 국내산일 경우 한우 또는 육우 또는 젓소로 표시, 수입산일 경우 나라명(ex.호주산) 표시  
※ 식육·수산물 가공품 - 당일 게시판에 표시가능

# 식단 이용 시 안내사항

<2026.03.16.>

연령별 1일 영양섭취 기준	연령 구분	영아		유아		아동
		만 0-5개월	만 6-11개월	만 1-2세	만 3-5세	만 6-11세
에너지(kcal)		500	600	900	1,400	1,750
단백질 권장섭취량(g)		10	15	20	25	41.5
식단 구성	① <b>유제품 주 3~4회</b> : 성장기 어린이의 충분한 칼슘 섭취 증가를 위해 주 3~4회 제공 ② <b>당·나트륨 저감화</b> : 당·나트륨 저감화 메뉴 월 1회, 국 없는 날 월 2회(만 1-2세 월 1회) ③ <b>가공식품의 최소화</b> : 주 3회 이상 신선한 채소 및 과일 제공 ④ <b>신메뉴 월 1회</b> : 영양가 높은 다양한 메뉴의 제공 ⑤ <b>세계문화의 날 월 1회</b> : 여러 나라의 음식을 접함으로써 음식문화의 다양성 제공 ⑥ <b>계절밥상</b> : 2가지 이상의 제철 식재료를 사용하여 영양 및 면역력 강화 식단 ⑦ <b>생일식단</b> : 생일 영유아가 있는 경우 기존 식단을 변경하여 사용					
식단 기본 정보	- 만 3~5세 일반형 식단을 기준으로 만 1~2세의 특성을 고려하여 식단을 작성합니다. (유아 섭취율의 65% 적용) - 식품 알레르기 유발물질 표기를 강화하여 번호를 기재하여 알레르기 정보를 제공합니다. - 본 센터의 식단은 식단감수위원회의 자문을 받아 작성되었습니다. - <b>유아 식사 시 모니터링은 필수적으로 동반되어야 합니다.</b> - 만 1세 초기(12~15개월)의 유아는 발달 상황에 따라 이유식 후기 식단을 사용하거나, 만 1세의 음식 조리 시보다 식재료 크기를 작게 하고, 조리법 등을 변경하여 제공합니다. - 12~35개월의 유아는 매끄럽고 동글동글한 음식(방울토마토, 포도, 메추리알 등) 제공 시 세로 방향으로 작게 썰고 가급적 껍질을 제거하여 제공하며, 딱딱한 음식(콩 등), 찢기있는 음식(떡 등)을 제공하지 않습니다. - 3~5세(36개월 이후)의 유아는 매끄럽고 동글동글한 음식(방울토마토, 포도 등), 딱딱한 음식(콩 등), 찢기있는 음식(예: 떡 등)을 원형의 형태로 제공하지 않고 잘라서 제공 및 제공 시 주의해야 합니다.					

## ★ 동일 식품군 내 대체 식재료 ★

구분	대체 가능 메뉴	
식사	밥류	모든 종류의 잡곡류 (쌀밥↔참쌀밥↔차조밥 등)
	김치	모든 종류의 김치류 (백김치↔배추김치↔깍두기 등)
간식	떡	백설기↔바람떡↔송편↔증편 등
	빵	크림빵↔카스테라↔소보로빵↔잼샌드위치 등 (당분과 지방함량이 많은 빵 주의)
	과일	모든 종류의 과일 / 딸기↔키위↔사과↔바나나 등
	채소	모든 종류의 채소(스틱) / 오이스틱↔당근스틱↔방울토마토 등
우유 및 유제품	두유↔우유↔플레인요구르트↔치즈 등	
같은 식품군	육류	소↔돼지↔닭↔오리 교차변경 가능 * 닭↔치킨너겟(X), 돼지↔햄구이(X), 쇠고기장조림↔두부간장조림(X)
	달걀·두부	달걀↔두부 교차변경 가능 * 달걀찜↔연두부찜(O), 달걀말이↔두부구이(O), 달걀후라이↔소시지구이(X)
	등푸른 생선	고등어↔삼치↔참치↔꽂치 등 * 고등어구이↔삼치구이(O), 고등어구이↔고등어조림(X)
	흰살 생선	임연수↔가자미↔동태↔대구↔갈치↔조기 등
	녹색나물·채소	시금치↔열무↔근대↔청경채↔호박↔부추↔깻잎↔상추↔아욱 등
	흰색나물·채소	콩나물↔숙주나물↔배추↔양배추↔도라지↔무 등

※ 동일 식품군 내에서 동일한 조리법으로 식재료의 대체가 가능합니다 ※

기관 사정에 따라 급·간식 식단 수정을 원하시는 경우 대체 식재료를 참고하여 수정하시고,

급·간식 제공일 수 기준으로 50% 이상 수정할 경우 센터로 식단 감수를 요청해 주세요. (식단 감수 안내문 참고)

