

날짜(요일)	6월 1일(월)	6월 2일(화)	6월 3일(수)	6월 4일(목)	6월 5일(금)	6월 6일(토)
오전간식	들깨숙주죽, 제철과일	참쌀닭죽 ^⑤		배추버섯죽	근대감자죽, 제철과일	
중식	흰쌀밥/(백)배추김치 ^⑨ 근대된장국 ^{⑤⑥} 순살찜닭 ^{⑤⑥⑩} 참나물무침 ^{⑤⑥}	수수밥/깍두기 ^⑨ 열갈이배추국 쇠고기칩스테이크 ^{⑤⑥⑩⑫} 숙주무침		차조밥/깍두기 ^⑨ 달걀부추국 ^{①⑤⑥} 삼치감자조림 ^{⑤⑥} (참치감자조림 ^{⑤⑥}) 곤드레나물볶음 ^{⑤⑥}	흰쌀밥/(백)배추김치 ^⑨ 모듬버섯국 ^{⑤⑥} 돼지갈비찜 ^{⑤⑥⑩} 진미채소무침 ^{⑤⑥⑦}	
오후간식	잔치국수 ^{⑤⑥}	프렌치토스트 ^{①②⑤⑥} , 우유 ^②		크와와상 ^{①②⑥} , 우유 ^②	김가루주먹밥	
열량/단백질	489/24	530/20		469/18 468/14	438/16	
날짜(요일)	6월 8일(월)	6월 9일(화)	푸른데이 6월 10일(수)	6월 11일(목)	6월 12일(금)	6월 13일(토)
오전간식	시금치닭죽 ^⑥ , 제철과일	쇠고기오이죽 ^⑥	청경채미역죽, 제철과일	흑미콩나물죽 ^⑤	파프리카가지죽, 제철과일	단호박죽
중식	흑미밥/(백)배추김치 ^⑨ 유부채국 ^{⑤⑥} 오징어청경채볶음 ^{⑤⑥⑦} (쇠고기청경채볶음 ^{⑤⑥⑦}) 저염브로콜리캐스무침 ^{①⑤⑥}	차조밥/깍두기 ^⑨ 콩나물국 ^⑤ 간장닭강정 ^{①⑤⑥⑩} 파프리카무침	달걀소보로비빔밥 ^{①⑤⑥} 만둣국 ^{⑤⑥⑩} 시금치무침 ^{⑤⑥} (백)배추김치 ^⑨ 요구르트 ^②	수수밥/깍두기 ^⑨ 감자단호박된장국 ^{⑤⑥} 취나물돈육두루치기 ^{⑤⑥⑩} 가지나물 ^{⑤⑥}	흰쌀밥/(백)배추김치 ^⑨ 복어미역국 ^{⑤⑥} 돼지고기불고기 ^{⑤⑥⑩} 콩나물무침 ^{⑤⑥}	흰쌀밥/(백)배추김치 ^⑨ 건새우맑은국 ^{⑤⑥⑩} 닭고기파프리카볶음 ^{⑤⑥} 아욱나물 ^{⑤⑥}
오후간식	살은달걀 ^① , 식혜	찐단호박, 우유 ^②	잔멸치주먹밥 ^⑤	햇케이크 ^{①②⑤⑥} , 우유 ^②	케이크 ^{①②⑤⑥} /우유 ^②	-
열량/단백질	479/26 473/24	495/18	464/16	487/17	427/17	387/17
날짜(요일)	6월 15일(월)	6월 16일(화)	6월 17일(수)	6월 18일(목)	6월 19일(금)	6월 20일(토)
오전간식	쇠고기애호박죽 ^⑥ , 제철과일	고구마근대죽	노른자참깨죽 ^① , 제철과일	팽이버섯김죽	감자양파죽, 제철과일	황태죽
중식	차조밥/깍두기 ^⑨ 팽이된장국 ^{⑤⑥} 제육볶음 ^{⑤⑥⑩} 비타민나물무침 ^{⑤⑥}	흑미밥/(백)배추김치 ^⑨ 애호박젓국 ^⑨ 고등어엿장조림 ^{⑤⑥⑦} (쇠고기당근조림 ^{⑤⑥⑩}) 김구이	돈까스마요덮밥 ^{①⑤⑥⑩⑫} 숙갓유부국 ^{⑤⑥} 양상추샐러드 ^⑤ 깍두기 ^⑨ 짜먹는요구르트 ^②	기장밥/(백)배추김치 ^⑨ 근대양파국 저당닭갈비 ^{⑤⑥⑩} 신메뉴 맛살김지범벅 ^{①⑤⑥⑧}	흰쌀밥/깍두기 ^⑨ 사각어묵국 ^{⑤⑥} 쇠고기미나리잡채 ^{⑤⑥⑩} 고사리나물 ^{⑤⑥}	수수밥/깍두기 ^⑨ 콩가루배추국 ^⑤ 달걀장조림 ^{①⑤⑥} 잔멸치볶음 ^{⑤⑥}
오후간식	토마토스파게티 ^{②⑤⑥⑩⑫⑬}	우유과일화채 ^②	영양주먹밥 ^⑤	잼샌드위치 ^{①②⑤⑥} , 우유 ^②	치즈고구마볼 ^② , 등굴레차	-
열량/단백질	458/18	430/18 432/17	559/15	467/19	470/13	393/27
날짜(요일)	6월 22일(월)	6월 23일(화)	푸른데이 6월 24일(수)	6월 25일(목)	6월 26일(금)	6월 27일(토)
오전간식	두부시금치죽 ^⑤ , 제철과일	브로콜리죽	청경채콩나물죽 ^⑤ , 제철과일	노른자오이죽 ^①	새송이버섯죽, 제철과일	영양닭죽 ^⑥
중식	흰쌀밥/(백)배추김치 ^⑨ 얼무된장국 ^{⑤⑥} 돼지고기꼭창 ^{⑤⑥⑩⑫} 마카로니샐러드 ^{①⑤⑥}	수수밥/깍두기 ^⑨ 들깨우거지국 ^{⑤⑥} 쇠고기불고기 ^{⑤⑥⑩} 시금치나물 ^{⑤⑥}	닭고기카레라이스 ^{②⑤⑥⑩⑫⑬} 우동맑은국 ^{⑤⑥} 비름나물무침 ^{⑤⑥} 깍두기 ^⑨ 요구르트 ^②	흑미밥/(백)배추김치 ^⑨ 삼색수제비국 ^⑥ 가지미구이 ^{⑤⑥} (훈제오리구이) 청경채나물 ^{⑤⑥}	차조밥/(백)배추김치 ^⑨ 맑은콩나물국 ^⑤ 미트볼조림 ^{①⑤⑥⑩⑫} 취나물무침 ^{⑤⑥}	기장밥/깍두기 ^⑨ 온도토리묵국 ^{⑤⑥} 돼지고기청경채볶음 ^{⑤⑥} 오이나물 ^{⑤⑥}
오후간식	삼색채소전 ^{⑤⑥}	모닝빵 ^{①②⑤⑥} , 우유 ^②	물만두 ^{⑤⑥⑩}	찐감자, 우유 ^②	간장비빔국수 ^{⑤⑥}	-
열량/단백질	481/16	490/18	431/14	475/20 475/19	450/14	376/17
날짜(요일)	6월 29일(월)	6월 30일(화)	식단 작성자 : 김예은, 김희선, 김나을 영양사 / 발행일 2026.5.20.(수)			
오전간식	노른자죽 ^① , 제철과일	기장가지죽	[식단 내 유색 글자 및 표시] ① 빨간색 글자 : 자연식품 ② 초록색 글자 : 원산지 의무 표기 대상 식품 ③ 제철과일 : 제철과일 또는 채소스틱으로 선택 제공 후 세부 메뉴명 작성 필요 ④ (백)배추김치로 표기하오니 어린이 급식소에서 선택 제공 후 세부 메뉴명 작성 필요 [대체 메뉴 제공] 식단표 내 수산물 대체 제공을 위한 (수산물 대체식품)을 안내하오니 참고 후 변경하여 제공할 수 있으며 수산물을 대체 메뉴 제공 시 별도로 산출된 열량, 단백질 및 해당 식재료의 원산지를 확인하시기 바랍니다.			
중식	수수밥/(백)배추김치 ^⑨ 황태국 ^{⑤⑥} 쇠고기갯잎볶음 ^{⑤⑥⑩} 무생채	차조밥/(백)배추김치 ^⑨ 미역된장국 ^{⑤⑥} 돼지고기양념찜 ^{⑤⑥⑩} 노각무침 ^{⑤⑥}				
오후간식	모듬어묵당 ^{⑤⑥}	찐고구마, 우유 ^②				
열량/단백질	399/19	443/15				

이미지 출처 : 미리캔버스

밥, 죽	배추김치		백김치	콩류	쇠고기(국내산은 종류도 함께 표기)				돼지고기	닭고기	
쌀(백미, 찰쌀, 흑미)	배추	고춧가루	배추	두부	국용	볶음용	조림용	죽용	돼지고기	닭고기	
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내(한우)산	호주산	호주산	국내(한우)산	국내산	국내산	
수산물	고등어	오징어	돈까스	훈제오리	미트볼				수산물	참치	진미채
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	다량어	오징어	
원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지	

■ 알레르기 유발 식품 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산란 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳젓 (근거 지표 : 식약처 고시 「식품 등의 표시기준」)
 ■ 알레르기 유발 식품 번호는 사용하는 제품에 따라 다를 수 있으니 구입 사용 시 확인해 주시고, 어린이집의 장은 식품알레르기 유발 식품 정보 및 응급조치 체계를 게시판 등에 공지해야 합니다.

날짜(요일)	6월 1일(월)	6월 2일(화)	6월 3일(수)	6월 4일(목)	6월 5일(금)	6월 6일(토)
오전간식	들깨숙주죽, 제철과일	참쌀닭죽 ^⑤		배추버섯죽	근대감자죽, 제철과일	
중식	흰쌀밥/(백)배추김치 ^⑨ 근대된장국 ^{⑤⑥} 순살찜닭 ^{⑤⑥⑩} 참나물무침 ^{⑤⑥}	수수밥/깍두기 ^⑨ 일갈이배춧국 쇠고기참스테이크 ^{⑤⑥⑩⑫} 숙주무침		차조밥/깍두기 ^⑨ 달걀부추국 ^{①⑤⑥} 삼치감자조림 ^{⑤⑥} (참치감자조림 ^{⑤⑥}) 곤드레나물볶음 ^{⑤⑥}	흰쌀밥/(백)배추김치 ^⑨ 모듬버섯국 ^{⑤⑥} 돼지갈비찜 ^{⑤⑥⑩} 진미채채소무침 ^{⑤⑥⑦}	
오후간식	잔치국수 ^{⑤⑥}	프렌치토스트 ^{①②③④} , 우유 ^②		크로와상 ^{①②⑥} , 우유 ^②	김가루주먹밥	
열량/단백질	647/33	717/26		636/27 612/21	622/25	
날짜(요일)	6월 8일(월)	6월 9일(화)	푸른데이 6월 10일(수)	6월 11일(목)	6월 12일(금) 생일식단	6월 13일(토)
오전간식	시금치닭죽 ^⑤ , 제철과일	쇠고기오이죽 ^⑩	청경채미역죽, 제철과일	흑미콩나물죽 ^⑤	파프리카가지죽, 제철과일	단호박죽
중식	흑미밥/(백)배추김치 ^⑨ 유부채국 ^{⑤⑥} 오징어청경채볶음 ^{⑤⑥⑦} (쇠고기청경채볶음 ^{⑤⑥⑩}) 저염브로콜리까스무침 ^{①⑤⑥}	차조밥/깍두기 ^⑨ 콩나물국 ^⑤ 인형발매뉴 닭강정 ^{①⑤⑥⑩⑫} 파프리카무침	달걀소보로비빔밥 ^{①⑤⑥} 만둣국 ^{⑤⑥⑩} 시금치무침 ^{⑤⑥} (백)배추김치 ^⑨ 요구르트 ^②	수수밥/깍두기 ^⑨ 감자단호박된장국 ^{⑤⑥} 취나물돈육두루치기 ^{⑤⑥⑩} 가지나물 ^{⑤⑥}	흰쌀밥/(백)배추김치 ^⑨ 복어미역국 ^{⑤⑥} 돼지고기불고기 ^{⑤⑥⑩} 콩나물무침 ^{⑤⑥}	흰쌀밥/(백)배추김치 ^⑨ 건새우맑은국 ^{⑤⑥⑨} 달고기파프리카볶음 ^{⑤⑥⑩} 아욱나물 ^{⑤⑥}
오후간식	삶은달걀 ^① , 식혜	찐단호박, 우유 ^②	잔멸치주먹밥 ^⑤	핫케이크 ^{①②⑤⑥} , 우유 ^②	케이크 ^{①②⑤⑥} /우유 ^②	-
열량/단백질	653/35 662/34	667/25	643/24	680/25	577/24	499/22
날짜(요일)	6월 15일(월)	6월 16일(화)	6월 17일(수)	6월 18일(목)	6월 19일(금)	6월 20일(토)
오전간식	쇠고기애호박죽 ^⑩ , 제철과일	고구마근대죽	노른자참깨죽 ^① , 제철과일	팽이버섯김죽	감자양파죽, 제철과일	황태죽
중식	차조밥/깍두기 ^⑨ 팽이된장국 ^{⑤⑥} 제육볶음 ^{⑤⑥⑩} 비타민나물무침 ^{⑤⑥}	흑미밥/(백)배추김치 ^⑨ 애호박전국 ^⑨ 고등어엿장조림 ^{⑤⑥⑦} (쇠고기당근조림 ^{⑤⑥⑩}) 김구이	돈까스마요덮밥 ^{①⑤⑥⑩⑫} 숙갓유부국 ^{⑤⑥} 양상추샐러드 ^⑤ 깍두기 ^⑨ 짜먹는요구르트 ^②	기장밥/(백)배추김치 ^⑨ 근대양파국 저당닭갈비 ^{⑤⑥⑩} 신메뉴 맛살김자범벅 ^{①⑤⑥⑧}	흰쌀밥/깍두기 ^⑨ 사각어묵국 ^{⑤⑥} 쇠고기미나리잡채 ^{⑤⑥⑩} 고사리나물 ^{⑤⑥}	수수밥/깍두기 ^⑨ 콩가루배춧국 ^{⑤⑥} 달걀조림 ^{①⑤⑥} 잔멸치볶음 ^{⑤⑥}
오후간식	토마토스파게티 ^{②⑤⑥⑩⑫⑬}	우유과일화채 ^②	영양주먹밥 ^⑤	잼샌드위치 ^{①②⑤⑥} , 우유 ^②	치즈고구마볼 ^② , 동글레차	-
열량/단백질	646/27	587/28 609/29	746/19	641/27	659/20	495/32
날짜(요일)	6월 22일(월)	6월 23일(화)	푸른데이 6월 24일(수)	6월 25일(목)	6월 26일(금)	6월 27일(토)
오전간식	두부시금치죽 ^⑤ , 제철과일	브로콜리죽	청경채콩나물죽 ^⑤ , 제철과일	노른자오이죽 ^①	새송이버섯죽, 제철과일	영양닭죽 ^⑤
중식	흰쌀밥/(백)배추김치 ^⑨ 얼무된장국 ^{⑤⑥} 돼지고기볶음 ^{⑤⑥⑩⑫} 마카로니샐러드 ^{①⑤⑥}	수수밥/깍두기 ^⑨ 들깨우거지국 ^{⑤⑥} 쇠고기불고기 ^{⑤⑥⑩} 시금치나물 ^{⑤⑥}	달고기카레라이스 ^{②⑤⑥⑩⑫⑬⑭} 우동맑은국 ^{⑤⑥} 비름나물무침 ^{⑤⑥} 깍두기 ^⑨ 요구르트 ^②	흑미밥/(백)배추김치 ^⑨ 삼색수제비국 ^⑥ 가지미꾸이 ^{⑤⑥} (훈제오리구이) 청경채나물 ^{⑤⑥}	차조밥/(백)배추김치 ^⑨ 맑은콩나물국 ^⑤ 미트볼조림 ^{①⑤⑥⑩⑫} 취나물무침 ^{⑤⑥}	기장밥/깍두기 ^⑨ 온도토리묵국 ^{⑤⑥} 돼지고기청경채볶음 ^{⑤⑥⑩} 오이나물 ^{⑤⑥}
오후간식	삼색채소전 ^{⑤⑥}	모닝빵 ^{①②⑤⑥} , 우유 ^②	물만두 ^{⑤⑥⑩}	찐감자, 우유 ^②	간장비빔국수 ^{⑤⑥}	-
열량/단백질	697/24	687/26	595/20	632/29 632/28	640/21	492/21
날짜(요일)	6월 29일(월)	6월 30일(화)	식단 작성자 : 김예은, 김희선, 김나을 영양사 / 발행일 2026.5.20.(수)			
오전간식	노른자죽 ^① , 제철과일	기장가지죽	<p>[식단 내 유색 글자 및 표시]</p> <p>① 빨간색 글자 : 자연식품 ② 초록색 글자 : 원산지 의무 표기 대상 식품 ③ 제철과일 : 제철과일 또는 채소스틱으로 선택 제공 후 세부 메뉴명 작성 필요 ④ (백)배추김치로 표기하오니 어린이 급식소에서 선택 제공 후 세부 메뉴명 작성 필요</p> <p>[대체 메뉴 제공]</p> <p>식단표 내 수산물 대체 제공을 위한 (수산물 대체식품)을 안내하오니 참고 후 변경하여 제공할 수 있으며 수산물 대체 메뉴 제공 시 별도로 산출된 열량, 단백질 및 해당 식재료의 원산지를 확인하시기 바랍니다.</p>			
중식	수수밥/(백)배추김치 ^⑨ 황태국 ^{⑤⑥} 쇠고기갯잎볶음 ^{⑤⑥⑩} 무생채	차조밥/(백)배추김치 ^⑨ 미역된장국 ^{⑤⑥} 돼지고기양념찜 ^{⑤⑥⑩} 노각무침 ^{⑤⑥}				
오후간식	모듬어묵탕 ^{⑤⑥}	찐고구마, 우유 ^②				
열량/단백질	706/31	602/23	이미지 출처 : 미리캔버스			

밥, 죽	배추김치		백김치	콩류	쇠고기(국내산은 종류도 함께 표기)				돼지고기	닭고기	
	배추	고춧가루			국용	볶음용	조림용	죽용			
쌀(백미, 찰쌀, 흑미)	국내산	국내산	국내산	국내산	국내(한우)산	호주산	호주산	국내(한우)산	국내산	국내산	
수산물	고등어	오징어	식육가공품	돈까스	훈제오리	미트볼			수산물가공품	참치	진미채
	국내산	국내산		돼지고기	오리고기	돼지고기	닭고기			다량어	오징어
				국내산	국내산	국내산	국내산			원양산	국내산

■ 알레르기 유발 식품 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳젓
 ■ 알레르기 유발 식품 번호는 사용하는 제품에 따라 다를 수 있으니 구입시 용서 확인해 주시고, 어린이집의 장은 식품알레르기 유발 식품 정보 및 응급조치 체계를 게시판 등에 공지해야 합니다.
 (근거 자료 : 식약처 고시 「식품 등의 표시기준」)