



식단감수 보고서



기관명	시흥시청어린이집	기관전화번호	031-310-2794
감수담당자	김희선	전화번호	031-318-1983
		메일	siheung0808@naver.com
요청날짜	2026-05-20	감수날짜	2026-05-26
식단명	2026년 06월 1~2세 죽혼합 야간연장형 식단 / 3~5세 죽혼합 야간연장형 식단		

감수확인내용

날짜	메뉴종류	변경 전	변경요청	감수의견
6월	오후간식	없음	우유 추가	가능
10	중식	달걀소보로비빔밥, 만둣국, 시금치무침, (백)배추김치, 요구르트	흰쌀밥, 미역국, 돼지갈비찜, 느타리버섯나물, (백)배추김치	가능
10	중식	돼지갈비찜	돼지불고기	가능
10	중식	느타리버섯나물	채소잡채	가능
10	중식	없음	동태전 추가	가능
10	중식	없음	요구르트 추가	가능
17	오전간식	제철과일	들깨배추죽	가능
24	오전간식	제철과일	모듬채소죽	가능

영양사 의견

- 토요일 식단 삭제는 기관에서 급식을 제공하지 않아(등원 원아 없음) 협의 하에 감수 완료
 ※ 토요일 급식 운영이 없다는 증빙(가정통신문, 운영일지, 운영위원회 회의록 등)이 필요함을 기관에 안내함
- 6/1, 5, 8, 10, 12, 15, 17, 19, 22, 24, 26, 29 오후간식 변경(우유 추가)은 기관 요청사항에 따른 감수 완료
 - 추가 제공 요청은 개수 제한 없이 감수 가능
- 6/1, 2, 4, 5, 8, 9, 11, 12, 15, 16, 18, 19, 22, 23, 25, 26, 29, 30 중식 변경(중식에 각 메뉴 추가)은 기관 요청사항에 따른 감수 완료
 - 추가 제공 요청은 개수 제한 없이 감수 가능
 - 중식에 메뉴 추가 제공 시, 일일 열량 섭취 기준량과 상이할 수 있음을 안내하였음
 - 과일주스 및 기타 가당음료와 같은 메뉴는 당류 섭취에 영향을 줄 수 있어 추가 제공 시 고려하거나 변경할 것을 안내하였음
 - 감수 신청 개수 제한으로 추가 제공 관련 내용은 감수 확인 내용에 기입하지 않고 영양사 의견에 별도 기입하였음
- 6/10 중식 변경은 생일잔치로 인해 기관 요청사항에 따른 감수 완료(3번 생일식단 사용)
 - 6/10 중식 변경(돼지갈비찜 → 제육볶음)은 6/15 중식 메뉴(제육볶음)가 중복되어 기관과 협의 하에 돼지불고기로 변경하여 감수 진행
 - 6/10 중식 변경(느타리버섯나물 → 달걀잡채)은 식재료(닭고기)의 제공 빈도 조절을 위해 기관과 협의 하에 채소잡채로 변경하여 감수 진행
 - 6/10 중식 변경(동태전, 요구르트 추가)은 추가 제공 요청으로 개수 제한 없이 감수 가능
 - 중식에 메뉴 추가 제공 시, 일일 열량 섭취 기준량과 상이할 수 있음을 안내하였음
 - 같은 식품군 내 변경이어도 식재료 및 조리법 변경에 따른 영양소 섭취량은 달라질 수 있음을 안내하였음
 - 다른 식품군으로의 변경은 감수가 불가하나 기관 행사(생일잔치)를 고려하여 기관 요청사항에 따라 감수 진행
- 6/17, 24 오전간식 변경(제철과일 → 들깨배추죽, 모듬채소죽)은 영아에게 주 3회 제공을 원하는 기관의 의견을 반영하여 감수 진행
- 감수 완료한 식단표에 변경된 열량, 단백질, 알레르기 유발식품 번호 등을 기입하여 기관에 제공함

날짜(요일)	6월 1일(월)	6월 2일(화)	6월 3일(수)	6월 4일(목)	6월 5일(금)
오전간식	제철과일	참쌀닭죽 ¹⁵		배추버섯죽	제철과일
중식	흰쌀밥/배추김치 ⁹ 근대된장국 ^{5⑥} 순살찜닭 ^{5⑥⑮} 참나물무침 ^{5⑥⑦} /약과 ^{5⑥}	수수밥/각두기 ⁹ 얼갈이배추국 쇠고기참스테인크 ^{5⑥⑮⑯} 숙주무침/오렌지주스		차조밥/각두기 ⁹ 달걀부추국 ^{1⑤⑥} 삼치감자조림 ^{5⑥} 곤드레나물볶음 ^{5⑥⑦} /유자차	흰쌀밥/백김치 ⁹ 모듬버섯국 ^{5⑥} 돼지갈비찜 ^{5⑥⑮} 진미채채소무침 ^{5⑥⑦⑮} /과일푸딩
오후간식	잔치국수 ^{5⑥} , 우유 ²	프렌치토스트 ^{1②⑤⑥} , 우유 ²		크로아상 ^{1②⑥} , 우유 ²	김가루죽먹방, 우유 ²
석식	흑미밥/각두기 ⁹ 두부미역국 ^{5⑥} 비엔나소시지볶음 ^{2⑤⑥⑮} 치커리겉절이	기장밥/배추김치 ⁹ 맑은애호박국 ^{5⑥} 돼지고기버섯구이 ^{5⑮} 명엽채조림 ^{5⑥}		수수밥/배추김치 ⁹ 참나물된장국 ^{5⑥} 쇠고기주물럭 ^{5⑥⑮} 도라지나물 ⁵	기장밥/각두기 ⁹ 수제비국 ⁶ 닭고기숙주볶음 ^{5⑥⑮} 얼갈이나물 ^{5⑥}
열량/단백질	994/34	741/30		659/27 749/26	679/32
날짜(요일)	6월 8일(월)	6월 9일(화)	휴먼데이 6월 10일(수)	6월 11일(목)	6월 12일(금)
오전간식	제철과일	쇠고기오이죽 ¹⁶	제철과일	흑미콩나물죽 ⁵	제철과일
중식	흑미밥/백김치 ⁹ 유부채국 ^{5⑥} 오징어청경채볶음 ^{5⑥⑦} 저염브로콜리개소스무침 ^{1⑤⑥} 쌀과자 ^{1②⑤⑥⑮}	차조밥/각두기 ⁹ 콩나물국 ⁵ 연령별메뉴 간장닭강정 ^{1⑤⑥⑮} 파프리카무침/짜먹는양갱	흰쌀밥/배추김치 ⁹ 미역국 ^{5⑥} 돼지불고기 ^{5⑥⑮} 동태전 ^{1⑤⑥} 채소잡채 ^{5⑥⑦} /요구르트 ²	수수밥/각두기 ⁹ 감자단호박된장국 ^{5⑥} 취나물돈육두루치기 ^{5⑥⑮} 가지나물 ^{5⑥} /식혜	기장밥/배추김치 ⁹ 쇠고기미역국 ^{5⑥⑮} 영양달걀찜 ¹ 오이무침 ^{5⑥⑦} /포도주스
오후간식	삼은달걀 ¹ , 식혜, 우유 ²	찐단호박, 우유 ²	잔멸치죽먹방 ⁵ , 우유 ²	핫케이크 ^{1②⑤⑥} , 우유 ²	미니우동 ^{5⑥} , 우유 ²
석식	흰쌀밥/각두기 ⁹ 아욱된장국 ^{5⑥} 돼지고기수육 ¹⁰ 돌나물생채	수수밥/배추김치 ⁹ (복합국^{5⑥}) 두부가지조림 ^{5⑥} 취나물볶음 ^{5⑥}	기장밥/각두기 ⁹ 안매운김치국 ⁹ 쇠고기브로콜리볶음 ^{5⑥⑮} 탕평채 ^{5⑥}	차조밥/배추김치 ⁹ 들깨묵국 ^{5⑥} 오리불고기 ^{5⑥} 청경채무침 ^{5⑥}	흑미밥/각두기 ⁹ 시금치양파국 ^{5⑥} 너비아니구이 ^{5⑥⑮} 콩나물숙채 ^{5⑥}
열량/단백질	857/37 851/35	785/32 790/33	903/38	728/26	634/26
날짜(요일)	6월 15일(월)	6월 16일(화)	휴먼데이 6월 17일(수)	6월 18일(목)	6월 19일(금)
오전간식	제철과일	고구마근대죽	들깨배추죽	팽이버섯김죽	제철과일
중식	차조밥/각두기 ⁹ 팽이된장국 ^{5⑥} 제육볶음 ^{5⑥⑮} 비타민나물무침 ^{5⑥} /떠먹는요구르트 ²	흑미밥/백김치 ⁹ 애호박전국 ⁹ (쇠고기당근조림^{5⑥⑮}) 김구이/과일푸딩	돈까스마요덮밥 ^{1⑤⑥⑮⑯} 숙갓우부국 ^{5⑥} 양상추샐러드 ⁵ 각두기 ⁹ /짜먹는요구르트 ²	기장밥/배추김치 ⁹ 근대양파국 저당달걀비 ^{5⑥⑮} 난류 맛살감자볶음 ^{1⑤⑥⑮} 짜먹는양갱	흰쌀밥/각두기 ⁹ 사각어묵국 ^{5⑥} 쇠고기미리김 ^{5⑥⑮} 고사리나물 ^{5⑥} /쌀과자 ^{1②⑤⑥⑮}
오후간식	토마토스카제트 ^{2⑤⑥⑮⑯} , 우유 ²	우유과일화채 ²	영양죽먹방 ⁵ , 우유 ²	잼샌드위치 ^{1②⑤⑥} , 우유 ²	치즈고구마 ² , 등굴레차, 우유 ²
석식	기장밥/배추김치 ⁹ 순두부백탕 ⁵ 해물동그랑땡 ^{1⑤⑥⑮⑯} 머위나물 ^{5⑥}	흰쌀밥/각두기 ⁹ 시래기국 ^{5⑥} 닭고기굴소스볶음 ^{5⑥⑮⑯} 삼색나물무침 ^{5⑥}	수수밥/배추김치 ⁹ 미역국 ^{5⑥} 쇠고기고구마찜 ^{5⑥⑮} 미나리숙주나물	흑미밥/각두기 ⁹ 돈육청국장국 ^{5⑥⑮} 달걀스크램블 ^{1②} 애호박나물 ^{5⑥}	차조밥/배추김치 ⁹ 닭곰탕 ¹⁵ 두부구이+양념장 ^{5⑥} 참나물볶음 ^{5⑥}
열량/단백질	622/26	658/31 719/36	671/19	721/29	638/26
날짜(요일)	6월 22일(월)	6월 23일(화)	6월 24일(수)	6월 25일(목)	6월 26일(금)
오전간식	제철과일	브로콜리죽	모듬채소죽	노른자오이죽 ¹	제철과일
중식	흰쌀밥/배추김치 ⁹ 열무된장국 ^{5⑥} 돼지고기족발 ^{5⑥⑮⑯} 마카로니샐러드 ^{1⑤⑥} /망고주스	수수밥/각두기 ⁹ 들깨우거죽 ^{5⑥} 쇠고기불고기 ^{5⑥⑮} 시금치나물 ^{5⑥} /식혜	닭고기카레라이스 ^{2⑤⑥⑮⑯} 우동맑은국 ^{5⑥} 비름나물무침 ^{5⑥} 각두기 ⁹ /요구르트 ²	흑미밥/배추김치 ⁹ 삼색수제비국 ⁶ (훈제오리구이) 청경채나물 ^{5⑥⑦} /약과 ^{5⑥}	차조밥/백김치 ⁹ 맑은콩나물국 ⁵ 미트볼조림 ^{1⑤⑥⑮⑯} 취나물무침 ^{5⑥⑦} /포도주스
오후간식	삼색채소전 ^{5⑥} , 우유 ²	모닝뽕 ^{1②⑤⑥} , 우유 ²	물만두 ^{5⑥⑮} , 우유 ²	찐감자, 우유 ²	간장비빔국수 ^{5⑥} , 우유 ²
석식	흑미밥/각두기 ⁹ (건새우아욱국^{5⑥⑨}) 닭볶음탕 ^{5⑥⑮} 콩나물무침 ^{5⑥}	차조밥/배추김치 ⁹ 참치미역국 ^{5⑥} 부추달걀말이 ^{1⑤} 새송이버섯조림 ^{5⑥}	기장밥/배추김치 ⁹ 쇠고기탕국 ^{5⑥⑮} 두부스테이크 ^{1②⑤⑥⑮⑯} 브로콜리볶음 ^{5⑥}	수수밥/각두기 ⁹ 시금치된장국 ^{5⑥} 간풍 돼지고기볶음 ^{1⑤⑥⑮} 상추사과무침 ^{5⑥}	쇠고기가지덮밥 ^{5⑥⑮} 달걀탕 ^{1⑤⑥} 열무된장나물 ^{5⑥} 각두기 ⁹
열량/단백질	633/30 650/33	718/29	678/26	809/33 809/32	614/24
날짜(요일)	6월 29일(월)	6월 30일(화)	식단 작성자 : 김예은, 김희선, 김나을 영양사 / 발행일 2026.5.20.(수)		
오전간식	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)배추김치 로 표기하오니 어린이 급식소에서 선택 제공 후 세부 메뉴명 작성 필요		
중식	수수밥/백김치 ⁹ 황태국 ^{5⑥} 쇠고기갯잎볶음 ^{5⑥⑮} 무생채/바나나우유 ²	차조밥/배추김치 ⁹ 미역된장국 ^{5⑥} 돼지고기양념찜 ^{5⑥⑮} 노각무침 ^{5⑥} /오미자차	[대체 메뉴 제공] 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 확인 하시기 바랍니다.		
오후간식	모듬어묵탕 ^{5⑥} , 우유 ²	찐고구마, 우유 ²			
석식	흰쌀밥/각두기 ⁹ 채개장국 ^{5⑥} 닭살장조림 ^{5⑥⑮} 애호박볶음 ^{5⑥}	흑미밥/각두기 ⁹ 사골시래기국 ^{2⑤⑥⑮⑯} 안매운파파두부 ^{5⑥} 양배추샐러드 ^{1⑤}			
열량/단백질	668/33	717/25	이미지 출처 : 미리캔버스		

밥, 죽	배추김치		백김치	콩류		쇠고기(국내산은 종류도 함께 표기)					돼지고기	닭고기	오리고기	
	배추	고춧가루	배추	두부	순두부	국용	볶음용	조림용	찜용	죽용				
쌀(백미, 찰쌀, 흑미)	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
수산물	동태	오징어	식육 가공품	비엔나소시지	너비아니	돈까스	훈제오리	미트볼		수산물 가공품	참치	진미채	해물동그랑땡	
고등어	러시아산	국내산		돼지고기	돼지고기	돼지고기	오리고기	돼지고기	닭고기		닭고기	다랑어	오징어	오징어
노르웨이산			국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	원양어산	페루산	국내산		

■ 알레르기 유발 식품 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복합(아) ⑫토마토 ⑬야채산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲젓
 ■ 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.
 (근거 자료 : 식약처 고시 「식품 등의 표시기준」)

날짜(요일)	6월 1일(월)	6월 2일(화)	6월 3일(수)	6월 4일(목)	6월 5일(금)
오전간식	제철과일	참쌀닭죽 ^㉔	 <h2>지방선거</h2>	배추버섯죽	제철과일
중식	흰쌀밥/배추김치 ^㉑ 근대된장국 ^{㉑⑤⑥} 순살찜닭 ^{㉑⑤⑥} 참나물무침 ^{㉑⑤⑥/약과} ^{㉑⑤⑥}	수수밥/각두기 ^㉑ 얼갈이배추국 쇠고기참스테이크 ^{㉑⑤⑥⑫⑬} 숙주무침/오렌지주스		차조밥/각두기 ^㉑ 달걀부추국 ^{㉑⑤⑥} 삼치감자조림 ^{㉑⑤⑥} 곤드레나물볶음 ^{㉑⑤⑥/유자차}	흰쌀밥/백김치 ^㉑ 모듬버섯국 ^{㉑⑤⑥} 돼지갈비찜 ^{㉑⑤⑥⑩} 진미채채소무침 ^{㉑⑤⑥⑦/과일푸딩}
오후간식	잔치국수 ^{㉑⑤⑥} , 우유 ^②	프렌치토스트 ^{①②⑤⑥} , 우유 ^②		크로아상 ^{①②⑥} , 우유 ^②	김가루죽먹방, 우유 ^②
석식	흑미밥/각두기 ^㉑ 두부미역국 ^{㉑⑥} 비엔나소시지볶음 ^{㉑⑤⑥⑩} 치커리겉절이	기장밥/배추김치 ^㉑ 맑은애호박국 ^{㉑⑥} 돼지고기버섯구이 ^{㉑⑤⑩} 명엽채조림 ^{㉑⑥}		수수밥/배추김치 ^㉑ 참나물된장국 ^{㉑⑥} 쇠고기주물럭 ^{㉑⑤⑥⑩} 도라지나물 ^⑤	기장밥/각두기 ^㉑ 수제비국 ^⑥ 닭고기숙주볶음 ^{㉑⑤⑥⑬} 얼갈이나물 ^{⑤⑥}
열량/단백질	1121/53	1090/43		1121/46 1097/41	1159/56
날짜(요일)	6월 8일(월)	6월 9일(화)	휴먼데이 6월 10일(수)	6월 11일(목)	6월 12일(금)
오전간식	제철과일	쇠고기오이죽 ^㉔	제철과일	흑미콩나물죽 ^⑤	제철과일
중식	흑미밥/백김치 ^㉑ 유부채국 ^{㉑⑥} 오징어청경채볶음 ^{㉑⑤⑦} 저염브로콜리개소스무침 ^{㉑⑤⑥} 쌀과자 ^{①②⑤⑥⑩}	차조밥/각두기 ^㉑ 콩나물국 ^⑤ 연령별메뉴 닭강정 ^{①⑤⑥⑫⑬} 파프리카무침/짜먹는양갱	흰쌀밥/배추김치 ^㉑ 미역국 ^{⑤⑥} 돼지불고기 ^{㉑⑤⑥⑩} 동태전 ^{①⑤⑥} 채소잡채 ^{㉑⑥/요구르트②}	수수밥/각두기 ^㉑ 감자단호박된장국 ^{㉑⑥} 취나물돈육두루치기 ^{㉑⑤⑥⑩} 가지나물 ^{⑤⑥/식혜}	기장밥/배추김치 ^㉑ 쇠고기미역국 ^{㉑⑤⑥⑩} 영양달걀찜 ^① 오이무침 ^{㉑⑥/포도주스}
오후간식	삼은달걀 ^① , 식혜, 우유 ^②	찐단호박, 우유 ^②	잔멸치죽먹방 ^⑤ , 우유 ^②	핫케이크 ^{①②⑤⑥} , 우유 ^②	미니우동 ^{⑤⑥} , 우유 ^②
석식	흰쌀밥/각두기 ^㉑ 아욱된장국 ^{㉑⑥} 돼지고기수육 ^㉑ 돌나물생채	수수밥/배추김치 ^㉑ (복합국) 두부가지조림 ^{㉑⑥} 취나물볶음 ^{㉑⑥}	기장밥/각두기 ^㉑ 안매운김치국 ^⑥ 쇠고기브로콜리볶음 ^{㉑⑤⑥⑩} 탕평채 ^{⑤⑥}	차조밥/배추김치 ^㉑ 들깨묵국 ^{㉑⑥} 오리불고기 ^{㉑⑥} 청경채무침 ^{㉑⑥}	흑미밥/각두기 ^㉑ 시금치양파국 ^{㉑⑥} 너비아나구이 ^{㉑⑤⑥⑩} 콩나물숙채 ^{㉑⑥}
열량/단백질	1228/53 1237/52	1096/45 1103/46	1226/52	1064/38	1046/42
날짜(요일)	6월 15일(월)	6월 16일(화)	휴먼데이 6월 17일(수)	6월 18일(목)	6월 19일(금)
오전간식	제철과일	고구마근대죽	들깨배추죽	팽이버섯김죽	제철과일
중식	차조밥/각두기 ^㉑ 팽이된장국 ^{㉑⑥} 제육볶음 ^{㉑⑥⑩} 비타민나물무침 ^{㉑⑤⑥/떠먹는요구르트②}	흑미밥/백김치 ^㉑ 애호박전국 ^⑥ (쇠고기단조림) ^{㉑⑥⑩} 김구이/과일푸딩	돈까스마요덮밥 ^{①⑤⑥⑩⑫⑬} 숙갓유부국 ^{㉑⑥} 양상추샐러드 ^⑤ 각두기 ^{㉑/짜먹는요구르트②}	기장밥/배추김치 ^㉑ 근대양파국 저당달걀비 ^{㉑⑤⑥} 난류 맛살감자볶음 ^{①⑤⑥⑧} 짜먹는양갱	흰쌀밥/각두기 ^㉑ 사각어묵국 ^{⑤⑥} 쇠고기미리김밥 ^{㉑⑤⑥⑩} 고사리나물 ^{㉑⑥/쌀과자①②⑤⑥⑩}
오후간식	토마토스카제트 ^{②⑤⑥⑫⑬⑭⑮} , 우유 ^②	우유과일화채 ^②	영양죽먹방 ^⑤ , 우유 ^②	잼샌드위치 ^{①②⑤⑥} , 우유 ^②	치즈고구마 ^② , 등굴레차, 우유 ^②
석식	기장밥/배추김치 ^㉑ 순두부백탕 ^⑤ 해물동그랑뎡 ^{①⑤⑥⑭⑮} 머위나물 ^{⑤⑥}	흰쌀밥/각두기 ^㉑ 시래기국 ^{㉑⑥} 닭고기굴소스볶음 ^{㉑⑤⑥⑬⑮} 삼색나물무침 ^{㉑⑥}	수수밥/배추김치 ^㉑ 미역국 ^{⑤⑥} 쇠고기고구마찜 ^{㉑⑥⑮} 미나리숙주나물	흑미밥/각두기 ^㉑ 돈육청국장국 ^{㉑⑥⑩} 달걀스크램블 ^{①②} 애호박나물 ^{⑤⑨}	차조밥/배추김치 ^㉑ 닭곰탕 ^⑤ 두부구이+양념장 ^{⑤⑥} 참나물볶음 ^{㉑⑥}
열량/단백질	1105/50	991/51 1012/52	1154/33	1085/45	1127/46
날짜(요일)	6월 22일(월)	6월 23일(화)	6월 24일(수)	6월 25일(목)	6월 26일(금)
오전간식	제철과일	브로콜리죽	모듬채소죽	노른자오이죽 ^①	제철과일
중식	흰쌀밥/배추김치 ^㉑ 열무된장국 ^{㉑⑥} 돼지고기볶음 ^{㉑⑥⑩⑫} 마카로니샐러드 ^{①⑤⑥/망고주스}	수수밥/각두기 ^㉑ 들깨우거죽 ^{㉑⑥} 쇠고기불고기 ^{㉑⑥⑩} 시금치나물 ^{㉑⑥/식혜}	닭고기카레라이스 ^{②⑤⑥⑫⑬⑭⑮} 우동맑은국 ^{㉑⑥} 비름나물무침 ^{㉑⑥} 각두기 ^{㉑/요구르트②}	흑미밥/배추김치 ^㉑ 삼색수제비국 ^⑥ (혼제오리구이) 청경채나물 ^{㉑⑥/약과} ^{㉑⑥}	차조밥/백김치 ^㉑ 삼색콩나물국 ^⑥ 미트볼조림 ^{①⑤⑥⑩⑮} 취나물무침 ^{㉑⑥/포도주스}
오후간식	삼색채소전 ^{㉑⑥} , 우유 ^②	모닝빵 ^{①②⑤⑥} , 우유 ^②	물만두 ^{⑤⑥⑩} , 우유 ^②	찐감자, 우유 ^②	간장비빔국수 ^{㉑⑥} , 우유 ^②
석식	흑미밥/각두기 ^㉑ (견새우아욱국) ^{㉑⑥⑨} 닭볶음탕 ^{㉑⑤⑬} 콩나물무침 ^{㉑⑥}	차조밥/배추김치 ^㉑ 참치미역국 ^{㉑⑥} 부추달걀말이 ^{①⑤} 새송이버섯조림 ^{㉑⑥}	기장밥/배추김치 ^㉑ 쇠고기탕국 ^{㉑⑥⑩} 두부스테이크 ^{①②⑤⑥⑫⑬⑮} 브로콜리볶음 ^{㉑⑥}	수수밥/각두기 ^㉑ 시금치된장국 ^{㉑⑥} 간풍 돼지고기볶음 ^{①⑤⑥⑩} 상추사과무침 ^{㉑⑥}	쇠고기가지덮밥 ^{㉑⑥⑩} 달걀탕 ^{①⑤⑥} 열무된장나물 ^{㉑⑥} 각두기 ^⑨
열량/단백질	1096/53 1099/54	1091/47	1157/44	1122/48 1122/47	1068/41
날짜(요일)	6월 29일(월)	6월 30일(화)	식단 작성자 : 김예은, 김희선, 김나을 영양사 / 발행일 2026.5.20.(수)		
오전간식	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)배추김치 로 표기하오니 어린이 급식소에서 선택 제공 후 세부 메뉴명 작성 필요		
중식	수수밥/백김치 ^㉑ 황태국 ^{㉑⑥} 쇠고기갯잎볶음 ^{㉑⑥⑩} 무생채/바나나우유 ^②	차조밥/배추김치 ^㉑ 미역된장국 ^{㉑⑥} 돼지고기양념찜 ^{㉑⑥⑩} 노각무침 ^{㉑⑥/오미자차}	[대체 메뉴 제공] 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 확인 하시기 바랍니다.		
오후간식	모듬어묵탕 ^{㉑⑥} , 우유 ^②	찐고구마, 우유 ^②			
석식	흰쌀밥/각두기 ^㉑ 채개장국 ^{㉑⑥} 닭살장조림 ^{㉑⑥⑬} 애호박볶음 ^{㉑⑥}	흑미밥/각두기 ^㉑ 사골시래기국 ^{②⑤⑥⑬⑮} 안매운파파두부 ^{㉑⑥} 양배추샐러드 ^{①⑤}			
열량/단백질	1204/57	990/34	이미지 출처 : 미리캔버스		

밥, 죽	배추김치		백김치	콩류		쇠고기(국내산은 종류도 함께 표기)					돼지고기	닭고기	오리고기
	배추	고춧가루	배추	두부	순두부	국용	볶음용	조림용	찜용	죽용			
쌀(백미, 찰쌀, 흑미)	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산현우	국내산현우	국내산현우	국내산현우	국내산현우	국내산	국내산	국내산
수산물	수산물	수산물	식육 가공품	비엔나소시지	너비아니	돈까스	훈제오리	미트볼		수산물 가공품	참치	진미채	해물동그랑뎡
고등어	동태	오징어		돼지고기	돼지고기	돼지고기	오리고기	돼지고기	닭고기		다랑어	오징어	오징어
노르웨이산	러시아산	국내산		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산		원양어산	페루산	국내산

■ 알레르기 유발 식품 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복합우유 ⑫토마토 ⑬야채산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳젓
 ■ 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.
 (근거 지표 : 식약처 고시 「식품 등의 표시기준」)