# 2026년 6월 1-2세 식단표 죽미포함 야간연장형

시흥시 어린이·사회복지급식관리지원센터

| 날짜(요일) | 6월 1일(월) | 6월 2일(화) | 6월 3일(수) | 6월 4일(목) | 6월 5일(금) | 6월 6일(토) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 오전간식 | 멜론 | 당근스틱, 슬라이스치즈② | | 떠먹는요구르트② | 오이스틱 | |
| 중식 | 흰쌀밥/배추김치⑨<br>근대된장국⑤⑥<br>순살찜닭⑤⑥⑮<br>참나물무침⑤⑥ | 수수밥/깍두기⑨<br>얼갈이배춧국<br>쇠고기찹스테이크⑤⑥⑫⑯<br>숙주무침 | 지방선거 | 차조밥/깍두기⑨<br>달걀부추국①⑤⑥<br>(참치감자조림⑤⑥)<br>곤드레나물볶음⑤⑥ | 흰쌀밥/배추김치⑨<br>모듬버섯국⑤⑥<br>돼지갈비찜⑤⑥⑩<br>진미채채소무침⑤⑥⑰ | 현충일 |
| 오후간식 | 잔치국수⑤⑥ | 소보로빵①②⑤⑥, 우유② | | 크로와상①②⑥, 우유② | 김가루주먹밥 | |
| 석식 | 흑미밥/깍두기⑨<br>두부미역국⑤⑥<br>비엔나소시지볶음②⑤⑥⑩<br>치커리겉절이 | 기장밥/배추김치⑨<br>맑은애호박국⑤⑥<br>돼지고기버섯구이⑤⑩<br>명엽채조림⑤⑥ | | 수수밥/배추김치⑨<br>참나물된장국⑤⑥<br>쇠고기주물럭⑤⑥⑱<br>도라지나물⑤ | 기장밥/깍두기⑨<br>수제비국⑥<br>닭고기숙주볶음⑤⑥⑮<br>얼갈이나물⑤⑥ | |
| 열량/단백질 | 664/34 | 709/29 | | 705/30 | 679/32 | |
| 날짜(요일) | 6월 8일(월) | 6월 9일(화) | 6월 10일(수) | 6월 11일(목) | 6월 12일(금) | 6월 13일(토) |
| 오전간식 | 방울토마토 | 치즈빵①②⑤⑥, 우유② | 파프리카스틱 | 두부과자①⑤⑥, 우유② | 참외 | 채소스틱 |
| 중식 | 흑미밥/배추김치⑨<br>유부채국⑤⑥<br>(쇠고기청경채볶음⑤⑥⑱)<br>저염브로콜리깨소스무침①⑤⑥ | 차조밥/깍두기⑨<br>콩나물국⑤<br>연경빌메뉴 간장닭강정①⑤⑥⑫⑮<br>파프리카무침 | 두부소보로비빔밥①⑤⑥<br>만둣국⑤⑥⑩<br>시금치무침⑤⑥<br>배추김치⑨/요구르트② | 수수밥/깍두기⑨<br>감자단호박된장국⑤⑥<br>취나물돈육두루치기⑤⑥⑩<br>가지나물⑤⑥ | 기장밥/배추김치⑨<br>쇠고기미역국⑤⑥⑱<br>영양달걀찜①<br>오이무침⑤⑥ | 흰쌀밥/ 배추김치⑨<br>건새우맑은국⑤⑥⑨<br>닭고기파프리카볶음⑤⑥⑮<br>아욱나물⑤⑥ |
| 오후간식 | 삶은달걀①, 식혜 | 찐단호박, 보리차 | 잔멸치주먹밥⑤ | 지즈케이크①②⑤⑥, 둥굴레차 | 미니우동⑤⑥ | 414/20 |
| 석식 | 흰쌀밥/깍두기⑨<br>아욱된장국⑤⑥<br>돼지고기수육⑩<br>돌나물생채 | 수수밥/배추김치⑨<br>순살동태국⑤⑥<br>두부가지조림⑤⑥<br>취나물볶음⑤⑥ | 기장밥/깍두기⑨<br>안매운김칫국⑨<br>쇠고기브로콜리볶음⑤⑥⑱<br>탕평채⑤⑥ | 차조밥/배추김치⑨<br>들깨뭇국⑤⑥<br>오리불고기⑤⑥<br>청경채무침⑤⑥ | 흑미밥/깍두기⑨<br>시금치양팟국⑤⑥<br>너비아니구이⑤⑥⑩⑱<br>콩나물숙채⑤⑥ | |
| 열량/단백질 | 699/29 | 714/29 | 683/24 | 709/25 | 634/26 | 269/13 |
| 날짜(요일) | 6월 15일(월) | 6월 16일(화) | 6월 17일(수) | 6월 18일(목) | 6월 19일(금) | 6월 20일(토) |
| 오전간식 | 수박 | 우유식빵①②③⑥, 우유② | 당근스틱 | 곡물씨리얼⑤⑥, 우유② | 바나나 | 슬라이스치즈② |
| 중식 | 차조밥/깍두기⑨<br>팽이된장국⑤⑥<br>제육볶음⑤⑥⑩<br>열무나물무침⑤⑥ | 흑미밥/ 배추김치⑨<br>애호박전국⑨<br>(쇠고기당근조림⑤⑥⑱)<br>김구이 | 돈까스마요덮밥①⑤⑥⑩⑮⑯<br>쑥갓유부국⑤⑥<br>양상추샐러드⑤<br>깍두기⑨/짜먹는요구르트② | 기장밥/배추김치⑨<br>근대양팟국<br>저당닭갈비⑤⑥⑮<br>신메뉴 맛살감자범벅①③⑥⑧ | 흰쌀밥/깍두기⑨<br>사각어묵국⑤⑥<br>쇠고기미나리잡채⑤⑥⑱<br>고사리나물⑤⑥ | 수수밥/깍두기⑨<br>콩가루배춧국⑤<br>달걀장조림①⑤⑥<br>잔멸치볶음⑤⑥ |
| 오후간식 | 토마토스파게티②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ | 과일화채 | 영양주먹밥⑤ | 잼샌드위치①②③⑥, 옥수수차 | 치즈고구마볼②, 둥굴레차 | 414/22 |
| 석식 | 기장밥/배추김치⑨<br>순두부백탕⑤<br>해물동그랑땡①⑤⑥⑰⑱<br>머위나물⑤⑥ | 흰쌀밥/깍두기⑨<br>시래기국⑤⑥<br>닭고기굴소스볶음⑤⑥⑮⑰<br>삼색나물무침⑤⑥ | 수수밥/배추김치⑨<br>미역국⑤⑥<br>쇠고기고구마찜⑤⑥⑱<br>미나리숙주나물 | 흑미밥/깍두기⑨<br>돈육청국장국⑤⑥⑩<br>달걀스크램블①②<br>애호박나물⑤⑨ | 차조밥/배추김치⑨<br>닭곰탕⑮<br>두부구이+양념장⑤⑥<br>참나물무침⑤⑥ | |
| 열량/단백질 | 622/26 | 679/32 | 671/19 | 700/28 | 638/26 | 332/12 |
| 날짜(요일) | 6월 22일(월) | 6월 23일(화) | 6월 24일(수) | 6월 25일(목) | 6월 26일(금) | 6월 27일(토) |
| 오전간식 | 수박 | 떠먹는요구르트② | 오이스틱 | 미숫가루⑤, 우유② | 파프리카스틱 | 두부과자①⑤⑥ |
| 중식 | 흰쌀밥/배추김치⑨<br>열무된장국⑤⑥<br>돼지고기콕찹⑤⑥⑩⑫<br>마카로니샐러드①⑤⑥ | 수수밥/깍두기⑨<br>들깨우거지국⑤⑥<br>쇠고기불고기⑤⑥⑱<br>시금치나물⑤⑥ | 닭고기카레라이스<br>②⑤⑥⑫⑮⑯⑰<br>우동장국⑤⑥<br>비름나물무침⑤⑥<br>깍두기⑨/요구르트② | 흑미밥/배추김치⑨<br>삼색수제비국⑥<br>(운제오리구이)<br>청경채나물⑤⑥ | 차조밥/배추김치⑨<br>맑은콩나물국⑤<br>미트볼조림①⑤⑥⑩⑮<br>취나물무침⑤⑥ | 기장밥/깍두기⑨<br>온도토리묵국⑤⑥<br>돼지고기청경채볶음⑤⑥⑩<br>오이나물⑤⑥ |
| 오후간식 | 삼색채소전⑤⑥ | 모닝빵①②⑤⑥, 우유② | 물만두⑤⑥⑩ | 찐감자, 보리차 | 간장비빔국수⑤⑥ | 500/18 |
| 석식 | 흑미밥/깍두기⑨<br>(건새우아욱국⑤⑥⑨)<br>닭볶음탕③⑥⑮<br>콩나물무침⑤⑥ | 차조밥/배추김치⑨<br>참치미역국⑤⑥<br>부추달걀말이①⑤<br>새송이버섯조림⑤⑥ | 기장밥/배추김치⑨<br>쇠고기탕국⑤⑥⑱<br>두부스테이크①②⑤⑥⑫⑮⑯<br>브로콜리볶음⑤⑥ | 수수밥/깍두기⑨<br>시금치된장국⑤⑥<br>깐풍돼지고기볶음①⑤⑥⑩<br>상추사과무침⑤⑥ | 쇠고기가지덮밥⑤⑥⑱<br>달걀탕①⑤⑥<br>열무된장나물⑤⑥<br>깍두기⑨ | |
| 열량/단백질 | 635/31 | 710/31 | 678/26 | 677/30 | 614/24 | 351/13 |
| 날짜(요일) | 6월 29일(월) | 6월 30일(화) | 식단 작성자 : 김예은, 김희선 영양사 / 발행일 2026.5.20.(수) | | | |
| 오전간식 | 제철과일 | 곡물씨리얼⑤⑥, 우유② | [식단 내 유색 글자 및 표시] | | | |
| 중식 | 수수밥/배추김치⑨<br>황태국⑤⑥<br>쇠고기깻잎볶음⑤⑥⑱<br>무생채 | 차조밥/배추김치⑨<br>미역된장국⑤⑥<br>돼지고기양념찜⑤⑥⑩<br>오이나물⑤⑥ | ① 빨간색 글자 : 자연식품<br>② 초록색 글자 : 원산지 의무 표기 대상 식품<br>③ 제철과일 : 제철과일 또는 채소스틱으로 선택 제공 후 세부 메뉴명 작성 필요<br>④ (백)배추김치로 표기하오니 어린이 급식소에서 선택 제공 후 세부 메뉴명 작성 필요 | | | |
| 오후간식 | 모듬어묵탕⑤⑥ | 찐고구마, 둥굴레차 | [대체 메뉴 제공] | | | |
| 석식 | 흰쌀밥/깍두기⑨<br>채개장국⑤⑥<br>닭살장조림⑤⑥⑮<br>애호박볶음⑤⑥ | 흑미밥/깍두기⑨<br>사골시래기국②⑤⑥⑮⑰⑱<br>안매운마파두부⑤⑥<br>양배추샐러드①⑤ | 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. | | | |
| 열량/단백질 | 668/33 | 709/24 | 이미지 출처 : 미리캔버스 | | | |

| 밥 | 배추김치 | | 백김치 | 콩류 | | 쇠고기(국내산은 종류도 함께 표기) | | | | 돼지고기 | 닭고기 | 오리고기 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 쌀(백미,흑미) | 배추 | 고춧가루 | 배추 | 두부 | 순두부 | 국용 | 볶음용 | 조림용 | 찜용 | | | |
| 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 호주산 | 호주산 | 호주산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 |

| 수산물 | | | 식육 가공품 | 비엔나소시지 | 너비아니 | 돈까스 | 훈제오리 | 미트볼 | | 수산물 가공품 | 참치 | 진미채 | 해물동그랑땡 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 고등어 | 동태 | 오징어 | | 돼지고기 | 돼지고기 | 돼지고기 | 오리고기 | 돼지고기 | 닭고기 | | 다랑어 | 오징어 | 오징어 |
| 노루웨이산 | 러시아산 | 페루산 | | 국내산 84.53% | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 18% | 국내산 33.98% | | 원양산 | 페루산 칠레산 88.24% | 페루, 칠레, 중국 88.24% |

■ 알레르기 유발 식품 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬이환산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣

■ 알레르기 유발 식품 번호는 사용하는 제품에 따라 다를 수 있으니 구입사용 시 확인해 주시고, 어린이집의 장은 식품알레르기 유발 식품 정보 및 응급조치 체계를 게시판 등에 공지해야 합니다. (근거 지표 : 식약처 고시 「식품 등의 표시기준」)

## ♥ 6월 행사 ♥

| | | | |
|---|---|---|---|
| 6/4(목)소래산 자연농원<br>(다솜,도담,가온,솔길&하람) | 6/9(화)올리사랑(솔길&하람)<br>6/12(금)영모재(가온.솔길&하람) | 6/16(화)숲체험(가온.솔길&하람) | 6/23(화)교통안전교육<br>(가온.솔길&하람)<br>6/26(금)영모재(가온.솔길&하람) |

SIHEUNG CITY 시흥

# 2026년 6월 3-5세 식단표 죽미포함 야간연장형

시흥시 어린이·사회복지급식관리지원센터

| 날짜(요일) | 6월 1일(월) | 6월 2일(화) | 6월 3일(수) | 6월 4일(목) | 6월 5일(금) | 6월 6일(토) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 오전간식 | 멜론 | 당근스틱, 슬라이스치즈② | | 떠먹는요구르트② | 오이스틱 | |
| 중식 | 흰쌀밥/배추김치⑨<br>근대된장국⑤⑥<br>순살찜닭⑤⑥⑮<br>참나물무침⑤⑥ | 수수밥/깍두기⑨<br>얼갈이배춧국<br>쇠고기찹스테이크⑤⑥⑫⑯<br>숙주무침 | | 차조밥/깍두기⑨<br>달걀부추국①⑤⑥<br>(참치감자조림⑤⑥)<br>곤드레나물볶음⑤⑥ | 흰쌀밥/배추김치⑨<br>모듬버섯국⑤⑥<br>돼지갈비찜⑤⑥⑩<br>진미채채소무침⑤⑥⑰ | |
| 오후간식 | 잔치국수⑤⑥ | 소보로빵①②③⑥, 우유② | | 크로와상①②⑥, 우유② | 김가루주먹밥 | |
| 석식 | 흑미밥/깍두기⑨<br>두부미역국⑤⑥<br>비엔나소시지볶음②③⑥⑩<br>치커리겉절이 | 기장밥/배추김치⑨<br>맑은애호박국⑤⑥<br>돼지고기버섯구이⑤⑩<br>명엽채조림⑤⑥ | | 수수밥/배추김치⑨<br>참나물된장국⑤⑥<br>쇠고기주물럭⑤⑥⑯<br>도라지나물⑤ | 기장밥/깍두기⑨<br>수제비국⑥<br>닭고기숙주볶음⑤⑥⑮<br>얼갈이나물⑤⑥ | |
| 열량/단백질 | 939/47 | 1011/42 | | 1055/43 | 1003/48 | |
| 날짜(요일) | 6월 8일(월) | 6월 9일(화) | 투present데이 6월 10일(수) | 6월 11일(목) | 6월 12일(금) | 6월 13일(토) |
| 오전간식 | 방울토마토 | 치즈빵①②⑤⑥, 우유② | 파프리카스틱 | 두부과자①③⑥, 우유② | 참외 | 채소스틱 |
| 중식 | 흑미밥/배추김치⑨<br>유부채국⑤⑥<br>(쇠고기청경채볶음⑤⑥⑱)<br>저염브로콜리깨소스무침①③⑥ | 차조밥/깍두기⑨<br>콩나물국⑤<br>연일별메뉴 간장<br>닭강정①⑤⑥⑫⑮<br>파프리카무침 | 두부소보로비빔밥①⑤⑥<br>만둣국⑤⑥⑩<br>시금치무침⑤⑥<br>배추김치⑨/요구르트② | 수수밥/깍두기⑨<br>감자단호박된장국⑤⑥<br>취나물돈육두루치기⑤⑥⑩<br>가지나물⑤⑥ | 기장밥/배추김치⑨<br>쇠고기미역국⑤⑥⑱<br>영양달걀찜①<br>오이무침⑤⑥ | 흰쌀밥/ 배추김치⑨<br>건새우맑은국⑤⑥⑨<br>닭고기파프리카볶음⑤⑥⑮<br>아욱나물⑤⑥ |
| 오후간식 | 삶은달걀①, 식혜 | 찐단호박, 보리차 | 잔멸치주먹밥⑤ | 지즈케이크①②③⑥, 둥굴레차 | 미니우동⑤⑥ | 414/20 |
| 석식 | 흰쌀밥/깍두기⑨<br>아욱된장국⑤⑥<br>돼지고기수육⑩<br>돌나물생채 | 수수밥/배추김치⑨<br>순살동태국⑤⑥<br>두부가지조림⑤⑥<br>취나물볶음⑤⑥ | 기장밥/깍두기⑨<br>안매운김칫국⑨<br>쇠고기브로콜리볶음⑤⑥⑱<br>탕평채⑤⑥ | 차조밥/배추김치⑨<br>들깨뭇국⑤⑥<br>오리불고기⑤⑥<br>청경채무침⑤⑥ | 흑미밥/깍두기⑨<br>시금치양팟국⑤⑥<br>너비아니구이⑤⑥⑩⑱<br>콩나물숙채⑤⑥ | |
| 열량/단백질 | 1061/41 | 1048/43 | 989/36 | 1061/38 | 900/37 | |
| 날짜(요일) | 6월 15일(월) | 6월 16일(화) | 투present데이 6월 17일(수) | 6월 18일(목) | 6월 19일(금) | 6월 20일(토) |
| 오전간식 | 수박 | 우유식빵①②③⑥, 우유② | 당근스틱 | 곡물씨리얼③⑥, 우유② | 바나나 | 슬라이스치즈② |
| 중식 | 차조밥/깍두기⑨<br>팽이된장국⑤⑥<br>제육볶음③⑥⑩<br>열무나물무침③⑥ | 흑미밥/ 배추김치⑨<br>애호박전국⑨<br>(쇠고기당근조림⑤⑥⑱)<br>김구이 | 돈까스마요덮밥①③⑥⑩⑮⑱<br>쑥갓유부국⑤⑥<br>양상추샐러드⑤<br>깍두기⑨/짜먹는요구르트② | 기장밥/배추김치⑨<br>근대양팟국<br>저당닭갈비⑤⑥⑮<br>신메뉴 맛살감자범벅①③⑥⑧ | 흰쌀밥/깍두기⑨<br>사각어묵국⑤⑥<br>쇠고기미나리잡채③⑥⑱<br>고사리나물⑤⑥ | 수수밥/깍두기⑨<br>콩가루배춧국⑤<br>달걀장조림①⑤⑥<br>잔멸치볶음⑤⑥ |
| 오후간식 | 토마토스파게티②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ | 과일화채 | 영양주먹밥⑤ | 잼샌드위치①②③⑥, 옥수수차 | 치즈고구마볼②, 둥굴레차 | 414/22 |
| 석식 | 기장밥/배추김치⑨<br>순두부백탕⑤<br>해물동그랑땡①⑤⑥⑰⑲<br>머위나물⑤⑥ | 흰쌀밥/깍두기⑨<br>시래기국⑤⑥<br>닭고기굴소스볶음③⑥⑮⑱<br>삼색나물무침⑤⑥ | 수수밥/배추김치⑨<br>미역국⑤⑥<br>쇠고기고구마찜⑤⑥⑱<br>미나리숙주나물 | 흑미밥/깍두기⑨<br>돈육청국장국⑤⑥⑩<br>달걀스크램블①②<br>애호박나물⑤⑨ | 차조밥/배추김치⑨<br>닭곰탕⑮<br>두부구이+양념장⑤⑥<br>참나물무침⑤⑥ | |
| 열량/단백질 | 936/41 | 1047/44 | 977/27 | 1062/44 | 951/40 | |
| 날짜(요일) | 6월 22일(월) | 6월 23일(화) | 6월 24일(수) | 6월 25일(목) | 6월 26일(금) | 6월 27일(토) |
| 오전간식 | 수박 | 떠먹는요구르트② | 오이스틱 | 미숫가루③, 우유② | 파프리카스틱 | 두부과자①⑤⑥ |
| 중식 | 흰쌀밥/배추김치⑨<br>열무된장국⑤⑥<br>돼지고기목살⑤⑥⑩⑫<br>마카로니샐러드①⑤⑥ | 수수밥/깍두기⑨<br>들깨우거지국⑤⑥<br>쇠고기불고기⑤⑥⑱<br>시금치나물⑤⑥ | 닭고기카레라이스<br>②⑤⑥⑫⑮⑯⑰<br>우동장국⑤⑥<br>비름나물무침⑤⑥<br>깍두기⑨/요구르트② | 흑미밥/배추김치⑨<br>삼색수제비국⑥<br>(훈제오리구이)<br>청경채나물⑤⑥ | 차조밥/배추김치⑨<br>맑은콩나물국③<br>미트볼조림①⑤⑥⑩⑮<br>취나물무침⑤⑥ | 기장밥/깍두기⑨<br>온도토리묵국⑤⑥<br>돼지고기청경채볶음⑤⑥⑩<br>오이나물⑤⑥ |
| 오후간식 | 삼색채소전⑤⑥ | 모닝빵①②⑤⑥, 우유② | 물만두⑤⑥⑩ | 찐감자, 보리차 | 간장비빔국수⑤⑥ | 500/18 |
| 석식 | 흑미밥/깍두기⑨<br>(건새우아욱국⑤⑥⑨)<br>닭볶음탕③⑥⑮<br>콩나물무침⑤⑥ | 차조밥/배추김치⑨<br>참치미역국⑤⑥<br>부추달걀말이①⑤<br>새송이버섯조림⑤⑥ | 기장밥/배추김치⑨<br>쇠고기탕국⑤⑥⑱<br>두부스테이크①②⑤⑥⑫⑮⑯<br>브로콜리볶음⑤⑥ | 수수밥/깍두기⑨<br>시금치된장국⑤⑥<br>깐풍돼지고기볶음⑮⑤⑥⑩<br>상추사과무침⑤⑥ | 쇠고기가지덮밥⑤⑥⑱<br>달걀탕①③⑥<br>열무된장나물⑤⑥<br>깍두기⑨ | |
| 열량/단백질 | 974/49 | 1051/49 | 981/38 | 975/45 | 922/36 | |
| 날짜(요일) | 6월 29일(월) | 6월 30일(화) | 식단 작성자 : 김예은, 김희선 영양사 / 발행일 2026.5.20.(수) | | | |
| 오전간식 | 오이스틱 | 곡물씨리얼⑤⑥, 우유② | | | | |
| 중식 | 수수밥/배추김치⑨<br>황태국⑤⑥<br>쇠고기깻잎볶음⑤⑥⑱<br>무생채 | 차조밥/배추김치⑨<br>미역된장국⑤⑥<br>돼지고기양념찜⑤⑥⑩<br>오이나물⑤⑥ | [식단 내 유색 글자 및 표시]<br>① 빨간색 글자 : 자연식품<br>② 초록색 글자 : 원산지 의무 표기 대상 식품<br>③ 제철과일 : 제철과일 또는 채소스틱으로 선택 제공 후 세부 메뉴명 작성 필요<br>④ (백)배추김치로 표기하오니 어린이 급식소에서 선택 제공 후 세부 메뉴명 작성 필요 | | | |
| 오후간식 | 모듬어묵탕⑤⑥ | 찐고구마, 둥굴레차 | [대체 메뉴 제공]<br>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. | | | |
| 석식 | 흰쌀밥/깍두기⑨<br>채개장국⑤⑥<br>닭살장조림⑤⑥⑮<br>애호박볶음⑤⑥ | 흑미밥/깍두기⑨<br>사골시래기국②③⑥⑮⑯⑰<br>안매운마파두부⑤⑥<br>양배추샐러드①⑤ | | | | |
| 열량/단백질 | 972/48 | 991/34 | | | | 이미지 출처 : 미리캔버스 |

| 밥 | 배추김치 | | 백김치 | 콩류 | | 쇠고기(국내산은 종류도 함께 표기) | | | | 돼지고기 | 닭고기 | 오리고기 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 쌀(백미,흑미) | 배추 | 고춧가루 | 배추 | 두부 | 순두부 | 국용 | 볶음용 | 조림용 | 찜용 | | | |
| 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 호주산 | 호주산 | 호주산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 |

| 수산물 | | | 식육 가공품 | 비엔나소시지 | 너비아니 | 돈까스 | 훈제오리 | 미트볼 | | 수산물 가공품 | 참치 | 진미채 | 해물동그랑땡 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 고등어 | 동태 | 오징어 | | 돼지고기 | 돼지고기 | 돼지고기 | 오리고기 | 돼지고기 | 닭고기 | | 다랑어 | 오징어 | 오징어 |
| 노루웨이산 | 러시아산 | 페루산 | | 국내산 84.53% | 국내산 | 국내산 | 국내산 | 국내산 18% | 국내산 33.98% | | 원양산 | 페루산 칠레산 88.24% | 페루, 칠레, 중국 88.24% |

■ 알레르기 유발 식품 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬이환산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣

■ 알레르기 유발 식품 번호는 사용하는 제품에 따라 다를 수 있으니 구입사용 시 확인해 주시고, 어린이집의 장은 식품알레르기 유발 식품 정보 및 응급조치 체계를 게시판 등에 공지해야 합니다. (근거 지표 : 식약처 고시 「식품 등의 표시기준」)

## ♥ 6월 행사 ♥

| | | | |
|---|---|---|---|
| 6/4(목)소래산 자연농원<br>(다솜,도담,가온,솔길&하람) | 6/9(화)올리사랑(솔길&하람)<br>6/12(금)영모재(가온.솔길&하람) | 6/16(화)숲체험(가온.솔길&하람) | 6/23(화)교통안전교육<br>(가온.솔길&하람)<br>6/26(금)영모재(가온.솔길&하람) |