

2026년 10월 만 3-5세 유아식단표

결재	영양사	원장
		

※ 만 1-2세 영아식과 만 3-5세 유아식은 저작능력을 고려하여 크기가 다르게 제공됩니다.

일자/요일	월	화	수	목	금	토
날짜				1	2	3
오전간식	※ 영유아 식단은 영유아의 적절한 성장과 양호한 영양상태를 유지함과 동시에 건강한 식습관 형성이 목적입니다. ※ 만 1-2세 영아식과 만 3-5세 유아식은 저염식입니다. ※ 만 1-2세 영아식과 만 3-5세 유아식은 저작능력을 고려하여 크기가 다르게 제공됩니다. ※ 만 1-2세에게 제공되는 우유는 유당이 제거된 락토프리 우유가 제공됩니다. ※ 만 1-2세 영아식과 만 3-5세 유아식은 생소하거나 기호가 낮은 식재료와 천혜질 수 있도록 음식에서 식품의 노출을 점차 늘려가 편식을 예방하기 위하여 다양한 식품을 사용하고 있습니다. * 식단은 어린이집 사정 및 시장 동향에 따라 일부 메뉴가 변동될 수 있습니다. * * 변동된 메뉴는 오늘의식단(조리실앞게시)이나 카페에 게시되오니 참고 바랍니다. * * 수급상황에 따라 원산지가 변경될 수 있습니다. *			찐단호박/우유②	부추계란죽①⑤⑥	개천절
점심				백미밥 연두부된장국⑤⑥ 아채오징어볶음⑤⑥⑦ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 소고기뭇국⑤⑥⑬ 두부양파조림⑤⑥ 시금치무침⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑨⑫	
오후간식				삼색수제비⑤⑥	바나나/우유②	
식재료 원산지				연두부(콩-국내산) 오징어-국내산	소고기-호주산 두부(콩-외국산)	
변동사항						
날짜	5 대체휴일	6	7	8	9 한글날	10
오전간식		시리얼/우유②⑥	채소죽⑤⑥	샤인머스켓/우유②		
점심		백미밥 근대맑은국⑤⑥ 순살가지미살조림⑤⑥ 숙주나물⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑨⑫	칼슘슌단호박참쌀밥 아욱국⑤⑥ 돼지고기국수⑤⑥⑩⑫ 오이나물⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 사골황태국⑤⑥⑩⑬ 닭살대리야끼조림⑤⑥⑩⑬ 얼갈이무침⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑨⑫		
오후간식		칼국수⑤⑥	찐고구마/우유②	찐만두/보리차⑤⑥⑩⑬⑭		
식재료 원산지		두부(콩-외국산) 가지마-미국산	돼지고기-국내산 두부(콩-외국산)	닭고기-국내산		
변동사항						
날짜	12	13	14	15 ♥Birthday♥	16	17
오전간식	모듬채소죽⑤⑥	양송이스프/조각식빵 ②⑤⑥⑬⑭	고구마우유죽②⑤⑥	찐단호박/샤인머스켓	계살당근죽 ⑤⑥⑧	
점심	백미밥 콩나물국⑤⑥ 너비아니야채볶음 ⑤⑥⑩⑬ 새송이버섯나물⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑨⑫	찰현미밥 들깨배추국⑤⑥ 영양계란찜①②⑤⑥ 사각어묵볶음⑤⑥⑬ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 채소당면국⑤⑥ 삼치조림⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑨⑫	백미밥 소고기미역국⑤⑥⑬ 탕수육&소스①⑤⑥⑩⑫ 근대나물⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫ 생일(초코)케이크 ①②⑤⑥	백미밥 숙주맑은국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 김구이⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑨⑫	
오후간식	찐감자/우유,샤인머스켓②	미니우동⑤⑥	잔치국수/샤인머스켓 ①⑤⑥	아채로케/보리차 ①⑤⑥⑩	썬샌드위치/우유①②⑤⑥	
식재료 원산지	너비아니(닭고기-국내산, 돼지고기-국내산)		삼치-국내산	소고기-호주산 탕수육(돼지고기-국내산)	붉은대게-국내산 두부(콩-외국산) 오리-국내산	
변동사항						
날짜	19	20	21	22	23	24
오전간식	참쌀채소죽⑤⑥	찐감자/마시는요구르트②	닭가슴살죽⑤⑥⑬	배/우유②	브로콜리죽⑤⑥	
점심	백미밥 순살동태맑은국⑤⑥ 닭살프리카볶음⑤⑥⑬ 가지나물⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 달걀파국①⑤⑥ 간장제육볶음⑤⑥⑩⑬ 상추겉절이⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑨⑫	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 순살코다리조림⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 청경채된장국⑤⑥ 한식잡채⑤⑥⑩ 양배추나물⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑨⑫	닭살카레덮밥 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑮ 미소양파국⑤⑥ 청포묵무침⑤⑥ 유자단무지채 떠먹는요구르트②	
오후간식	카스텔라/우유①②⑤⑥	삼색야채어묵탕/배①⑤⑥	김말이튀김/동글레차 ⑤⑥⑬	만두국⑤⑥⑩⑬⑭	로제소스스파게티 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑮	
식재료 원산지	동태-러시아산 두부(콩-외국산) 닭고기-국내산	돼지고기-국내산	닭고기-국내산 두부(콩-외국산) 코다리-러시아산	두부(콩-외국산) 돼지고기-국내산	닭고기-국내산 두부(콩-외국산)	
변동사항						
날짜	26	27	28	29	30	31
오전간식	밤죽⑤⑥	샤인머스켓/ 영양가득우유미숫가루②⑤⑥	참깨죽⑤⑥	찐고구마/샤인머스켓	아채참치죽⑤⑥	
점심	혼합잡곡밥 감자국①⑤⑥ 문어모양비엔나볶음 ⑤⑥⑩⑬⑭ 파래김자반⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑨⑫	백미밥 유부숙갯국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑬ 단호박조림⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 어묵국⑤⑥⑬ 함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 치커리초간장생채 배추김치⑤⑥⑨⑫	백미밥 참나물된장국⑤⑥ 고등어조림⑤⑥⑦ 브로콜리무침⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 무채된장국⑤⑥⑬ 돈민찌두부조림 ⑤⑥⑩⑬ 깻잎나물⑤⑥ 배추김치⑤⑥⑨⑫	
오후간식	팬케이크/우유①②⑤⑥	모짜렐라치즈볼/보리차 ①②⑤⑥	구운계란/우유①②	짜장면②⑤⑥⑩⑬⑭⑮	바나나/우유②	
식재료 원산지	문어모양비엔나 (돼지고기-국내산)	두부(콩-외국산) 닭고기-국내산	함박스테이크 (돼지고기-국내산, 닭고기-국내산)	두부(콩-외국산) 고등어-국내산 돼지고기-국내산	참치(가다랑어-원양산, 태평양산) 두부(콩-외국산) 돼지고기-국내산	
변동사항						

원산지 일괄 표시				
쌀(멥쌀, 찰쌀, 현미, 흑미)		배추김치		백김치
밥·죽·누룽지	국내산	배추-국내산	고춧가루-국내산	배추-국내산
알레르기 유발식품				
난류①(계란, 가공류 등), 우유②, 메밀③, 땅콩④, 대두⑤, 밀⑥, 고등어⑦, 게⑧, 새우⑨, 돼지고기⑩, 복숭아⑪, 토마토⑫, 아황산류⑬, 호두⑭, 닭고기⑮, 쇠고기⑯, 오징어⑰, 조개류⑱(굴, 전복, 홍합 포함), 참⑲, 보리⑲				

군포시립당정동어린이집

2026년 10월 만 2세 영아식단표

결재	영양사	원장
		

※ 만 1-2세 영아식과 만 3-5세 유아식은 저작능력을 고려하여 크기가 다르게 제공됩니다.

일자/요일	월	화	수	목	금	토
날짜				1	2	3
오전간식	※ 영유아 식단은 영유아의 적절한 성장과 양호한 영양상태를 유지함과 동시에 건강한 식습관 형성이 목적입니다. ※ 만 1-2세 영아식과 만 3-5세 유아식은 저염식입니다. ※ 만 1-2세 영아식과 만 3-5세 유아식은 저작능력을 고려하여 크기가 다르게 제공됩니다. ※ 만 1-2세에게 제공되는 우유는 유당이 제거된 락토프리 우유가 제공됩니다. ※ 만 1-2세 영아식과 만 3-5세 유아식은 생소하거나 기호가 낮은 식재료와 친해질 수 있도록 음식에서 식품의 노출을 점차 늘려가 편식을 예방하기 위하여 다양한 식품을 사용하고 있습니다. * 식단은 어린이집 사정 및 시장 동향에 따라 일부 메뉴가 변동될 수 있습니다.* * 변동된 메뉴는 오늘의식단(조리실알게시)이나 카페에 게시되오니 참고바랍니다.* * 수급상황에 따라 원산지가 변경될 수 있습니다.*			찐단호박/우유② 백미밥 연두부된장국⑤⑥ 야채오징어볶음⑤⑥⑦ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	부추계란죽①⑤⑥ 백미밥 소고기묵국⑤⑥⑬ 두부양파조림⑤⑥ 시금치무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	개천절
점심				연두부(콩-국내산) 오징어-국내산	소고기-호주산 두부(콩-외국산)	
오후간식				삼색수제비⑤⑥	바나나/우유②	
식재료 원산지						
변동사항						
날짜	5 대체휴일	6	7	8	9 한글날	10
오전간식		시리얼/우유②⑥	채소죽⑤⑥	샤인머스켓/우유②		
점심		백미밥 근대맑은국⑤⑥ 순살가자미살조림⑤⑥ 숙주나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	칼슘숙단호박잡쌀밥 아욱국⑤⑥ 돼지고기복합⑤⑥⑩⑫ 오이나물⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 사골황태국⑤⑥⑬⑭ 닭살데리야끼조림⑤⑥⑬⑭ 얼갈이무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫		
오후간식		칼국수⑤⑥	찐고구마/우유②	찐만두/보리차⑤⑥⑩⑬⑭		
식재료 원산지		두부(콩-외국산) 가자미-미국산	돼지고기-국내산 두부(콩-외국산)	닭고기-국내산		
변동사항						
날짜	12	13	14	15 ♥Birthday♥	16	17
오전간식	모듬채소죽⑤⑥	양송이스트프/조각식빵 ②⑤⑥⑬⑭	고구마우유죽②⑤⑥	찐단호박/샤인머스켓	계살당근죽⑤⑥⑧	
점심	백미밥 콩나물국⑤ 너비아니야채볶음 ⑤⑥⑩⑬ 새송이버섯나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	찰현미밥 들깨배추국⑤⑥ 영양계란찜①②⑤⑥ 사각어묵볶음⑤⑥⑬ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 채소당면국⑤⑥ 삼치조림⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	백미밥 소고기미역국⑤⑥⑬ 탕수육①⑤⑥⑩⑫ 근대나물⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫ 생일(초코)케이크 ①②⑤⑥	백미밥 숙주맑은국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 김구이⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	
오후간식	찐감자/우유, 샤인머스켓②	미니우동⑤⑥	잔치국수/샤인머스켓 ①⑤⑥	야채고로케/보리차 ①⑤⑥⑩	찐생선위치/우유①②⑤⑥	
식재료 원산지	너비아니(닭고기-국내산, 돼지고기-국내산)		삼치-국내산	소고기-호주산 탕수육(돼지고기-국내산)	붉은대개-국내산 두부(콩-외국산) 오리-국내산	
변동사항						
날짜	19	20	21	22	23	24
오전간식	참쌀채소죽⑤⑥	찐감자/마시는요구르트②	닭가슴살죽⑤⑥⑬	배/우유②	브로콜리죽⑤⑥	
점심	백미밥 순살동태맑은국⑤⑥ 닭살파프리카볶음⑤⑥⑬ 가지나물⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 달걀파국①⑤⑥ 간장제육볶음⑤⑥⑩⑬ 상추겉절이⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 순살코다리조림⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 청경채된장국⑤⑥ 한식잡채⑤⑥⑩ 양배추나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	닭살카레덮밥 ②⑤⑥⑩⑬⑭⑮ 미소양파국⑤⑥ 청포묵무침⑤⑥ 유자단무치채 떠먹는요구르트②	
오후간식	카스텔라/우유①②⑤⑥	삼색야채어묵탕/배①⑤⑥	김말이튀김/동글레차 ⑤⑥⑬	만두국⑤⑥⑩⑬⑭	로제소스파게티 ②⑤⑥⑩⑬⑭⑮	
식재료 원산지	동태-러시아산 두부(콩-외국산) 닭고기-국내산	돼지고기-국내산	닭고기-국내산 두부(콩-외국산) 코다리-러시아산	두부(콩-외국산) 돼지고기-국내산	닭고기-국내산 두부(콩-외국산)	
변동사항						
날짜	26	27	28	29	30	31
오전간식	밤죽⑤⑥	샤인머스켓/ 영양가득우유미숫가루②⑤⑥	참깨죽⑤⑥	찐고구마/샤인머스켓	야채참치죽⑤⑥	
점심	혼합잡곡밥 감자국①⑤⑥ 돈육조림⑤⑥⑩ 파래김자반⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	백미밥 유부숙갓국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑬ 단호박조림⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 어묵국⑤⑥⑬ 함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 치커리초간장생채 백김치⑤⑥⑨⑫	백미밥 참나물된장국⑤⑥ 고등어조림⑤⑥⑦ 브로콜리무침⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 무채된장국⑤⑥⑬ 돈민찌두부조림 ⑤⑥⑩⑬ 깍두기나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	
오후간식	팬케이크/우유①②⑤⑥	모짜렐라치즈볼/보리차 ①②⑤⑥	구운계란/우유①②	짜장면②⑤⑥⑩⑬⑭⑮	바나나/우유②	
식재료 원산지	돼지고기-국내산	두부(콩-외국산) 닭고기-국내산	함박스테이크 (돼지고기-국내산, 닭고기-국내산)	두부(콩-외국산) 고등어-국내산 돼지고기-국내산	참치(가다랑어- 원양산, 태평양산) 두부(콩-외국산) 돼지고기-국내산	
변동사항						

원산지 일괄 표시				
쌀(멥쌀, 찰쌀, 현미, 흑미)		배추김치		백김치
밥·죽·누룽지	국내산	배추-국내산	고춧가루-국내산	배추-국내산
알레르기 유발식품	난류①(계란, 가금류 등), 우유②, 메밀③, 땅콩④, 대두⑤, 밀⑥, 고등어⑦, 게⑧, 새우⑨, 돼지고기⑩, 복숭아⑪, 토마토⑫, 아황산류⑬, 호두⑭, 닭고기⑮, 쇠고기⑯, 오징어⑰, 조개류⑱(굴, 전복, 홍합 포함), 참깨, 보리②②			

2026년 10월 만 1세 영아식단표

결 재	영양사	원 장
		

※ 만 1-2세 영아식과 만 3-5세 유아식은 저작능력을 고려하여 크기가 다르게 제공됩니다

일자/요일	월	화	수	목	금	토
날짜				1	2	3
오전간식				찐단호박/우유②	부추계란죽①⑤⑥	개천절
점심	※ 영유아 식단은 영유아의 적절한 성장과 양호한 영양상태를 유지함과 동시에 건강한 식습관 형성이 목적입니다. ※ 만 1-2세 영아식과 만 3-5세 유아식은 저염식입니다. ※ 만 1-2세 영아식과 만 3-5세 유아식은 저작능력을 고려하여 크기가 다르게 제공됩니다. ※ 만 1-2세에게 제공되는 우유는 유당이 제거된 락토프리 우유가 제공됩니다. ※ 만 1-2세 영아식과 만 3-5세 유아식은 생소하거나 기호가 낮은 식재료와 전해질 수 있도록 음식에서 식품의 노출을 점차 늘려가 편식을 예방하기 위하여 다양한 식품을 사용하고 있습니다. * 식단은 어린이집 사정 및 시장 동향에 따라 일부 메뉴가 변동될 수 있습니다.* * 변동된 메뉴는 오늘의식단(조리실알게시)이나 카페에 게시되오니 참고 바랍니다.* * 수급상황에 따라 원산지가 변경될 수 있습니다.*			백미밥 연두부된장국⑤⑥ 야채오징어볶음⑤⑥⑦ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫ 삼색수제비⑤⑥	백미밥 소고기뭇국⑤⑥⑫ 두부양파조림⑤⑥ 시금치무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫ 바나나/우유②	
오후간식				연두부(콩-국내산) 오징어-국내산	소고기-호주산 두부(콩-외국산)	
식재료 원산지						
변동사항						
날짜	5 대체휴일	6	7	8	9 한글날	10
오전간식		찐감자/우유②	채소죽⑤⑥	샤인머스켓/우유②		
점심		백미밥 근대맑은국⑤⑥ 순살가자미살조림⑤⑥ 숙주나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	칼슘숙단호박참쌀밥 아욱국⑤⑥ 돼지고기쪽창⑤⑥⑩⑫ 오이 나물⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 사골황태국⑤⑥⑬⑭ 닭살데리야끼조림⑤⑥⑬⑭ 얼갈이무침⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫		
오후간식		칼국수⑤⑥	찐고구마/우유②	찐만두/보리차⑤⑥⑩⑬⑭		
식재료 원산지		두부(콩-외국산) 가자미-미국산	돼지고기-국내산 두부(콩-외국산)	닭고기-국내산		
변동사항						
날짜	12	13	14	15 ♥Birthday♥	16	17
오전간식	모듬채소죽⑤⑥	유기농쌀과자/우유②	고구마우유죽②⑤⑥	찐단호박/샤인머스켓	게살당근죽⑤⑥⑧	
점심	백미밥 콩나물국⑤⑥ 돈육야채볶음 ⑤⑥⑩⑫ 새송이버섯나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	찰현미밥 들깨배추국⑤⑥ 영양계란찜①②⑤⑥ 사각어묵볶음⑤⑥⑬ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 채소당면국⑤⑥ 삼치조림⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	백미밥 소고기미역국⑤⑥⑫ 탕수육①⑤⑥⑩⑫ 근대나물⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫ 마시는요구르트②	백미밥 숙주맑은국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 김구이⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	
오후간식	찐감자/우유, 샤인머스켓②	미니우동⑤⑥	잔치국수/샤인머스켓 ①⑤⑥	야채고로케/보리차 ①⑤⑥⑩	자른모닝빵/우유①②⑤⑥	
식재료 원산지	돼지고기-국내산		삼치-국내산	소고기-호주산 탕수육(돼지고기-국내산)	붉은대게-국내산 두부(콩-외국산) 오리-국내산	
변동사항						
날짜	19	20	21	22	23	24
오전간식	참쌀채소죽⑤⑥	찐감자/마시는요구르트②	닭가슴살죽⑤⑥⑬	배/우유②	브로콜리죽⑤⑥	
점심	백미밥 순살동태맑은국⑤⑥ 닭살파프리카볶음⑤⑥⑬ 가지나물⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 달걀파국①⑤⑥ 간장계란찜⑤⑥⑩⑬ 상추겉절이⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 순살코다리조림⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 청경채된장국⑤⑥ 한식잡채⑤⑥⑩ 양배추나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	백미밥 미소양파국⑤⑥ 닭살볶음⑤⑥⑬ 청포묵무침⑤⑥ 유자단무지채 떠먹는요구르트②	
오후간식	카스텔라/우유①②⑤⑥	삼색야채어묵탕/배①⑤⑥	김말이튀김/동글레차 ⑤⑥⑬	만두국⑤⑥⑩⑬⑭	로제소스스파게티 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑮	
식재료 원산지	동태-러시아산 두부(콩-외국산) 닭고기-국내산	돼지고기-국내산	닭고기-국내산 두부(콩-외국산) 코다리-러시아산	두부(콩-외국산) 돼지고기-국내산	닭고기-국내산 두부(콩-외국산)	
변동사항						
날짜	26	27	28	29	30	31
오전간식	밤죽⑤⑥	샤인머스켓/ 연약가득미숫가루②⑤⑥	참깨죽⑤⑥	찐고구마/샤인머스켓	야채참치죽⑤⑥	
점심	혼합잡곡밥 감자국①⑤⑥ 돈육조림⑤⑥⑩ 파래김자반⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	백미밥 유부썬갯국⑤⑥ 순살찜닭⑤⑥⑬ 단호박조림⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 어묵국⑤⑥⑬ 함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 치커리초간장생채 백김치⑤⑥⑨⑫	백미밥 참나물된장국⑤⑥ 고등어조림⑤⑥⑦ 브로콜리무침①⑤⑥ 깍두기⑤⑥⑨⑫	백미밥 무채된장국⑤⑥⑬ 돈민찌두부조림 ⑤⑥⑩⑬ 갯잎나물⑤⑥ 백김치⑤⑥⑨⑫	
오후간식	팬케이크/우유①②⑤⑥	모짜렐라치즈볼/보리차 ①②⑤⑥	구운계란/우유①②	유기농쌀과자/우유②	바나나/우유②	
식재료 원산지	돼지고기-국내산	두부(콩-외국산) 닭고기-국내산	함박스테이크 (돼지고기-국내산, 닭고기-국내산)	두부(콩-외국산) 고등어-국내산	참치(가다랑어- 원양산, 태평양산) 두부(콩-외국산) 돼지고기-국내산	
변동사항						

원산지 일괄 표시				
쌀(찐쌀, 찰쌀, 현미, 흑미)		배추김치		백김치
밥·죽·누룽지	국내산	배추-국내산	고춧가루-국내산	배추-국내산
알레르기 유발식품	난류①(계란, 가금류 등), 우유②, 메밀③, 명품④, 대두⑤, 밀⑥, 고등어⑦, 게⑧, 새우⑨, 돼지고기⑩, 복숭아⑪, 토마토⑫, 아황산류⑬, 호두⑭, 닭고기⑮, 쇠고기⑯, 오징어⑰, 조개류⑱(굴, 전복, 홍합 포함), 잣⑲, 버리⑲			

2026년 10월 만0세 식단표

결재	영양사	원장
		

※만0세 이유식은 무염식입니다.

일자/요일	월	화	수	목	금	토
날짜					1	2
오전간식	※ 이유식 식단은 영아에게 걸쭉한 반고형식을 주기 시작하여 단단한 정도, 양과, 종류를 증가시켜 고형식으로 이행해 나가는 과정이며 영아의 적절한 성장과 양호한 영양상태를 유지함과 동시에 건강한 식습관 형성이 목적입니다. ※ 영아의 적절한 성장과 양호한 영양상태를 유지함과 동시에 건강한 식습관 형성이 목적입니다. ※ 영아들에게 제공되는 모든 음식은 잘게 잘라 먹기 쉽게 제공하고 있습니다. ※ 아기치즈1단계 (6~18개월) ※ 떠먹는 요구르트1단계 (6~12개월) ※ 이유식중기-생후6개월~8개월 ※ 이유식후기-생후9개월~11개월 ※ 이유식완료가(생후12개월)-영아식 ※ 생후12개월에 제공되는 우유는 유당이 제거된 락토프리 우유가 제공됩니다. * 식단은 어린이집 사정 및 시장 동향에 따라 일부 메뉴가 변동될 수 있습니다.* * 변동된 메뉴는 오늘의식단(조리실앞게시)이나 카페에 게시되오 참고 바랍니다.* * 수급상황에 따라 원산지가 변경될 수 있습니다.*			연두부죽⑤⑥	부추계란죽①⑤⑥	개천절
중기				흰살생선죽⑤⑥	소고기죽⑤⑥⑩	
후기~완료기				진밥 청경채국/흰살생선조림⑤⑥	진밥 소고기국/두부조림⑤⑥⑩	
오후간식				찐단호박/우유②	바나나/우유②	
식재료원산지				연두부(콩-국내산) 동태-러시아산	소고기-호주산 두부(콩-외국산)	
변동사항						
날짜	5 대체휴일	6	7	8	9 한글날	10
오전간식		흰살생선죽⑤⑥	채소죽⑤⑥	얼갈이죽⑤⑥		
중기		근대죽⑤⑥	오이죽⑤⑥	닭살죽⑤⑥⑩		
후기~완료기		진밥 근대국/흰살생선조림⑤⑥	진밥 아욱국/돈육조림⑤⑥⑩	진밥 사골국/닭살조림⑤⑥⑩⑫⑬		
오후간식		찐감자/떠먹는요구르트②	찐고구마/우유②	아기치즈/우유②		
식재료원산지		동태-러시아산 두부(콩-외국산)	두부(콩-외국산) 돼지고기-국내산	닭고기-국내산		
변동사항						
날짜	12	13	14	15 ♥Birthday♥	16	17
오전간식	모듬채소죽⑤⑥	닭죽⑤⑥⑩	고구마우유죽②⑤⑥	근대죽⑤⑥	계살당근죽⑤⑥⑧	
중기	새송이버섯죽⑤⑥	배추죽⑤⑥	흰살생선죽⑤⑥	소고기죽⑤⑥	다진숙주죽⑤⑥	
후기~완료기	진밥 다진콩나물국/돈육조림⑤⑥⑩	진밥 배추국/닭살조림⑤⑥⑩	진밥 애호박국/흰살생선조림⑤⑥	진밥 잘게자른미역국/소고기조림⑤⑥⑩	진밥 다진숙주국/돈육조림⑤⑥⑩	
오후간식	찐감자/우유②	바나나/우유②	유기농쌀과자/우유②	찐단호박/떠먹는요구르트②	찐고구마/우유②	
식재료원산지	돼지고기-국내산	닭고기-국내산	두부(콩-외국산) 동태-러시아산	소고기-호주산	붉은대개-국내산 돼지고기-국내산	
변동사항						
날짜	19	20	21	22	23	24
오전간식	참쌀채소죽⑤⑥	파프리카죽⑤⑥	닭가슴살죽⑤⑥⑩	양배추죽⑤⑥	브로콜리죽⑤⑥	
중기	닭살죽⑤⑥⑩	모듬야채죽⑤⑥	두부죽⑤⑥	닭살야채죽⑤⑥⑩	계란죽①⑤⑥	
후기~완료기	진밥 무국/닭살조림⑤⑥⑩	진밥 상추국/돈육조림⑤⑥⑩	진밥 시금치국/두부조림⑤⑥	진밥 청경채국/닭살조림⑤⑥⑩	진밥 다진팽이버섯국/계란찜①⑤⑥	
오후간식	찐단호박/우유②	찐감자/떠먹는요구르트②	바나나/우유②	아기치즈/우유②	유기농쌀과자/우유②	
식재료원산지	닭고기-국내산	돼지고기-국내산	닭고기-국내산 두부(콩-외국산)	닭고기-국내산	두부(콩-외국산)	
변동사항						
날짜	26	27	28	29	30	31
오전간식	밤죽⑤⑥	단호박죽⑤⑥	애호박죽⑤⑥	브로콜리죽⑤⑥	야채죽⑤⑥	
중기	감자죽⑤⑥	닭살당근죽⑤⑥⑩	소고기죽⑤⑥⑩	흰살생선죽⑤⑥	무죽⑤⑥	
후기~완료기	진밥 감자국/돈육조림⑤⑥⑩	진밥 숙갓국/닭살조림⑤⑥⑩	진밥 두부국/소고기조림⑤⑥⑩	진밥 참나물국/흰살생선조림⑤⑥	진밥 무국/다진육두부조림⑤⑥⑩	
오후간식	찐고구마/떠먹는요구르트②	찐단호박/우유②	아기치즈/우유②	유기농쌀과자/우유②	바나나/우유②	
식재료원산지	소고기-호주산 돼지고기-국내산	닭고기-국내산	소고기-호주산 두부(콩-외국산)	동태-러시아산 두부(콩-외국산)	참치(가다랑어-원양산) 태평양산 두부(콩-외국산) 돼지고기-국내산	
변동사항						

원산지 일괄 표시				
쌀(멥쌀, 찰쌀, 현미, 흑미)		배추김치		백김치
밥·죽·누룽지	국내산	배추-국내산	고춧가루-국내산	배추-국내산
알레르기 유발식품	난류①(계란, 가금류 등), 우유②, 메밀③, 땅콩④, 대두⑤, 밀⑥, 고등어⑦, 게⑧, 새우⑨, 돼지고기⑩, 복숭아⑪, 토마토⑫, 아황산류⑬, 호두⑭, 닭고기⑮, 쇠고기⑯, 오징어⑰, 조개류⑱(굴, 전복, 홍합 포함), 참깨⑲, 버리⑲			