



2026년 7월 식단표 <0~2세, 3~5세>

용인시 어린이·사회복지급식관리지원센터

영양·교육지원팀

발행일: 2026. 6. 15

날짜	월	화	수	목	금
오전간식			[건강과일] 수박	채소죽	바나나
점심			새우볶음밥⑤⑥⑨⑩ 청경채맑은국⑤⑥/백김치 가지탕수⑤⑥⑫ 오렌지망고주스	흑미밥/배추김치⑨ 떡만둣국①⑤⑥⑩ 연두부&깨소스⑤⑥ 참나물무침⑤⑥	보리밥/백김치 쇠고기국⑤⑥⑫ 카레찜닭②⑤⑥⑫⑬⑭⑮ 열무나물⑤⑥
오후간식 열량(kcal)/단백질(g)			시리얼+우유② 593/21	찐단호박+우유② 683/22	머핀①②⑤⑥+오미자차 574/22
원산지 표시				흑미:국내산 연두부(콩):국내산	쇠고기:국내산 한우 닭고기:국내산
날짜	6	7	8	9	10
오전간식	멜론	장국죽⑤⑥⑫	[건강과일] 수박	단호박수프②⑤⑥⑬⑭⑮	[건강과일] 천도복숭아
점심	서리태밥⑤/깍두기⑨ 당근수제비⑤⑥ 치즈달걀찜①② 부추양배추무침	보리밥/배추김치⑨ 아욱된장국⑤⑥ 순살치킨①⑤⑥⑬ 파프리카샐러드⑤⑥	돼지고기양송이필라프 ①⑤⑥⑩⑮ 애호박맑은국/백김치 김구이 짜먹는요구르트②	쌀밥/깍두기⑨ 배추된장국⑤⑥ 함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑮ 근대나물⑤⑥	쌀밥/쇠고기미역국⑤⑥⑫ 돈가스&소스①⑤⑥⑩⑫⑮ 과일샐러드①②⑤⑫ 배추김치⑨
오후간식 열량(kcal)/단백질(g)	밥새우죽먹밥⑤⑨ +작두콩차⑤⑥ 623/25	찐감자+우유② 704/30	구운달걀①+우유② 601/28	잔치국수①⑤⑥ 706/27	바나나핫케이크①②⑤⑥ +우유② 732/27
원산지 표시		쇠고기:국내산 한우 닭고기:국내산	돼지고기:국내산	쇠고기:국내산 한우 돼지고기:국내산	쇠고기:국내산 한우
날짜	13	14	15_초복	16	17
오전간식	바나나	순두부죽⑤	[건강과일] 수박	타락죽②	제현절
점심	쌀밥/깍두기⑨ 가지된장국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑫ 양배추찜	보리밥/백김치 노타리버섯국⑤⑥ 해물완자전①⑤⑥⑨⑫⑮ 단호박조림⑤⑥	참쌀밥/배추김치⑨ 삼계탕⑮ 숙주나물 요구르트②	기장밥/깍두기⑨ 황태미역국⑤⑥ 두부그라탕②⑤⑥⑫⑬⑭⑮⑮ 고구마순나물⑤⑥	
오후간식 열량(kcal)/단백질(g)	에그마요샌드위치①②⑤⑥ +우유② 692/29	찐고구마+우유② 738/27	수박화채② 633/28	냉모밀국수③⑤⑥ 676/33	
원산지 표시	쇠고기:국내산 한우	순두부(콩):국내산 오징어:국내산	참쌀: 국내산 닭고기:국내산	두부(콩):국내산 가다랑어포(다랑어):일본산	
날짜	20	21	22	23	24
오전간식	참외	강낭콩죽⑤	[건강과일] 수박	양파크림수프②⑥	포도
점심	수수밥/깍두기⑨ 배추당면국⑤⑥ 간장달걀비⑤⑥⑮ 공심채볶음⑤⑥⑮	기장밥/배추김치⑨ 숙주맑은국 돈가스&소스①⑤⑥⑩⑫⑮ 애호박나물⑤⑥⑨	쇠고기덮밥①⑤⑥⑫ 양배추맑은국⑤⑥/깍두기⑨ 명엽채볶음⑤⑥	옥수수밥/깍두기⑨ 팽이버섯된장국⑤⑥ 오징어볶음⑤⑥⑮ 상추사과무침	쌀밥/배추김치⑨ 부추달걀국① 마파두부⑤⑥⑩⑮ 감자채볶음⑤
오후간식 열량(kcal)/단백질(g)	모닝빵①②⑤⑥+우유② 673/29	자장떡볶이①⑤⑥⑩⑮⑮⑮ +결명자차 609/23	크루아상①②⑥+매실차 667/23	단호박범벅①⑤+우유② 661/29	물만두⑤⑥⑩+우유② 632/26
원산지 표시	닭고기:국내산	돼지고기(돈가스):국내산	쇠고기:국내산 한우	두부(콩):국내산 오징어:국내산	두부(콩):국내산 돼지고기:국내산
날짜	27	28	29	30	31
오전간식	방울토마토⑫	전복죽⑮	천도복숭아⑪	애호박죽	바나나
점심	기장밥/깍두기⑨ 양배추된장국⑤⑥ 참치채소전①⑤⑥ 노타리버섯조림⑤⑥	차조밥/배추김치⑨ 새우살맑은국⑤⑥⑨ 오리불고기⑤⑥ 오이나물⑤	달걀카레라이스①②⑤⑥⑫⑮⑮ 복어콩나물국⑤/백김치 도토리묵무침⑤⑥	쌀밥/깍두기⑨ 맑은배춧국⑤⑥ 쪽참스테이크②⑤⑥⑩⑫⑮⑮⑮ 가지볶음⑤⑥	옥수수밥/백김치 미소된장국⑤⑥ 쇠고기잡채⑤⑥⑫ 브로콜리무침
오후간식 열량(kcal)/단백질(g)	피자빵②⑤⑥⑩⑫⑮ +우유② 687/35	콩국수⑤⑥ 664/37	찐감자+우유② 669/24	오곡시리얼⑥+우유② 673/27	슈크림빵①②⑤⑥+매일차③ 592/22
원산지 표시	참치(다랑어):월양산 소시지(돼지고기):국내산	전복:국내산 오리고기:국내산 콩국수(콩):국내산		돼지고기:국내산	두부(콩):국내산 쇠고기:국내산 한우

점심	쌀(백미)	배추김치(백김치)
식품알레르기 유발물질 표시	밥, 죽 : 국내산	배추 : 국내산 고춧가루 : 국내산
	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣	

▶ 식품알레르기 유발물질 표시: 식품의약품안전처에서 제시하는 아래 19가지 식품을 메뉴에 표시하였습니다.

①난류(가금류에 한함) ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토
⑬아황산류(최종제품에 SO₂로 10mg/kg 이상 함유) ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣

▶ 시립기흥힐스어린이집에서는 알레르기 원아의 대체식을 준비하여 제공합니다.

▶ 영아반은 배추김치 · 깍두기를 백김치로 작게 잘라서 제공합니다.



2026년 7월 야간연장 식단표 <0~2세, 3~5세>

음인사 어린이·사회복지급식관리지원센터

영양·교육지원팀

발행일: 2026. 6. 15

날짜	월	화	수	목	금
날짜	6	7	8	9	10
저녁			참쌀밥/깍두기⑨ 콩비지국⑤⑨ 돼지불고기⑤⑥⑩ 청경채볶음⑤⑥⑩	수수밥/깍두기⑨ 맑은버섯국⑤⑥ 쇠고기장조림⑤⑥⑩ 머위나물⑤⑥	서리태밥⑤/배추김치⑨ 열무된장국⑤⑥ 삼치간장구이⑤⑥ 우영개소스무침⑤⑥
열량(kcal)/단백질(g)			374/18	355/17	383/22
원산지 표시			참쌀:국내산 콩비지(콩):국내산 돼지고기:국내산	쇠고기:국내산 한우	
날짜	13	14	15_초복	16	17
저녁	수수밥/배추김치⑨ 어묵국⑤⑥ 닭살당근볶음⑤⑥⑩ 가지나물⑤⑥	현미밥/깍두기⑨ 안매운김치국⑨ 새우살채소볶음⑤⑨⑫ 콩나물무침⑤	흑미밥/깍두기⑨ 맑은닭개장⑤⑥⑩ 두부멸치조림⑤⑥ 모듬버섯볶음⑤⑥	녹두밥/배추김치⑨ 근대양파국⑤⑥ 훈제오리 브로콜리볶음⑤⑥⑩	
열량(kcal)/단백질(g)	383/17	320/20	355/18	393/15	
원산지 표시	참쌀:국내산 쇠고기:국내산 한우	현미:국내산	흑미:국내산 닭고기:국내산 두부(콩):국내산	오리고기:국내산	
날짜	20	21	22	23	24
저녁	흑미밥/깍두기⑨ 도토리묵냉국 임연수구이⑤ 배추나물⑤⑥	현미밥/백김치 애호박된장국⑤⑥ 달걀토마토볶음①⑤⑫ 잔멸치우영조림⑤⑥	서리태밥⑤/배추김치⑨ 고사리들깨국⑤ 달걀구이⑤⑩ 파프리카양파절임	보리밥/배추김치⑨ 맑은무쌈국⑤⑥ 돼지고기완자전①⑤⑥⑩ 노각무침	차조밥/백김치 감자된장국⑤⑥ 쇠고기볶음⑤⑥⑩ 깻잎나물⑤⑥
열량(kcal)/단백질(g)	331/16	391/20	325/20	329/17	381/18
원산지 표시	흑미:국내산	현미:국내산	닭고기:국내산	돼지고기:국내산 두부(콩):국내산	쇠고기:국내산 한우
날짜	27	28	29	30	31
저녁	현미밥/나박김치 다시마두부뽕국⑤ 돼지고기양배추볶음⑤⑩ 비름나물⑤⑥	녹두밥/깍두기⑨ 근대된장국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩ 부추무침	서리태밥⑤/배추김치⑨ 들깨미역국⑤⑥ 생선가스&타르타르소스①⑤⑥ 취나물무침	보리밥/배추김치⑨ 차돌육개장⑤⑥⑩ 두부구이⑤⑥ 열무된장점⑤⑥	참쌀밥/깍두기⑨ 실파유부국⑤ 찜닭⑤⑥⑩ 옥수수채소전⑤⑥
열량(kcal)/단백질(g)	346/18	355/17	384/18	363/15	469/20
원산지 표시	현미:국내산 두부(콩):국내산 돼지고기:국내산	쇠고기:국내산 한우	동태포(명태):러시아산	쇠고기:국내산 한우 두부(콩):국내산	참쌀:국내산 닭고기:국내산

점심	쌀(백미)	배추김치(백김치)
식품알레르기 유발물질 표시	밥, 죽 : 국내산	배추 : 국내산 고춧가루 : 국내산

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아
⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲젓

▶ 식품알레르기 유발물질 표시: 식품의약품안전처에서 제시하는 아래 19가지 식품을 메뉴에 표시하였습니다.

①난류(가금류에 한함) ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토
⑬아황산류(최종제품에 SO₂로 10mg/kg 이상 함유) ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲젓

▶ 시립기흥힐스어린이집에서는 알레르기 원아의 대체식을 준비하여 제공합니다.

▶ 영아반은 배추김치 · 깍두기를 백김치로 작게 잘라서 제공합니다.