



2026년 6월 죽전사임당 건강식단

(0~2세 기준, 0세는 크기와 간을 조절하여 제공합니다.)

용인시 어린이·사회복지급식관리지원센터
 영양·교육지원팀
 발행일: 2026. 5. 15.

날짜	월 1	화 2	수 3	목 4	금 5
오전간식	애호박죽	당근죽	2026 지방선거	양송이죽	달걀죽①
점심	쌀밥/백김치 콩나물국⑥ 쇠고기가지볶음⑤⑥⑩ 김자반⑤	쌀밥/백김치 부추달걀국① 가지미조림⑤⑥ ★오이나물⑤		쌀밥/백김치 감자된장국⑥⑥ 치즈달걀찜①② ★브로콜리두부무침⑤⑥	쌀밥/백김치 두부장국⑤⑥ 오리불고기⑤⑥ 무나물
오후간식	멜론+우유②	오곡시리얼⑩+우유②		사과+우유②	후레쉬번①②③④+★매실차
열량(kcal)/단백질(g)	469/19	465/21		428/18	421/19
원산지 표시	★쇠고기:국내산 한우			두부(콩):국내산	콩비지(콩):국내산 돼지고기:국내산 오리고기:국내산
날짜	8	9	10	11	12
오전간식	★완두콩죽	장국죽⑤⑥⑩	참치채소죽	참깨죽	달걀죽⑩
점심	쌀밥/백김치 청경채된장국⑤⑥ 두부굴소스조림⑤⑥⑩ 숙주나물	쌀밥/백김치 맑은버섯국⑤⑥ 달걀카레채소볶음 ②③④⑤⑥⑩⑪⑫ 사과연근무침	쌀밥/백김치 애호박순두부국⑤ ★돼지고기유자청조림⑤⑥⑩ 미역초무침	쌀밥/백김치 아욱된장국⑤⑥ 햄박스테이크②③④⑤⑥⑩⑪ 시금치나물⑤⑥	쌀밥/백김치 배추당면국⑤⑥ 새우살채소볶음⑤⑥⑩ ★얼무나물⑤⑥
오후간식	★방울토마토+우유②	찐단호박+우유②	★파프리카달걀죽면밥①⑤ +작두콩차⑤⑥	미니우동⑤⑥+★당근스틱	★참외 +우유②
열량(kcal)/단백질(g)	435/18	475/21	418/18	438/17	491/24
원산지 표시	두부(콩):국내산	★쇠고기:국내산 한우 달고기:국내산	참치(다랑어):원양산 돼지고기:국내산 순두부(콩):국내산	★쇠고기:국내산 한우 돼지고기:국내산	
날짜	15	16	17	18	19
오전간식	녹두죽	잣죽⑩	잔멸치죽	옥수수죽	얼갈이죽
점심	쌀밥/백김치 청국장국⑤⑥ 달걀채소조림⑤⑥⑩ ★양배추나물⑤⑥	쌀밥/백김치 근대양파국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑩ ★달지않은감자조림⑤⑥	쌀밥/백김치 안매운김치국⑤ 쇠고기완자전①⑤⑥⑩ 도토리묵무침⑤⑥ 잔치국수①⑤⑥ +★오이스틱	쌀밥/백김치 맑은연두부국⑤ 해물볶음⑤⑥⑩⑪⑫ 버섯잡채⑤⑥ 채소전①⑤⑥ +★매실차	쌀밥/백김치 게살된장국⑤⑥⑩ 달근달걀말이①⑤ 우영채소수프찜⑤⑥
오후간식	와플①②⑥+우유②	★숙박+우유②			★바나나+우유②
열량(kcal)/단백질(g)	471/22	464/19	405/18	424/15	456/18
원산지 표시	두부(콩):국내산 달고기:국내산	돼지고기:국내산	★쇠고기:국내산 한우 두부(콩):국내산	연두부(콩):국내산 오징어:원양산	꽃게:국내산
날짜	22	23	24	25	26
오전간식	순두부죽⑤	청경채죽	타락죽②	쇠고기채소죽⑤⑥⑩	흰콩죽
점심	쌀밥/백김치 시금치된장국⑤⑥ 임연수구이⑤ 가지나물⑤⑥	쌀밥/백김치 맑은무쌈국⑤⑥ 마파두부⑤⑥⑩⑪ 느타리버섯볶음⑤	쌀밥/백김치 실파우부국⑤ 달걀굴소스볶음⑤⑥⑩⑪ ★방울토마토브로콜리무침②	쌀밥/백김치 얼갈이맑은국⑤⑥ 돈가스&소스①⑤⑥⑩⑪⑫ ★파프리카양파절임	쌀밥/백김치 단호박된장국⑤⑥ ★소불고기⑤⑥⑩ 배추나물⑤⑥
오후간식	★숙박+우유②	견봉[포도]+우유②	치즈주먹밥② +매밀차②	배+우유②	★달걀오이샌드위치①②③⑤ +등글레차
열량(kcal)/단백질(g)	447/21	425/16	444/19	486/20	408/16
원산지 표시	순두부(콩):국내산	두부(콩):국내산 돼지고기:국내산	달고기:국내산	★쇠고기:국내산 한우 돼지고기:국내산	두부(콩):국내산 ★쇠고기:국내산 한우
날짜	29	30			
오전간식	게살죽①⑤⑥⑩	근대죽			
점심	쌀밥/백김치 둘깨미역국⑤⑥ 돼지고기게첩볶음⑤⑥⑩⑪ ★오이무침	쌀밥/백김치 ★양배추된장국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩ 애호박나물⑤⑥⑩			
오후간식	멜론[★숙박]+우유②	칼국수⑤⑥			
열량(kcal)/단백질(g)	455/18	422/16			
원산지 표시	돼지고기:국내산	두부(콩):국내산 ★쇠고기:국내산 한우			

★ 6월의 제철식품

날짜	메뉴	질서 중 함량
제너트롬 메뉴 10일	돼지고기유자청조림	나트륨 118mg
지달 메뉴 16일	달지않은감자조림	당 1g
제너트롬 메뉴 26일	소불고기	나트륨 65mg

• 만성질환 위험 감소를 위한 1~2세 어린이의 1일 나트륨 섭취량은 1,000mg 이내, 총당류 섭취량은 총 에너지섭취량의 20% 이내로 제한합니다.

원산지 표시	쌀(백미) 밥, 죽, 누룽지 국내산	두부 콩 국내산	배추김치(백김치) 배추 국내산	고춧가루 국내산
--------	---------------------------	----------------	------------------------	-------------

- 쌀, 배추김치(백김치): 매일 동일한 원산지로 제공하는 경우 위의 칸에 원산지 표시
 - 쌀, 배추김치(백김치) 외 식품: 식단표 '원산지 표시' 칸에 일별로 표시
 ★ 쇠고기: 국내산일 경우, 한우·육우·젓소 구분표시
 예시) 쇠고기(국내산 한우), 쇠고기(국내산 육우), 쇠고기(오주산)

식품알레르기 유발물질 표시: ①난류 ②우유 ③야채 ④땅콩 ⑤돼지 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산료 ⑭오트 ⑮달고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 진주, 홍합 포함) ⑳참
 • 자세한 내용은 식단 안내의 「식품알레르기 유발물질 표시」를 참고해 주세요.

※ 원산지 및 식품알레르기 유발물질 표시는 센터에서 제공하는 표준제시판에 준하여 표시하였으며, 가공품 사용 시 식재료 뒷면의 식품 표시사항을 참고하여 정확하게 표시해야 합니다.