



동화나라어린이집

오전죽식형(만1-2세)

작성자 : 충주시어린이·사회복지급식관리지원센터 영양팀

일자/요일	1일(월)	2일(화)	3일(수) 2026지방선거	4일(목)	5일(금)	6일 현충일	
오전 간식 (kcal/g)	달걀채소죽⑤ 70/3	두부김치⑤ 43/1		감자죽⑤⑥ 76/1	아채죽②⑥ 62/1		
즐거운 점심 (kcal/g)	백미밥 등개무채국⑤⑥ 삼치카레구이⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨ 240/10	잡곡밥 인배운육개장⑤⑥⑦ 계란말이①③④ 김구이 짜두기⑨ 284/12		백미밥 근대민정국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑦ 새송이부음⑤ 배추김치⑨ 237/11	잡곡밥 어묵국⑤⑥ 간장찜닭⑤⑥⑦ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨ 277/11		
오후 간식 (kcal/g)	미니우동⑤⑥ 63/3	딸과자⑤⑥&우유② 95/3		★샌고구마&보리차 43/0	★살은계란⑤&우유② 109/7		
일자/요일	8일(월)	9일(화)	10일(수)	11일(목)	12일(금)	13일(토)	
오전 간식 (kcal/g)	소고기죽⑤⑥⑦ 74/3	참치죽 62/4	브로콜리치즈죽② 46/2	계산죽⑤⑥⑦ 92/2	돌김참깨죽 100/3	누룽지죽 64/1	
즐거운 점심 (kcal/g)	백미밥 계란파국①③④⑤ 돈육배추찜⑤⑥⑦ 도토리묵부침⑤⑥ 짜두기⑨ 276/8	잡곡밥 유부된장국⑤⑥ 훈제오리구이 삼추무침⑤⑥ 짜두기⑨ 263/11	하이라이스⑤⑥ 맑은황태국⑤⑥ ♥감자찜부음⑤⑥⑦ 단무지⑨ 배추김치⑨ 320/26	백미밥 인배운김치국⑨ 돼지고기장조림⑤⑥⑦ 고사리나물⑤⑥ 짜두기⑨ 229/11	잡곡밥 맑은순두부찌개①③④⑤ 가지마구이⑤⑥ 현경채나물⑤⑥ 짜두기⑨ 253/13		김가루추척밥⑤⑥ 미니우동⑤⑥ 닭강정①③④⑤⑥ 배추김치⑨ 288/10
오후 간식 (kcal/g)	유부초밥⑤⑥&주스 147/4	★참외&우유② 96/4	세리얼①⑥&우유② 163/4	★아이스틱&아기치즈② 43/3	★편단호박&보리차 40/1	머핀①②③④⑤&우유② 161/5	
일자/요일	15일(월)	16일(화)	17일(수)성김day-국없는날	18일(목)	19일(금)	20일(토)	
오전 간식 (kcal/g)	감자치즈죽② 96/2	아채죽②⑥ 62/1	단호박죽 42/1	현실생선죽 70/3	버섯죽 71/1	현죽&김가루 63/1	
즐거운 점심 (kcal/g)	백미밥 물만두국⑤⑥⑦ 묵살면장구이⑤⑥⑦ 애호박나물⑤⑥⑦ 배추김치⑨ 242/10	잡곡밥 두부맑은국⑤ 소불고기⑤⑥⑦ 브로콜리숙회&양념장 짜두기⑨ 299/13	돈육돼지야채밥⑤⑥⑦⑧⑨ 송송 스크램블에그① 사과오이무침 짜두기⑨ 241/9	백미밥 콩나물국⑤ 닭살구이⑤⑥⑦ 시금치나물 배추김치⑨ 239/12	잡곡밥 애호박민정국⑤⑥ 돼지고기수육⑤⑥⑦ 양배추쌈&쌈절임⑤⑥⑦ 배추김치⑨ 281/13	석고기볶음밥⑤⑥⑦ 침경채맑은국 숙주나물 짜두기⑨ 231/9	
오후 간식 (kcal/g)	햇케이크①⑤⑥⑦&주스 105/3	★바나나&아기치즈② 89/3	두부과자⑤&우유② 143/5	★아이스틱&우유② 150/4	★토마토&요구르트② 76/2	간장비빔국수⑤⑥ 98/3	
일자/요일	22일(월)	23일(화)	24일(수)	25일(목)	26일(금)	27일(토)	
오전 간식 (kcal/g)	계란채소죽① 95/4	미역죽 69/2	순두부죽⑤ 이린이 생일70/2	시금치된장죽⑤⑥ 71/2	영양닭죽⑥ 77/4	누룽지죽 64/1	
즐거운 점심 (kcal/g)	백미밥 ♥순살감자탕⑤⑥⑦ 참치전①⑤⑥&계란찜 버섯나물⑤⑥⑦ 배추김치⑨ 228/9	잡곡밥 담금탕⑤ 어묵조림⑤⑥ 감자나물⑤⑥⑦ 짜두기⑨ 293/13	등개미역국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑦ 김치만두찜⑤⑥ 배추김치⑨ 239/9	백미밥 버섯담면국⑤⑥ 돈육갈비찜⑤⑥⑦ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨ 288/13	소고기무국⑤⑥⑦ 두부구이⑤ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨ 276/10	냉매밀국수⑤⑥ 유부초밥⑤⑥ 단무지무침 배추김치⑨ 276/10	
오후 간식 (kcal/g)	김가루추척밥⑤⑥&주스 140/3	★사과&짜먹는요거트② 86/2	★과일요거트분별② 109/4	★샌감자&우유② 72/0	★편단호박&보리차 100/4	물만두⑤⑥⑦&주스 93/4	
일자/요일	29일(월)	30일(화)	31일(수) 생일식단	1일(목) 이달의 로컬푸드	2일(금) 자연식품제공	3일(토) 자연식품제공	
오전 간식 (kcal/g)	계산죽⑤⑥⑦ 92/2	진멸치죽 71/2	고구마우유죽② 92/2	♥이달의 로컬푸드♥ 감자	★자연식품제공★ 알레르기 식품	★자연식품제공★ 알레르기 식품	
즐거운 점심 (kcal/g)	미소羹이던장국⑤⑥ 석고기파랑부음⑤⑥⑦ 깍두기⑨ 214/10	인지담⑤⑥⑦ 빈대배추리얼장조림①⑤⑥⑦ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨ 319/14	등개미역국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑦ 김치⑤⑥⑦ 배추김치⑨ 319/14	버터민 C가 함유되어 철분 흡수 촉진에 도움을 주어 변형	1년유 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥고들빼 ⑦계 ⑧새우 ⑨돼지고기 ⑩복숭아 ⑪토마토 ⑫야생산유 ⑬호두 ⑭닭고기 ⑮쇠고기 ⑯오징어 ⑰조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑱갯 * 야생산유는 표백제, 모순료, 신화방치제 목적으로 사용되는 석유첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.	1년유 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥고들빼 ⑦계 ⑧새우 ⑨돼지고기 ⑩복숭아 ⑪토마토 ⑫야생산유 ⑬호두 ⑭닭고기 ⑮쇠고기 ⑯오징어 ⑰조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑱갯 * 야생산유는 표백제, 모순료, 신화방치제 목적으로 사용되는 석유첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.	1년유 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥고들빼 ⑦계 ⑧새우 ⑨돼지고기 ⑩복숭아 ⑪토마토 ⑫야생산유 ⑬호두 ⑭닭고기 ⑮쇠고기 ⑯오징어 ⑰조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑱갯 * 야생산유는 표백제, 모순료, 신화방치제 목적으로 사용되는 석유첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
오후 간식 (kcal/g)	시리얼⑥&우유② 163/4	★수박&요거트② 41/1	★아이스틱②⑥⑦&과일도넛 113/2	★샌고구마&보리차 43/0	★살은계란⑤&우유② 109/7	머핀①②③④⑤&우유② 161/5	

별	배우김치	쇠고기		돼지고기		닭고기		오리고기		콩		고동어		상차		명태		다랑어		가리비		명게		전복		방어		부세	
		불종	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료
원산지 표시	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
별	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산

* 원산지 표시에 표기되어 있지 않은 수산물 사용시 공란에 재료명과 원산지를 반드시 표기해 주세요.

* 재료의 수급 및 어린이 연령에 따라 식품 제공이 어려운 경우, 원의 사정에 따라 식단을 같은 식품군 내에서 변경하여 사용 가능합니다.



동화나라어린이집

오전죽식형(만3-5세)

작성자 : 충주시어린이·사회복지급식관리지원센터 영양팀

일자/요일	1일(월)	2일(화)	3일(수) 2026지방선거	4일(목)	5일(금)	6일 현충일	
오전 간식 (kcal/g)	달걀채소죽⑥ 108/4	두부김치⑥ 66/2		감자죽⑥⑦ 117/2	아채죽②⑥ 98/2		
즐거운 점심 (kcal/g)	백미밥 등개무채국⑤⑥ 삼치카레구이⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨ 352/15	잡곡밥 인배운육개장⑤⑥⑦ 계란말이①③ 김구이 짜두기⑨ 437/18		백미밥 근대민정국⑤⑥ 돈육불고기⑤⑥⑦ 콩나물부음⑤ 배추김치⑨ 364/17	잡곡밥 이국죽⑤⑥ 간장찜닭⑤⑥⑦ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨ 426/19		
오후 간식 (kcal/g)	미니우동⑤⑥ 97/4	딸과자⑤⑥&우유② 112/3		★샌고구마&보리차 66/1	★살은계란⑤&우유② 133/10		
일자/요일	8일(월)	9일(화)	10일(수)	11일(목)	12일(금)	13일(토)	
오전 간식 (kcal/g)	소고기죽⑤⑥⑦ 113/4	참치죽 71/2	브로콜리치즈죽② 71/2	계산죽⑤⑥⑦ 141/3	돌김참깨죽 154/5	누룽지죽 98/2	
즐거운 점심 (kcal/g)	백미밥 계란파국①③④⑤ 돈육배추찜⑤⑥⑦ 도토리묵부침⑤⑥ 짜두기⑨ 425/13	잡곡밥 유부된장국⑤⑥ 훈제오리구이 삼추무침⑤⑥ 짜두기⑨ 405/18	하이라이스⑤⑥ 맑은황태국⑤⑥ ♥감자찜부음⑤⑥⑦ 단무지⑨ 배추김치⑨ 492/40	백미밥 인배운김치국⑨ 돼지고기장조림⑤⑥⑦ 고사리나물⑤⑥ 짜두기⑨ 352/17	잡곡밥 맑은순두부찌개①③④⑤ 가지마구이⑤⑥ 현경채나물⑤⑥ 짜두기⑨ 389/20		김가루추척밥⑤⑥ 미니우동⑤⑥ 닭강정①③④⑤⑥ 배추김치⑨ 443/15
오후 간식 (kcal/g)	유부초밥⑤⑥&주스 227/6	★참외&우유② 113/4	세리얼①⑥&우유② 216/5	★아이스틱&아기치즈② 66/4	★편단호박&보리차 61/1	머핀①②③④⑤&우유② 213/7	
일자/요일	15일(월)	16일(화)	17일(수)성김day-국없는날	18일(목)	19일(금)	20일(토)	
오전 간식 (kcal/g)	감자치즈죽② 148/3	아채죽②⑥ 96/2	단호박죽 65/1	현실생선죽 107/4	버섯죽 109/2	현죽&김가루 97/2	
즐거운 점심 (kcal/g)	백미밥 물만두국⑤⑥⑦ 묵살면장구이⑤⑥⑦ 애호박나물⑤⑥⑦ 배추김치⑨ 372/16	잡곡밥 두부맑은국⑤ 소불고기⑤⑥⑦ 브로콜리숙회&양념장 짜두기⑨ 460/20	돈육돼지야채밥⑤⑥⑦⑧⑨ 송송 스크램블에그① 사과오이무침 짜두기⑨ 371/14	백미밥 콩나물국⑤ 닭살구이⑤⑥⑦ 시금치나물 배추김치⑨ 368/18	석고기볶음밥⑤⑥⑦ 침경채맑은국 숙주나물 짜두기⑨ 433/20	냉매밀국수⑤⑥ 유부초밥⑤⑥ 단무지무침 배추김치⑨ 355/14	
오후 간식 (kcal/g)	햇케이크①⑤⑥⑦&주스 161/4	★바나나&아기치즈② 137/5	두부과자⑤&우유② 185/4	★아이스틱&우유② 196/4	★토마토&요구르트② 117/3	간장비빔국수⑤⑥ 150/5	
일자/요일	22일(월)	23일(화)	24일(수)	25일(목)	26일(금)	27일(토)	
오전 간식 (kcal/g)	계란채소죽① 147/6	미역죽 107/3	순두부죽⑤ 이린이 생일108/3	시금치된장죽⑤⑥ 109/2	영양닭죽⑥ 118/2	누룽지죽 98/2	
즐거운 점심 (kcal/g)	백미밥 ♥순살감자탕⑤⑥⑦ 참치전①⑤⑥&계란찜 버섯나물⑤⑥⑦ 배추김치⑨ 372/16	잡곡밥 담금탕⑤ 어묵조림⑤⑥ 감자나물⑤⑥⑦ 짜두기⑨ 460/20	등개미역국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑦ 김치⑤⑥⑦ 배추김치⑨ 367/13	백미밥 버섯담면국⑤⑥ 돈육갈비찜⑤⑥⑦ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨ 443/20	소고기무국⑤⑥⑦ 두부구이⑤ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨ 425/15	냉매밀국수⑤⑥ 유부초밥⑤⑥ 단무지무침 배추김치⑨ 425/15	
오후 간식 (kcal/g)	김가루추척밥⑤⑥&주스 216/4	★사과&짜먹는요거트② 132/3	★과일요거트분별② 132/3	★샌감자&우유② 111/0	★편단호박&보리차 119/5	물만두⑤⑥⑦&주스 143/6	
일자/요일	29일(월)	30일(화)	31일(수) 생일식단	1일(목) 이달의 로컬푸드	2일(금) 자연식품제공	3일(토) 자연식품제공	
오전 간식 (kcal/g)	계산죽⑤⑥⑦ 141/3	진멸치죽 108/4	고구마우유죽② 142/2	♥이달의 로컬푸드♥ 감자	★자연식품제공★ 알레르기 식품	★자연식품제공★ 알레르기 식품	
즐거운 점심 (kcal/g)	미소羹이던장국⑤⑥ 석고기파랑부음⑤⑥⑦ 깍두기⑨ 329/16	인지담⑤⑥⑦ 빈대배추리얼장조림①⑤⑥⑦ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨ 386/14	등개미역국⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑦ 김치⑤⑥⑦ 배추김치⑨ 386/14	버터민 C가 함유되어 철분 흡수 촉진에 도움을 주어 변형	1년유 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥고들빼 ⑦계 ⑧새우 ⑨돼지고기 ⑩복숭아 ⑪토마토 ⑫야생산유 ⑬호두 ⑭닭고기 ⑮쇠고기 ⑯오징어 ⑰조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑱갯 * 야생산유는 표백제, 모순료, 신화방치제 목적으로 사용되는 석유첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.	1년유 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥고들빼 ⑦계 ⑧새우 ⑨돼지고기 ⑩복숭아 ⑪토마토 ⑫야생산유 ⑬호두 ⑭닭고기 ⑮쇠고기 ⑯오징어 ⑰조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑱갯 * 야생산유는 표백제, 모순료, 신화방치제 목적으로 사용되는 석유첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.	1년유 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥고들빼 ⑦계 ⑧새우 ⑨돼지고기 ⑩복숭아 ⑪토마토 ⑫야생산유 ⑬호두 ⑭닭고기 ⑮쇠고기 ⑯오징어 ⑰조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑱갯 * 야생산유는 표백제, 모순료, 신화방치제 목적으로 사용되는 석유첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
오후 간식 (kcal/g)	시리얼⑥&우유② 216/5	★수박&요거트② 64/1	★아이스틱②⑥⑦&과일도넛 174/3	★샌고구마&보리차 43/0	★살은계란⑤&우유② 109/7	머핀①②③④⑤&우유② 161/5	

별	배우김치	쇠고기		돼지고기		닭고기		오리고기		콩		고동어		상차		명태		다랑어		가리비		명게		전복		방어		부세	
		불종	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료	원재료
원산지 표시	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
별	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	

* 원산지 표시에 표기되어 있지 않은 수산물 사용시 공란에 재료명과 원산지를 반드시 표기해 주세요.

* 재료의 수급 및 어린이 연령에 따라 식품 제공이 어려운 경우, 원의 사정에 따라 식단을 같은 식품군 내에서 변경하여 사용 가능합니다.

