

죽식형 (3~5세)

6월 동심어린이집



윤예은 영양사

일자/요일	1(월)	2(화)	3(수) 2026 지방선거	4(목)	5(금)
오전간식	브로콜리죽 ⑤⑥	당근죽		흑임자죽	채소죽 ⑤⑥
점심	백미밥	백미밥		기장밥	백미밥
	바지락된장국 ⑤⑥⑩	오징어묵국 ⑤⑥⑦		시금치된장국 ⑤⑥	맑은애호박국 ⑤⑥
	치즈닭갈비 ②⑤⑥⑬	돼지고기콩나물찜 ⑤⑥⑩		고등어구이 ⑤⑥⑦	쇠고기양배추볶음 ⑤⑥⑬
	연근조림 ⑤⑥	오이무침 ⑤⑥		연두부+양념장 ⑤⑥	우영조림 ⑤⑥
배추김치 ⑨	깍두기 ⑨		배추김치 ⑨	깍두기 ⑨	
오후간식	②사과/카스테라	김가루주먹밥 ⑤⑥		옥수수시리얼/떠먹는 요거트 ②	②바나나/우유 ②
열량/단백질	623.8/28	593.4/23.6		627.5/24.3	580.7/16.3
일자/요일	8(월)	9(화)	10(수)	11(목)	12(금)
오전간식	크림스프 ②⑤⑥⑬⑭	장국죽 ⑤⑥	녹두죽	옥수수죽	닭죽 ⑬
점심	수수밥	흑미밥	김밥속볶음밥 ①⑤⑥⑧	백미밥	백미밥
	달콤탕 ⑬	들깨미역국 ⑤⑥	묵국 ⑤⑥	팽이버섯된장국 ⑤⑥	복쌈국 ⑤⑥
	두부구이 ⑤	달걀찜 ①	떡갈비구이 ⑤	훈제오리고기	돼지고기볶음 ⑤⑥⑩
	김구이	숙주나물 ⑤⑥	배추김치 ⑨	상추나물 ⑤⑥	시금치나물 ⑤⑥
배추김치 ⑨	깍두기 ⑨		깍두기 ⑨	배추김치 ⑨	
오후간식	과배기빵 ①②⑤⑥/보리차	②대저토마토 ⑫/ 크로와상 ①②⑥	②오렌지/잔치국수 ⑤⑥⑬	②찐감자/매실차	시리얼/떠먹는요거트
열량/단백질	513.5/20.3	588.7/18.4	799.6/31.7	518.9/15.8	689.6/25.2
일자/요일	15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금)
오전간식	참치죽	양파치즈죽 ②	검은콩죽 ⑤	채소죽 ⑤⑥	참깨죽
점심	백미밥	기장밥	돈육짜장밥 ⑤⑥⑩	차조밥	백미밥
	안매운김치국 ⑨	어묵국 ⑤⑥	유부장국 ⑤⑥	근대된장국 ⑤⑥	건새우아욱국 ⑤⑥⑨
	소불고기 ⑤⑥⑬	두부탕수 ⑤⑥	현살생선전 ①⑤⑥	달걀장조림 ①⑤⑥	미니돈까스 ①②⑤⑥⑩
	잔멸치볶음 ⑤⑥	애호박나물 ⑤⑥	배추김치 ⑨	건파래자반	크래미샐러드 ①⑤⑥⑧
깍두기 ⑨	배추김치 ⑨		깍두기 ⑨	배추김치 ⑨	
오후간식	②참외/밤식빵 ①②⑤⑥	꿀호떡 ①②⑤⑥/매실차	②사과/볶음우동 ⑤⑥	카스테라/매실차	②바나나/우유 ②
열량/단백질	709/29.9	755.8/18.8	709.5/31.3	485/13.3	716.7/22.4
일자/요일	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)
오전간식	쇠고기야채죽 ⑤⑥⑬	타락죽 ②	자죽 ⑩	버섯부추죽 ⑤⑥	미역죽 ⑤⑥
점심	수수밥	백미밥	깍두기치즈볶음밥 ②⑤⑨	백미밥	기장밥
	팽이버섯맑은국 ⑤⑥	콩나물국 ⑤	황태국 ⑤⑥	업무된장국 ⑤⑥	들깨감자국 ⑤⑥
	닭가슴살피망볶음 ⑤⑥⑬	돼지불고기 ⑤⑥⑩	임연수구이 ⑤⑥	차돌박이숙주볶음 ⑤⑥	연두부달걀찜 ①⑤
	어묵조림 ⑤⑥	곤드레나물볶음 ⑤⑥	배추김치 ⑨	오이당근무침 ⑤⑥	가지나물 ⑤⑥
배추김치 ⑨	깍두기 ⑨		배추김치 ⑨	배추김치 ⑨	
오후간식	②대저토마토 ⑫/물민트 ⑤⑥⑩⑬⑭	②찐단호박/매실차	프렌치토스트 ①②⑤⑥/우유 ②	미니핫도그/우유 ②	②참외/머핀 ①②⑤⑥
열량/단백질	541.3/23.7	501.2/19.3	702.7/28.2	640.6/20.6	487.9/15.9
일자/요일	29(월)	30(화)	생일식단		
오전간식	브로콜리스프 ②	참쌀죽	고구마죽		
점심	흑미밥	백미밥	백미밥		
	쇠고기무국 ⑤⑥⑬	도토리묵국 ⑤⑥⑨	미역국 ⑤⑥		
	김달걀말이 ①⑤	두부스테이크 ⑤	쇠고기불고기 ⑤⑥⑬		
	근대된장무침 ⑤⑥	양송이양파볶음 ⑤⑥	잡채 ⑤⑥		
배추김치 ⑨	깍두기 ⑨	배추김치 ⑨			
오후간식	치즈빵 ①②⑤⑥/보리차	②바나나/떠먹는요거트 ②	케이크 ①②⑥/우유 ②		
열량/단백질	540.9/17.6	617.2/16.2	775/18.4		

- 초록색 음영 / 노란색 음영 / 분홍색 음영 수제 사용 시 육류란 / 수산물 / 콩란에, 시판 제품 사용 시 식육가공품란 / 수산물가공품란 / 콩가공품란에 원산지지를 적어주세요.
* 가공품 표시가 없는 메뉴는 모두 수제로 조리해 주세요.(가공품으로 변경 원할 경우 감수 신청 필요)
- 보라색: 염도 측정하는 날
- 원산지 표시 내 식육가공품의 육류, 수산물가공품에 수산물은 임의로 작성된 것으로 원 내 수급상황에 맞춰 제작성 부탁드립니다.
- 원산지 표시는 기관 내 편의를 위해 임의로 작성하여 제공하는 것이니, 원에서는 원산지 표시에 주의 부탁드립니다.
- * ⑩아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
* 잔멸치볶음: 1-2세 아이들은 흡입 위험(목에 걸릴 수 있음)이 있으니 주의해서 섭취해 주시기를 바랍니다.

원산지 표시	쌀		콩			배추김치		식육가공품		
	밥	죽	두부	연두부	순두부	배추	고춧가루	떡갈비구이	훈제오리	미니돈까스
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	소고기		육류			수산물		콩가공품		
	한우	육우	돼지	닭	오리	오징어	참치	두부스테이크		
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	원양산	국내산		

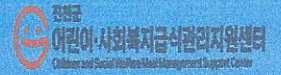
식중 알레르기 표시번호

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 * ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 * 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
발송일자: 2026. 5. 21.

죽식형 (1~2세)

6월

동심어린이집



윤예은 영양사

일자/요일	1(월)	2(화)	3(수) 2026 지방선거	4(목)	5(금)
오전간식	브로콜리죽 ⑤⑥	당근죽		흑임자죽	채소죽 ⑤⑥
점심	백미밥 바지락된장국 ⑤⑥⑩ 치즈닭갈비 ②⑤⑥⑬ 연근조림 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 오징어묵국 ⑤⑥⑦ 돼지고기콩나물찜 ⑤⑥⑩ 오이무침 ⑤⑥ 깍두기 ⑨		기장밥 시금치된장국 ⑤⑥ 고등어구이 ⑤⑥⑦ 연두부+양념장 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	채소죽 ⑤⑥ 백미밥 맑은애호박국 ⑤⑥ 쇠고기양배추볶음 ⑤⑥⑩ 우영조림 ⑤⑥ 깍두기 ⑨
오후간식	사과/카스테라	김가루주먹밥 ⑤⑥		옥수수시리얼/떠먹는 요거트 ②	바나나/우유 ②
열량/단백질	405.5/18.2	385.7/15.3		407.8/15.8	377.4/10.6
일자/요일	8(월)	9(화)	10(수)	11(목)	12(금)
오전간식	크림스프 ②⑤⑥⑬⑭	장국죽 ⑤⑥	녹두죽	옥수수죽	닭죽 ⑤
점심	수수밥 닭곰탕 ⑬ 두부구이 ⑤ 김구이 배추김치 ⑨	흑미밥 들깨미역국 ⑤⑥ 달걀찜 ① 숙주나물 ⑤⑥ 깍두기 ⑨	김밥속볶음밥 ①⑤⑥⑧ 묵국 ⑤⑥ 떡갈비구이 ⑤ 배추김치 ⑨	팽이버섯된장국 ⑤⑥ 훈제오리고기 상추나물 ⑤⑥ 깍두기 ⑨	백미밥 복엇국 ⑤⑥ 돼지고기볶음 ⑤⑥⑩ 시금치나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨
오후간식	파베기빵 ①②⑤⑥/보리차	대저토마토 ⑭/ 크로와상 ①②⑥	오렌지/잔치국수 ⑤⑥⑩	찐감자/매실차	시리얼/떠먹는요거트
열량/단백질	333.7/13.2	382.6/12	519.7/20.6	337.3/10.3	448.2/16.4
일자/요일	15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금)
오전간식	참치죽	양파치즈죽 ②	검은콩죽 ⑤	채소죽 ⑤⑥	참깨죽
점심	백미밥 안매운김치국 ⑨ 소불고기 ⑤⑥⑬ *잔멸치볶음* ⑤⑥ 깍두기 ⑨	기장밥 어묵국 ⑤⑥ 두부탕수 ⑤⑥ 애호박나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	돈육짜장밥 ⑤⑥⑩ 유부장국 ⑤⑥ 현살생선전 ①⑤⑥ 배추김치 ⑨	차조밥 근대된장국 ⑤⑥ 달걀장조림 ①⑤⑥ 건파래자반 깍두기 ⑨	백미밥 건새우아욱국 ⑤⑥⑨ 미니돈까스 ①②⑤⑥⑩ 크래미셀러드 ①⑤⑥⑧ 배추김치 ⑨
오후간식	참외/밤식빵 ①②⑤⑥	꿀호떡 ①②⑤⑥/매실차	사과/볶음우동 ⑤⑥	카스테라/매실차	바나나/우유 ②
열량/단백질	460.9/19.4	491.3/12.2	461.2/20.3	315.2/8.6	465.9/14.6
일자/요일	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)
오전간식	쇠고기야채죽 ⑤⑥⑬	타락죽 ②	잔죽 ⑩	버섯부추죽 ⑤⑥	미역죽 ⑤⑥
점심	수수밥 팽이버섯맑은국 ⑤⑥ 닭가슴살피망볶음 ⑤⑥⑬ 어묵조림 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 콩나물국 ⑤ 돼지불고기 ⑤⑥⑩ 곤드레나물볶음 ⑤⑥ 깍두기 ⑨	깍두기치즈볶음밥 ②⑤⑨ 황태국 ⑤⑥ 임연수구이 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 열무된장국 ⑤⑥ 차돌박이숙주볶음 ⑤⑥ 오이당근무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	기장밥 들깨감자국 ⑤⑥ 연두부달걀찜 ①⑤ 가지나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨
오후간식	대저토마토 ⑭/밀두 ⑤⑥⑩⑬⑭	찐단호박/매실차	프렌치토스트 ①②⑤⑥/우유 ②	미니핫도그/우유 ②	참외/머핀 ①②⑤⑥
열량/단백질	351.8/15.4	325.8/12.5	456.8/18.3	416.4/13.4	317.2/10.3
일자/요일	29(월)	30(화)	생일식단		
오전간식	브로콜리스프 ②	참살죽	고구마죽		
점심	흑미밥 쇠고기무국 ⑤⑥⑩ 김달걀말이 ①⑤ 근대된장무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 도토리묵국 ⑤⑥⑨ *두부스테이크* ⑤ 양송이양파볶음 ⑤⑥ 깍두기 ⑨	백미밥 미역국 ⑤⑥ 쇠고기불고기 ⑤⑥⑩ 잡채 ⑤⑥ 배추김치 ⑨		
오후간식	치즈빵 ①②⑤⑥/보리차	바나나/떠먹는요거트 ②	케이크 ①②⑥/우유 ②		
열량/단백질	351.6/11.4	401.2/10.5	503.7/12		

1. 초록색 음영 / 노란색 음영 / 분홍색 음영 수제 사용 시 육류란 / 수산물 / 콩란에, 시판 제품 사용 시 식육가공품란 / 수산물가공품란 / 콩가공품란에 원산지를 적어주세요.

※ 가공품 표시가 없는 메뉴는 모두 수제로 조리해 주세요.(가공품으로 변경 원할 경우 감수 신청 필요)

2. 보라색: 영도 측정하는 날

3. 원산지 표시 내 식육가공품의 육류, 수산물가공품에 수산물은 임의로 작성된 것으로 원 내 수급상황에 맞춰 재작성 부탁드립니다.

4. 원산지 표시는 기관 내 편의를 위해 임의로 작성하여 제공하는 것이니, 원에서는 원산지 표시에 주의 부탁드립니다.

5. ※⑬야랑산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

* 잔멸치볶음: 1-2세 아이들은 흡입 위험(목에 걸릴 수 있음)이 있으니 주의해서 섭취해 주시기를 바랍니다.

원산지 표시	쌀							배추김치			식육가공품		
	밥	죽	두부	연두부	순두부	배추	고춧가루	떡갈비구이	훈제오리	미니돈까스			
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산			
	소고기		육류				수산물		콩가공품				
	한우	육우	돼지	닭	오리	오징어	참치	두부스테이크					
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	원양산	국내산					

식품 알레르기 표시번호

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 *⑬야랑산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲젓 * 야랑산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

발송일자: 2026. 5. 21.