

2026년 6월 식단표

별하늘어린이집



아산시
어린이·사회복지급식관리지원센터
Children and Social Welfare Meal Management Support Center

(만 1~2세 - 꿈별, 하얀구름, 푸른하늘)

발행처 영양팀

발행일 2026.5.15.

원본 식단 확인

일 자	1(월)	2(화)	3(수) 지방선거	4(목)	5(금)	6(토) 현충일
오전간식	배	채소죽		키위	브로콜리죽	
점 심	백미밥 청경채된장국 ⑤⑥ 돈육채갯잎볶음 ⑤⑥⑩ 잔멸치조림 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 들깨버섯국 ⑤⑥ 오징어수주볶음 ⑤⑥⑦ 시금치나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨		쇠고기오이담뽕 ③⑥ 감자국 ⑤⑥ 두부애호박조림 ⑤⑥ (저당)요구르트 ② 배추김치 ⑨	흑미밥 양배추된장국 ⑤⑥ 달걀 토마토볶음 ⑤⑥⑩⑫ 김구이 ⑤ 배추김치 ⑨	
오후간식	핫케이크 ①②③⑥ +우유 ②	사과+우유 ②		삶은달걀 ①+보리차	피프리카몬치즈 ①②③⑥	
영양단백질	413/18	348/14		343/17	365/14	

일 자	8(월)	9(화) 초록급식	10(수)	11(목)	12(금)	13(토)
오전간식	누룽지죽	토마토슬라이스 ⑩	버섯죽	참외	바나나	우유 ②
점 심	백미밥 복엇국 ⑤⑥ 오리주물럭 ⑤⑥ 근대나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 두부맑은국 ⑤⑥ 순살 고등어구이 ⑤⑥⑦ 감자당근조림 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 시금치된장국 ⑤⑥ 돼지고기수육 ⑩ 양배추쌈 +저염쌈장 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	삼색나물비빔밥 ⑤⑥ 새우살미역국 ⑤⑥⑩ 너비아니조림 ⑤⑥⑩⑫⑬ 과일무딩 배추김치 ⑨	수수밥 멸무된장국 ⑤⑥ 쇠불고기 ⑤⑥⑩ 브로콜리무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	닭곰탕 ⑤ 백미밥 도토리묵무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨
오후간식	카스텔라 ①②⑤⑥ +우유 ②	백김치주먹밥 ⑤⑥	오이달걀샌드위치 ①②③⑥+우유 ②	(저당)시리얼 ⑤ +우유 ②	간장비빔국수 ⑤⑥	멜론+우유 ②
영양단백질	403/15	383/13	433/19	372/14	350/13	334/14

일 자	15(월)	16(화)	17(수) 생일	18(목)	19(금)	20(토)
오전간식	참깨죽	배	멜론	사과	당근죽	두유 ⑤
점 심	백미밥 물만둣국 ①②③⑥⑩⑫ 들기름두부구이 ③ +양념장 ⑤⑥ 비름나물무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 아욱된장국 ⑤⑥ 돼지고기콩나물볶음 ⑤⑥⑩ 무새콤무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 쇠고기미역국 ⑤⑥⑩ 돈가스 ①②⑤⑥⑩ +소스 ⑤⑥⑫⑬ 코우슬로 ①⑤ 배추김치 ⑨	백미밥 호박잎된장국 ⑤⑥ 달걀데리야구이 ⑤⑥⑩ 가지무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	흑미밥 달걀팻국 ① 오징어우동볶음 ⑤⑥⑦ 배추나물 ⑤⑥ 각두기 ⑨ 배추김치 ⑨	로제소스리조프 ①②⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 미소장국 ⑤⑥ 비엔나소시지구이 ②⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 배추김치 ⑨
오후간식	모닝빵 ①②⑤⑥ +우유 ②	느타리버섯전 ①⑤⑥	케이크 ①②⑤⑥ +우유 ②+감귤주스	오이김밥 ⑤	수박우유화채 ②	스틱빵 ①②⑤⑥ +우유 ②
영양단백질	378/13	332/12	435/14	405/13	353/16	372/13

일 자	22(월)	23(화) 푸름급식	24(수) 푸름급식	25(목) 푸름급식	26(금) 세계음식	27(토)
오전간식	참외	전복죽 ⑫	바나나	오곡미숫가루 ②③⑥	아욱죽	우유 ②
점 심	백미밥 유부국 ⑤⑥ 돼지갈비찜 ⑤⑥⑩ 청경채나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 크림스프 ①②③⑥⑩⑫⑬ (맑은장국 ⑤⑥) 치즈함박스테이크 ①②③⑥⑩⑫⑬ 오이피클 ⑤ 배추김치 ⑨	백미밥 근대된장국 ⑤⑥ 닭다리살부추볶음 ⑤⑥⑩ 버섯나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	찰보리밥 쇠고기탕국 ⑤⑥⑩ 채소달걀말이 ①⑤ 갯잎순나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	위상채찌즈 ⑤⑥⑩ (돈육가지덮밥) 콩나물국 ⑤ 어묵양파조림 ⑤⑥ 수박 배추김치 ⑨	두부소보로비빔밥 취나물된장국 ⑤⑥ 새우살볶음 ⑤⑥⑩ 배추김치 ⑨
오후간식	수제비 ⑥	편감자+우유 ②	참치주먹밥 ①⑤⑩ +우유 ②	과일요거트샐러드 ②⑩	과배기 ①②⑤⑥ +우유 ②	쌀과자+우유 ②
영양단백질	340/14	439/17	385/20	378/15	442/16	366/17

일 자	29(월)	30(화)
오전간식	복숭아 ⑩	김가루죽
점 심	백미밥 배춧국 ⑤⑥ 카레달걀비 ②③⑥⑫⑬⑭⑮ 애호박나물 ⑤⑥ 각두기 ⑨ 배추김치 ⑨	백미밥 청국장찌개 ⑤⑥ 순살삼치조림 ⑤⑥ 숙주나물무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨
오후간식	편육수수+우유 ②	(쌀)식빵 ①②⑤⑥ +쌀기름+우유 ②
영양단백질	371/14	413/17

[식단 표기 사항]

- 🍎 : 자연간식 🌿 : 초록급식 : 저탄소식단
- 🗳️ : 생일식단 🌈 : 푸름급식
- 🥗 : 이 달의 채소(오이) 🌍 : 세계 음식 : 세계 음식의 날(중국)
- 🍴 : 1cm 이하로 잘게 썰거나 으깨어 맵지 않게 제공

[알레르기 유발 식품]

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

원산지 표시	쌀(밥,죽,누룽지)		배추김치(모든조리음식)		쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기	콩			
	백미	찰쌀	흑미	배추(봄동,얼갈이)	고춧가루	국내산				수입산	두부	순두부	연두부
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	■한우 □국우		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	가공품	너비아니		함박스테이크		참치							
	돈육	계육	돈육	우육	계육	다랑어							
수산물	오징어(2일)	고등어	동태	오징어(19일)	전복								
	국내산	국내산	국내산	수입산	국내산	국내산							

※ 시설에서 사용하는 식재료(가공식품 포함)의 원산지 및 알레르기 유발 식품을 확인하여 반드시 식단표에 표시한 후 게시해주시기 바랍니다.
 ※ 아산시 어린이·사회복지급식관리지원센터 제공되는 식단을 임의로 변경하여 발생하는 문제에 대해서는 책임지지 않습니다.
 ※ 본 식단은 어린이집 유치원 내 사용 목적으로만 제공하고 있으며, 소유권은 아산시 어린이·사회복지급식관리지원센터에 있습니다. 상업적 사용을 절대 금지합니다.

2026년 6월 식단표

(만 3~5세 - 초록지구, 힘찬태양, 최강우주)



일 자	1(월)	2(화)	3(수) 지방선거	4(목)	5(금)	6(토) 현충일
오전간식	배	채소죽		키위	브로콜리죽	
점심	백미밥 청경채된장국 ⑤⑥ 돈육채갯잎볶음 ⑤⑥⑩ 잔멸치조림 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 들깨버섯국 ⑤⑥ 오징어숙주볶음 ⑤⑥⑦ 시금치나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨		최고기오이덮밥 ⑤⑥ 감자국 ⑤⑥ 두부애호박조림 ⑤ (저당)요구르트 ② 배추김치 ⑨	흑미밥 양배추된장국 ⑤⑥ 달걀토마토볶음 ⑤⑥⑩⑫ 김구이 ⑤ 배추김치 ⑨	
오후간식	핫케이크 ①②③⑥ +우유 ②	사과+우유 ②		삶은달걀 ①+보리차	파프리카콘치즈 ①②③	
영양단백질	635/27	535/21		528/26	561/22	
일 자	8(월)	9(화) 초록급식	10(수) 푸른급식	11(목)	12(금)	13(토)
오전간식	누룽지죽	토마토슬라이스 ⑩	버섯죽	참외	바나나	우유 ②
점심	백미밥 복쌈국 ⑤⑥ 오리주물럭 ⑤⑥ 근대나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 두부맑은국 ⑤⑥ 순살고등어구이 ⑤⑥⑦ 감자당근조림 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 시금치된장국 ⑤⑥ 돼지고기수육 ⑩ 양배추쌈 +저염쌈장 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	삼색나물비빔밥 ⑤ 새우살미역국 ⑤⑥ 너비아니조림 ⑨ ⑤⑥⑩⑫⑬ 과일푸딩 배추김치 ⑨	수수밥 열무된장국 ⑤⑥ 쇠불고기 ⑤⑥⑬ 브로콜리무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	닭곰탕 ⑤ 백미밥 도토리묵무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨
오후간식	카스텔라 ①②③⑥ +우유 ②	백김치주먹밥 ⑤⑨	오이달걀샌드위치 ①②③⑥+우유 ②	(저당)시리얼 ⑤ +우유 ②	간장비빔국수 ⑤⑥	멜론+우유 ②
영양단백질	621/23	589/20	666/29	573/21	538/20	514/22
일 자	15(월)	16(화)	17(수) 생일	18(목)	19(금)	20(토)
오전간식	참깨죽	배	멜론	사과	당근죽	두유 ⑤
점심	백미밥 물만둣국 ①②③⑤⑩⑬ 돌기름두부구이 ⑤ +양념장 ⑤⑥ 비름나물무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 아욱된장국 ⑤⑥ 돼지고기콩나물볶음 ⑤⑥⑩ 무새콤무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 쇠고기미역국 ⑤⑥⑬ 돈까스 ①②③⑥⑩ +소스 ⑤⑥⑫⑬ 코우슬로 ①⑤ 배추김치 ⑨	백미밥 호박익힌장국 ⑤⑥ 달걀데리야구이 ⑤⑥⑬ 가지무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	흑미밥 달걀팥국 ① 오징어우동볶음 ⑤⑥⑦ 배추나물 ⑤⑥ 깍두기 ⑨(배추김치 ⑨)	로제소스리조도 ①②③⑥⑩⑫⑬⑭ 미소장국 ⑤⑥ 비엔나소시치구이 ②③⑥⑩⑫⑬⑭ 배추김치 ⑨
오후간식	모닝빵 ①②③⑥ +우유 ②	느타리버섯전 ①⑤⑥	케이크 ①②③⑥ +우유 ②+감귤주스	오이김밥 ⑤	수박우유화채 ②	스틱빵 ①②③⑥ +우유 ②
영양단백질	581/20	510/18	670/21	622/20	543/24	572/19
일 자	22(월)	23(화) 푸른급식	24(수) 푸른급식	25(목)	26(금) 세계음식	27(토)
오전간식	참외	전복죽 ⑬	바나나	오곡미숫가루 ②③⑥	아욱죽	우유 ②
점심	백미밥 유부국 ⑤⑥ 돼지갈비찜 ⑤⑥⑩ 청경채나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 크림스프 ①②③⑥⑩⑬⑭ (맑은장국 ⑤⑥) 치즈함박스테이크 ①②③⑤⑥⑬⑭ 오이피클(오이무침 ⑤⑥) 배추김치 ⑨	백미밥 근대된장국 ⑤⑥ 닭다리살부추볶음 ⑤⑥⑬ 버섯나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	찰보리밥 쇠고기탕국 ⑤⑥⑬ 채소달걀말이 ①③ 갯잎순나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	위상체프스 ⑤⑥⑩ (돈육가지덮밥) 콩나물국 ⑤ 어묵양파조림 ⑤⑥ 수박 배추김치 ⑨	두부소보로비빔밥 ⑤⑥ 취나물된장국 ⑤⑥ 새우살볶음 ⑤⑥⑨ 배추김치 ⑨
오후간식	수제비 ⑥	찐감자+우유 ②	참치주먹밥 ①⑤⑬ +우유 ②	과일요거트샐러드 ② ⑫	과배기 ①②③⑥ +우유 ②	쌀과자+우유 ②
영양단백질	523/21	670/27	592/31	582/23	676/24	563/25
일 자	29(월)	30(화)	[식단 표기 사항]			
오전간식	복숭아 ⑩	김가루죽	<ul style="list-style-type: none"> 🍎 : 자연간식 🌿 : 초록급식 : 저탄소식단 🍷 : 생일식단 🍷 : 푸른급식 : 푸른급식단 🍷 : 이 달의 채소(오이) 🌍 : 세계음식 : 세계 음식의 날(중국) 			
점심	백미밥 배춧국 ⑤⑥ 카레닭갈비 ②③⑥⑫⑬⑭⑮ 애호박나물 ⑤⑥ 깍두기 ⑨(배추김치 ⑨)	백미밥 청국장찌개 ⑤⑥ 순살삼치조림 ⑤⑥ 숙주나물무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	<ul style="list-style-type: none"> ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩복숭아 ⑪토마토 ⑫아황산류 ⑬호두 ⑭닭고기 ⑮쇠고기 ⑯오징어 ⑰조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑱자 			
오후간식	찐옥수수+우유 ②	(쌀)식빵 ①②③⑥ +달걀찜+우유 ②	<ul style="list-style-type: none"> ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩복숭아 ⑪토마토 ⑫아황산류 ⑬호두 ⑭닭고기 ⑮쇠고기 ⑯오징어 ⑰조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑱자 			
영양단백질	571/22	636/27				

원산지표시	쌀(밥, 죽, 누룽지)		배추김치(모든조리음식)		쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기	콩			
	백미	찰쌀	흑미	배추(봉동일갈)	고춧가루	국내산				수입산	두부	순두부	연두부
	가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	■한우 □옥우 □젓소	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	수산물	너비아니	계육	함박스테이크	참치	다랑어	원양어선(태평양)						

※ 시설에서 사용하는 식재료(가공식품 포함)의 원산지 및 알레르기 유발 식품을 확인하여 반드시 식단표에 표시한 후 게시해주시기 바랍니다.
 ※ 아산시 어린이·사회복지급식관리지원센터 제공되는 식단을 임의로 변경하여 발생하는 문제에 대해서는 책임지지 않습니다.
 ※ 본 식단은 어린이집·유치원 내 사용 목적으로만 제공하고 있으며, 소유권은 아산시 어린이·사회복지급식관리지원센터에 있습니다. 상업적 사용을 절대 금지합니다.