

2026년 9월 식단표나

(만 1~2세 - 오전간식죽식형)

로제어린이집

발행처 영양팀

발행일 2026.8.14.



원본 식단 확인

일 자	1(화)	2(수)	3(목)	4(금)	5(토)
오전간식	☑애호박죽	☑참치죽 ^⑩	☑가지죽	☑당근참살죽	두유 ^⑤
점 심	백미밥 ☑동태살국 ^{⑤⑥} ☑들기름두부구이 ^⑤ +☑양념장 ^{⑤⑥} ☑브로콜리깨무침 ^{⑤⑥} ☑배추김치 ^⑨	백미밥 ☑아욱된장국 ^{⑤⑥} ☑닭살데리야끼볶음 ^{⑤⑥⑩} ☑새송이버섯조림 ^{⑤⑥} ☑배추김치 ^⑨	백미밥 ☑쇠고기뭇국 ^{⑤⑥⑩} ☑오징어간장조림 ^{⑤⑥⑩} ☑숙주나물무침 ^{⑤⑥} ☑배추김치 ^⑨	찰보리밥 ☑크림스프 ^{①②⑤⑥⑩⑫⑬⑭} (☑맑은장국 ^{⑤⑥}) ☑돈까스 ^{①②⑤⑥⑩} +☑소스 ^{⑤⑥⑫⑬} ☑마카로니콘샬레 ^{①⑤} ☑배추김치 ^⑨	☑유부초밥 ^{①②⑤⑥} ☑우동국 ^{⑤⑥} ☑새우살채소조림 ^{⑤⑥⑨} ☑배추김치 ^⑨
오후간식	☑크로와상 ^{①②⑤⑥} +우유 ^②	☑고구마범벅 ^{①⑤} +우유 ^②	☑바나나+우유 ^②	☑사과+☑삶은달걀 ^① +보리차	☑롤빵 ^{①②⑤⑥} +우유 ^②
영양/단백질	423/15	419/19	365/15	415/15	387/17

일 자	7(월)	8(화)	9(수)	10(목)	11(금)	12(토)
오전간식	☑브로콜리죽	☑참깨죽	☑감가루죽	☑전복죽 ^⑩	☑고구마죽	우유 ^②
점 심	백미밥 ☑애호박국 ^{⑤⑥⑩} ☑오리불고기 ^{⑤⑥} ☑얼갈이나물 ^{⑤⑥} ☑각두기 ^⑨ (☑배추김치 ^⑨)	☑돈육카레라이스 ^{②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮} ☑콩나물국 ^{⑤⑥} ☑어묵양파볶음 ^{⑤⑥} ☑과일푸딩 ^{⑤⑥⑩} ☑배추김치 ^⑨	백미밥 ☑두부버섯국 ^{⑤⑥} ☑고등어무조림 ^{⑤⑥⑦} ☑감자채볶음 ^⑤ ☑배추김치 ^⑨	백미밥 ☑육개장 ^{⑤⑥⑩} ☑치즈달걀찜 ^{①②} ☑근대나물 ^{⑤⑥} ☑배추김치 ^⑨	수수밥 ☑양배추된장국 ^{⑤⑥} ☑돼지고기가지볶음 ^{⑤⑥⑩} ☑오이사과무침 ^{⑤⑥} ☑배추김치 ^⑨	☑조갯살수제비 ^{⑥⑩} 추가밥 ☑소시지파프리카볶음 ^{②⑤⑥⑩⑫⑬⑭} ☑배추김치 ^⑨
오후간식	☑복숭아 ^⑪ +☑잔멸치주먹밥 ^⑤	☑후레쉬번 ^{①②⑤⑥} +우유 ^②	☑단호박찜+우유 ^②	☑방울토마토 ^⑫ +☑물만두 ^{①②⑤⑥⑩⑫}	☑(저당)시리얼 ^⑤ +우유 ^②	☑키위+우유 ^②
영양/단백질	412/13	436/15	395/14	407/19	434/16	368/15

일 자	14(월)	15(화)	16(수)	17(목)	18(금)	19(토)
오전간식	☑채소죽	☑아욱죽	☑양배추죽	☑단호박죽	☑새우살죽 ^⑨	두유 ^⑤
점 심	백미밥 ☑참치미역국 ^{⑤⑥⑩} ☑닭볶음탕 ^{⑤⑥⑩} ☑참나물무침 ^{⑤⑥} ☑배추김치 ^⑨	백미밥 ☑달걀파국 ^① ☑함박스테이크 ^{①⑤⑥⑩⑫⑬} ☑브로콜리숙회 ^{⑤⑥} ☑배추김치 ^⑨	☑버섯제육덮밥 ^{⑤⑥⑩} ☑미소국 ^{⑤⑥} ☑게살오이볶음 ^{①②⑤⑥⑧⑫} (저당)요구르트 ^② ☑배추김치 ^⑨	백미밥 ☑오징어국 ^{⑤⑥⑩} ☑마파두부 ^{⑤⑥} ☑연근조림 ^{⑤⑥} ☑배추김치 ^⑨	찰보리밥 ☑청경채된장국 ^{⑤⑥} ☑쇠불고기 ^{⑤⑥⑩} ☑콩나물무침 ^{⑤⑥} ☑배추김치 ^⑨	☑백김치볶음밥 ^{⑤⑥⑨} ☑복엇국 ^{⑤⑥} ☑닭봉조림 ^{⑤⑥⑩} ☑각두기 ^⑨ (☑배추김치 ^⑨)
오후간식	☑파배기 ^{①②⑤⑥} +우유 ^②	☑포도 +☑가지토마토스파게티 ^{①②⑤⑥⑫⑬⑭}	☑찐감자+보리차	☑멜론+우유 ^②	☑핫케이크 ^{①②⑤⑥} +우유 ^②	☑쌀과자+우유 ^②
영양/단백질	413/16	407/14	406/13	368/15	427/17	379/17

일 자	21(월) 세계음식	22(화)	23(수)	24(목)	25(금) 추석	26(토)
오전간식	☑누룽지죽	☑콩나물죽 ^⑤	☑달걀죽 ^①			
점 심	백미밥 ☑근대맑은국 ^{⑤⑥} ☑루로우 ^{①⑤⑥⑩} (☑돼지고기매추리알조림) ☑파래김자반 ^⑤ ☑배추김치 ^⑨	백미밥 ☑순두부찌개 ^{⑤⑥} ☑순살삼치구이 ^{⑤⑥} ☑가지나물 ^{⑤⑥} ☑배추김치 ^⑨	☑나물비빔밥 ^{⑤⑥} ☑온도토리묵국 ^{⑤⑥} ☑훈제오리볶음 ^{②⑤⑥} ☑참쌀유과 ^⑤ ☑배추김치 ^⑨			
오후간식	☑찐고구마+우유 ^②	☑키위 +☑삼색주먹밥 ^⑤	☑카스텔라 ^{①②⑤⑥} +우유 ^②			
영양/단백질	413/17	421/17	446/13			



일 자	28(월)	29(화)	30(수)	[식단 표기 사항] ☑ : 자연간식 ☑ : 생일식단 ☑ : 푸러미식단 ☑ : 이 달의 채소(가지) ☑ : 세계음식 : 세계 음식의 날(대만) ☑ : 1cm 이하로 잘게 썰거나 으개어 맵지 않게 제공
오전간식	☑미역죽 ^{⑤⑥}	☑버섯죽	☑연두부죽 ^⑤	
점 심	백미밥 ☑만둣국 ^{①②⑤⑥⑩⑫} ☑채소오물렛 ^{①⑤} ☑잔멸치조림 ^{⑤⑥} ☑배추김치 ^⑨	백미밥 ☑배추국 ^{⑤⑥} ☑춘천닭갈비 ^{⑤⑥⑩} ☑애호박나물 ^{⑤⑥} ☑각두기 ^⑨ (☑배추김치 ^⑨)	백미밥 ☑감자양파국 ^{⑤⑥} ☑쇠고기당면볶음 ^{⑤⑥⑩} ☑양배추나물 ^{⑤⑥} ☑배추김치 ^⑨	
오후간식	☑포도 +☑먹는요구르트 ^②	☑배 +☑잔치국수 ^{⑤⑥}	☑스티빵 ^{①②⑤⑥} +우유 ^②	
영양/단백질	386/14	390/17	415/14	[알레르기 유발 식품] ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲참

원산지 표시	쌀(밥,죽,누룽지)			배추김치(모든조리음식)		쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기	콩			
	백미	잡쌀	흑미	배추(봄동,얼갈이)	고춧가루	국내산					수입산	두부	순두부	연두부
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	■ 한우 ■ 육우 □ 젓소			국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
	참치(2일)		참치(14일)		함박스테이크		훈제오리							
	다량어		다량어		돈육	계육	우육	오리						
가공품	원양산		원양산		국내산	국내산	국내산	국내산						
수산물	동태		오징어(3일)		고등어		전복		오징어(17일)					
	러시아산		국내산		국내산		국내산		국내산					

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

원산지 표시	쌀(밥,죽,누룽지)			배추김치(모든조리음식)			쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기	콩		
	백미	찰쌀	흑미	배추썬동얼알이		고춧가루	국내산					수입산	두부	순두부
	국내산	국내산	국내산	국내산		국내산	■ 한우 ■ 육우 □ 젓소		국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	가공품	참치(2일)		참치(14일)		함박스테이크		훈제오리						
		다랑어		다랑어		돈육	계육	우육	오리					
		원양산		원양산		국내산	국내산	국내산	국내산					
	수산물	동태		오징어(3일)		고등어		전복		오징어(17일)				
러시아산		국내산		국내산		국내산		국내산						