

2026년 9월 식단표

덕진구 급식관리지원센터 0~2세 기준 일반형 (영양사:이연희)										
일 자	(월)		1(화)		2(수)		3(목)		4(금)	
오전간식			★바나나		모듬채소죽		달걀죽(1)		★샤인머스켓	
점심			채소볶음밥(5) 황태무침국(5,6) 떡갈비조림(5,6,10,16) 오이무침(5,6) 떠먹는요구르트(2)		흰쌀밥 버섯된장국(5,6) 두부양념찜(5,6) 한식잡채(5,6) 백김치		흰쌀밥 들깨탕(5,6) 순살삼치구이(5) 나물(5,6) 깍두기(9)		흰쌀밥 맑은미역국(5,6) 쇠불고기(5,6,16) 상추무침(5,6) 백김치	
오후간식			씨리얼(5,6) /우유(2)		김가루주먹밥(5,6) /보리차		식빵(1,2,5,6)+딸기잼 /우유(2)		잔치국수(5,6)	
열량/단백질			524/20		421/12		424/18		402/14	
변동사항										
일 자	7(월)		8(화)		9(수)		10(목)		11(금)	
오전간식	★멜론		★포도		단호박죽		두부죽(5)		★배	
점심	흰쌀밥 근대된장국(5,6) 돈육장조림(5,6,10) 감자채볶음(5) 백김치		흰쌀밥 미소된장국(5,6) 채소전(5,6) 마카로니샐러드(1,5,6) 사과주스		흰쌀밥 달걀찜국(1) 순살가자미구이(5) 깍두기(5,6) 깍두기(9)		흰쌀밥 사골곰탕(16) 오리불고기(5,6) 배추나물(5,6) 쌈무		흰쌀밥 감자국(5,6) 오징어콩나물찜(5,6,17) 시금치무침(5,6) 백김치	
오후간식	치즈주먹밥(2) /보리차		과배기빵(1,2,5,6) /우유(2)		꼬마핫도그(1,2,5,6,10) /우유(2)		어묵우동(5,6)		구운달걀(1) /마시는요구르트(2)	
열량/단백질	397/14		426/10		443/14		348/14		405/18	
변동사항										
일 자	14(월)		15(화)		16(수)		17(목)		18(금)	
오전간식	★방울토마토(12)		누룽지죽		★사과/우유(2)		참치죽		★키위	
점심	흰쌀밥 쇠고기탕(5,6,16) 달걀말이(1,5) 미나리숙주나물 백김치		흰쌀밥 된장찌개(5,6) 돈육갈비찜(5,6,10) 도라지나물(5,6) 백김치		흰쌀밥 버섯맑은국 해물완자전(5,6,9,17) 백김치 짜먹는요구르트(2)		흰쌀밥 미소장국(5,6) 수제돈까스(1,2,5,6,10) +소스(5,6,12) 양배추마요샐러드(1,5) 깍두기(9)		흰쌀밥 어묵국(5,6) 순살달볶음탕(5,6,15) 파프리카무침(5,6) 백김치	
오후간식	채소주먹밥(5) /매실차		팬케이크(1,2,5,6) /우유(2)		으깬감자샐러드(1,5) /주스		쇠고기쌀국수(16)		샌드위치(1,2,5,6,10) /우유(2)	
열량/단백질	418/13		482/16		419/14		457/19		457/21	
변동사항										
일 자	21(월)		22(화)		23(수)		24(목)		25(금)	
오전간식	★샤인머스켓		우리쌀강정(5,6) /우유(2)		★배					
점심	흰쌀밥 들기름미역국(5,6) 돈육채소볶음(5,6,10) 무나물 백김치		흰쌀밥 수제비국(6) 고사리들깨나물(5,6) 연근조림(5,6) 포도주스		흰쌀밥 호박새우전국찌개(9) 니아신 닭가슴살두부스테이크(1,5,6,15) 당근채나물 깍두기(9) 케이크(1,2,5,6)					
오후간식	카스테라(1,2,5,6) /우유(2)		게살죽(1,5,6,8)		충무김밥 /매실차					
열량/단백질	420/16		484/11		465/13					
변동사항										
일 자	28(월)		29(화)		30(수)		(목)		(금)	
오전간식	★굴		★사과		모듬버섯죽					
점심	잡곡밥 홍합맑은국(18) 오리단호박찜(5,6) 오이무침(5,6) 백김치		강된장비빔밥(5,6) 콩나물국(5) 흰살생선전(1,5,6) 백김치 망고주스		잡곡밥 연두부탕(5,6) 쇠고기버섯장조림(5,6,16) 브로콜리볶음(5) 깍두기(9)					
오후간식	호떡(5,6)/우유(2)		오곡씨리얼(5,6)/우유(2)		토마토스파게티(5,6,12)					
열량/단백질	440/18		422/15		419/17					
변동사항										
알레르기 유발식품	이들 식품을 사용하거나 성분 또는 첨가물을 함유한 음식에는 해당 식품 번호가 표시됩니다. ①가금류의 난류 ②우유 및 유제품 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류 (굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣									
원산지 표시	쌀	콩	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치	수산물		
	국내산 친환경	국내산	한우 국내산 무항생제	국내산 무항생제	국내산 무항생제	국내산 무항생제	배추 고춧가루 국내산	수산물(넙치, 조피볼락, 낙지, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 고등어, 갈치, 명태, 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 주꾸미, 아귀, 가리비, 우렁챙이, 전복, 방어, 부세)	연육	명태

2026년 9월 식단표

덕진구 급식관리지원센터 3~5세 기준 일반형 (영양사:이연희)											
일 자	(월)		1(화)		2(수)		3(목)		4(금)		
오전간식			★바나나		모듬채소죽		달걀죽(1)		★샤인머스켓		
점심			채소볶음밥(5) 황태무침국(5,6) 떡갈비조림(5,6,10,16) 오이무침(5,6) 떠먹는요구르트(2)		찰보리밥 버섯된장국(5,6) 두부양념찜(5,6) 한식잡채(5,6) 배추김치(9)		수수밥 들깨탕(5,6) 순살삼치구이(5) 나물(5,6) 깍두기(9)		흑미밥 맑은미역국(5,6) 쇠불고기(5,6,16) 상추쌈+쌈장(5,6,13) 배추김치(9)		
오후간식			씨리얼(5,6) /우유(2)		김가루주먹밥(5,6) /보리차		식빵(1,2,5,6)+딸기잼 /우유(2)		잔치국수(5,6)		
열량/단백질			723/26		646/18		615/26		613/21		
변동사항											
일 자	7(월)		8(화)		9(수)		10(목)		11(금)		
오전간식	★멜론		★포도		단호박죽		두부죽(5)		★배		
점심	흰쌀밥 근대된장국(5,6) 돈육장조림(5,6,10) 감자채맛살볶음(1,5,6,8) 백김치		돈육카레라이스(5,6,10) 미소된장국(5,6) 채소전(5,6) 마카로니샐러드(1,5,6) 사과주스		울무밥 달걀찜국(1) 순살가자미구이(5) 깍두기(5,6) 깍두기(9)		검정콩밥 사골곰탕(16) 오리불고기(5,6) 배추나물(5,6) 쌈무		통밀쌀밥 감자국(5,6) 오징어콩나물찜(5,6,17) 시금치무침(5,6) 배추김치(9)		
오후간식	치즈주먹밥(2) /보리차		과배기빵(1,2,5,6) /우유(2)		꼬마핫도그(1,2,5,6,10) /우유(2)		어묵우동(5,6)		구운달걀(1) /마시는요구르트(2)		
열량/단백질	594/25		669/20		640/29		534/22		576/26		
변동사항											
일 자	14(월)		15(화)		16(수)		17(목)		18(금)		
오전간식	★방울토마토(12)		누룽지죽		★사과/우유(2)		참치죽		★키위		
점심	흰쌀밥 쇠고기탕(5,6,16) 달걀말이(1,5) 미나리숙주나물 백김치		찰기장밥 된장찌개(5,6) 돈육갈비찜(5,6,10) 도라지나물(5,6) 배추김치(9)		달걀비빔밥(1,5,6) 버섯맑은국 해물완자전(5,6,9,17) 배추김치(9) 짜먹는요구르트(2)		현미밥 미소장국(5,6) 수제돈까스(1,2,5,6,10) +소스(5,6,12) 양배추마요샐러드(1,5) 깍두기(9)		찰보리쌀밥 어묵국(5,6) 순살닭볶음탕(5,6,15) 파프리카무침(5,6) 배추김치(9)		
오후간식	채소주먹밥(5) /매실차		팬케이크(1,2,5,6) /우유(2)		으깬감자샐러드(1,5) /주스		쇠고기쌀국수(16)		샌드위치(1,2,5,6,10) /우유(2)		
열량/단백질	641/20		731/24		598/23		702/30		666/31		
변동사항											
일 자	21(월)		22(화)		23(수)		24(목)		25(금)		
오전간식	★샤인머스켓		우리쌀강정(5,6)/우유(2)		★배						
점심	흰쌀밥 들기름미역국(5,6) 돈육채소볶음(5,6,10) 무나물 백김치		잔멸치주먹밥(5,6) 수제비국(6) 고사리들깨나물(5,6) 연근아몬드조림(5,6) 포도주스		수수밥 호박새우전국찌개(9) 니아신 닭가슴살두부스테이크(1,5,6,15) 당근채나물 깍두기(9) 케이크(1,2,5,6)						
오후간식	카스테라(1,2,5,6) /우유(2)		게살죽(1,5,6,8)		총무김밥 /매실차						
열량/단백질	609/23		726/19		714/21						
변동사항											
일 자	28(월)		29(화)		30(수)		(목)		(금)		
오전간식	★굴		★사과		모듬버섯죽						
점심	흰쌀밥 홍합맑은국(18) 오리단호박찜(5,6) 오이무침(5,6) 백김치		강된장비빔밥(5,6) 콩나물국(5) 흰살생선전(1,5,6) 배추김치(9) 망고주스		울무밥 연두부탕(5,6) 쇠고기버섯장조림(5,6,16) 브로콜리볶음(5) 깍두기(9)						
오후간식	호떡(5,6)/우유(2)		오곡씨리얼(5,6)/우유(2)		토마토스파게티(5,6,12)						
열량/단백질	641/27		636/22		643/26						
변동사항											
알레르기 유발식품	이들 식품을 사용하거나 성분 또는 첨가물을 함유한 음식에는 해당 식품 번호가 표시됩니다. ①가금류의 난류 ②우유 및 유제품 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류 (굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣										
원산지 표시	쌀	콩	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치	수산물			
	국내산 친환경	국내산	한우 국내산 무항생제	국내산 무항생제	국내산 무항생제	국내산 무항생제	배추 고춧가루	수산물(넙치, 조피볼락, 낙지, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 고등어, 갈치, 명태, 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 주꾸미, 아귀, 가리비, 우렁챙이, 전복, 방어, 부세)			
							국내산	국내산			
								베트남			
								러시아			