



공립아이린이린이집

2026년 7월 식단표 (만 1~2세 죽식형)



영암군 어린이·사회복지급식관리지원센터

오소는 영암사

일자/요일			1(수)	2(목)	3(금)	4(토)	
오 전 간 식			당근감자죽⑤⑥ 백미밥	단호박죽 백미밥	청경채죽⑤⑥ 백미밥	누룽지죽 백미밥	
점 심			빼없는감자탕⑤⑥⑩ 새우살굴소스볶음 ⑤⑥⑨⑩ 감자반⑤⑥ 잘게썬배추김치⑨	맑은콩나물국⑤⑥ 소고기육전 ①⑤⑥⑩ 부추무침⑤⑥ 잘게썬각두기⑨	시금치된장국⑤⑥ 달걀말이①⑤⑥ 햄채소볶음⑤⑥⑩ 잘게썬배추김치⑨	무채국⑤⑥ 생선가스①②③/ 머스타드소스 마카로니샐러드①⑥ 잘게썬배추김치⑨	
			사과/호상요구르트②	참외/우유②	키위/과채주스	두유미숫가루⑤	
			417/19	422/16	409/19	429/16	
			일자/요일	6(월)	7(화) 소서	8(수)	9(목)
오 전 간 식	시금치양파죽⑤⑥ 백미밥	옥수수죽⑤⑥ 백미밥	콩나물참깨죽⑤⑥ 후리가게주먹밥⑤⑥ 미소된장국⑤⑥ 토마토파스타⑤⑥⑫	브로콜리죽⑤⑥ 백미밥	장국죽⑤⑥ 백미밥	누룽지죽 백미밥	
점 심	숙주된장국⑤⑥ 소고기데리야끼구이 ⑤⑥⑩ 양배추나물⑤⑥ 잘게썬각두기⑨	초계국수⑤⑥⑬ 어묵채조림⑤⑥ 고사리나물⑤⑥ 잘게썬배추김치⑨	가지나물⑤⑥ 잘게썬각두기⑨ 복숭아⑩/ 호상요구르트②	순한육개장⑤⑥⑩ 오징어채소볶음 ⑤⑥⑦ 두부달걀부침①⑤ 잘게썬배추김치⑨	버섯들깨국⑤⑥ 돼지갈비구이⑤⑥⑩ 건파래무침⑤⑥ 잘게썬각두기⑨	근대된장국⑤⑥ 간장오리불고기⑤⑥ 새송이버섯나물⑤⑥ 잘게썬배추김치⑨	
	자른자두/과채주스	찐감자/두유⑤		롤빵①②⑤⑥/우유②	수박/치즈②	약과⑤⑥/보리차	
	405/15	430/14	394/13	413/17	393/17	398/12	
	일자/요일	13(월) 저염데이	14(화)	15(수) 초복	16(목)	17(금) 제헌절	18(토)
오 전 간 식	부추죽⑤⑥ 백미밥	고구마죽 백미밥	참치죽⑤⑥ 백미밥	양배추죽⑤⑥ 백미밥		누룽지죽 백미밥	
점 심	순두부백탕⑤⑥ (저염)소불고기⑤⑥⑩ (잘게썬)미역줄기볶음 ⑤⑥ 잘게썬배추김치⑨ 자른토마토⑫/치즈②	애호박찌개⑤⑥⑨ 순살삼치구이⑤⑥ 숙주나물⑤⑥ 잘게썬각두기⑨ 쌀과자⑤⑥/우유②	닭곰탕⑤⑥⑬ 미트볼조림⑤⑥⑩ 오이무침⑤⑥ (고춧가루제외) 잘게썬배추김치⑨ 바나나/두유⑤	청경채된장국⑤⑥ 해물볶음우동 ⑤⑥⑦⑩ 우렁채볶음⑤⑥ 잘게썬각두기⑨ 사과/액상요구르트②		유부장국⑤⑥ 돈육파프리카볶침 ⑤⑥⑩⑫ 양배추샐러드 잘게썬배추김치⑨ 삶은달걀①/보리차	
	418/18	421/17	406/19	390/10		435/18	
	일자/요일	20(월)	21(화)	22(수)		23(목) 대서	24(금)
	오 전 간 식	애호박죽⑤⑥ 백미밥	김가루채소죽⑤⑥ 백미밥	연두부죽⑤⑥ 백미밥	모듬버섯죽⑤⑥ 백미밥	달걀죽①⑤⑥ 백미밥	누룽지죽 수수밥
점 심	건새우미역국⑤⑥⑨ 달걀짜장볶음⑤⑥⑬ 시금치나물⑤⑥ 잘게썬각두기⑨	맑은김치국⑤⑥⑨ 제육볶음⑤⑥⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 잘게썬각두기⑨	우동국물⑤⑥ 순살고등어구이 ⑤⑥⑦ 비엔나케첩볶음 ⑤⑥⑩⑫ 잘게썬각두기⑨	황태묵국⑤⑥ 떡갈비조림⑤⑥⑬ 열무나물⑤⑥ 잘게썬배추김치⑨	배추된장국⑤⑥ 돈육우엉잡채⑤⑥ 잔멸치조림⑤⑥ 잘게썬배추김치⑨	어묵국⑤⑥ 소고기장조림⑤⑥⑬ 청경채나물⑤⑥ 잘게썬배추김치⑨	
	매론/우유②	수박화채	사과/ 짜먹는요구르트②	유부초밥/보리차	키위/과채주스	찐고구마/우유②	
	405/18	427/12	393/13	423/16	405/16	403/14	
	일자/요일	27(월) 저당데이	28(화)	29(수)	30(목)	31(금)	7월 31일 제철음식 가지, 감자, 강낭콩, 깻잎, 도라지, 열무, 오이, 복숭아, 수박, 옥수수, 자두, 참외, 토마토, 모시조개, 오징어
오 전 간 식	소고기채소죽⑤⑥⑩ 백미밥	당근들깨죽⑤⑥ 백미밥	오징어채소죽⑤⑥⑦ 백미밥	콩나물죽⑤⑥ 백미밥	전복죽⑤⑥⑩ 백미밥		
점 심	감자맑은국⑤⑥ (저당)돈육콩나물볶음 ⑤⑥⑩ 연근조림⑤⑥ 잘게썬배추김치⑨	부추맑은국⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑬ 배추나물⑤⑥ 잘게썬각두기⑨	(잘게썬)도토리묵냉국 ⑤⑥ 훈제오리볶음 상추무침⑤⑥ 잘게썬배추김치⑨	양파된장국⑤⑥ 흰살생선전①⑤⑥ 깻잎나물⑤⑥ 잘게썬각두기⑨	크림스프②⑥ 함박스테이크⑤⑥⑬ 감자채볶음⑤⑥ 잘게썬배추김치⑨		
	자른자두/ 액상요구르트②	미니유부우동⑤⑥	참외/매실차	머핀①②⑤⑥/ 우유②	복숭아⑩/ 호상요구르트②		
	432/11	409/11	408/12	418/16	407/11		

원 산 지 표 시	쌀			콩			배추김치 (봄동, 백김치, 배추김치가 포함)		쇠고기 (한우, 육우, 젓소)	돼지고기	닭고기	오리고기
	밥	죽	누룽지	두부	순두부	연두부	배추	고춧가루				
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	한우:국내산	국내산	국내산	국내산
	수산물						육가공품/수산물가공품					
	오징어	고등어	전복			햄	참치	미트볼	비엔나 소시지	떡갈비	너비아니	훈제오리
	국내산	노르웨이	국내산			돼지고기 (국내산)	다랑어 (원양산)	돼지고기 (국내산)	돼지고기 (국내산)	소고기 (국내, 미국 산)	돼지고기 (미국, 스페인 · 덴마크산)	오리고기 (국내산)
												함박 스테이크
												돼지고기 달고기 (국내산)

※ 수산물 : 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뽕장어, 낙지, 명태/코다리/동태, 고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조기, 주꾸미, 다랑어, 아귀, 가리비, 방어, 전복, 부세, 우렁챙이(명게)



알레르기 유발식품에 대한 알레르기 정보

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기
⑰오징어 ⑱새우개/국 전복 호박 포함 ⑲자 ⑳이물질은 표백제 보조료 사회복지에 모전으로 사용되는 식품첨가물이 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.