

2026년 8월 식단표

국공립 경주 에일린의 뜰 어린이집

경주시어린이·사회복지급식관리지원센터 영양사 정혜진 (인)

날짜	3(월)	4(화)	5(수)	6(목)	7(금)		
오전간식	쇠고기죽⑩ (소:국내산 한우)	으깬오이	달걀죽①	브로콜리치즈죽②	단호박죽		
점심	두부열무무른밥⑤ (쌀:국내산) [두부(콩:국내산)]	닭가슴살애호박무른밥⑮ (쌀:국내산) (닭:국내산)	쇠고기무무른밥⑮ (쌀:국내산) (소:국내산 한우)	새우살콩나물무른밥⑤⑨ (쌀:국내산)	달걀노른자오이무른밥① (쌀:국내산)		
오후간식	키위슬라이스	연근채소죽⑤⑥	아기치즈②	아기주먹밥	멜론슬라이스		
행사	오이 수확	Summer day 오이오감, 물놀이/ 요리 '오이피클'	ESG '우리집 전기가 나갔어요' 부모교육	무 심기			
열량/단백질	198/6	174/7	235/10	289/10	241/6		
날짜	10(월)	11(화)	12(수)	13(목)	14(금) 말복🍁		
오전간식	고구마크림죽②⑤	으깬고구마	양송이버섯죽	흑임자죽	대구살채소죽		
점심	김가루채소무른밥 (쌀:국내산)	두부양파무른밥⑤ (쌀:국내산) [두부(콩:국내산)]	달걀노른자우영무른밥① (쌀:국내산)	쇠고기청경채무른밥⑮ (쌀:국내산) (소:국내산 한우)	닭안심잡쌀무른밥⑮ (쌀:국내산) (닭:국내산)		
오후간식	바나나슬라이스	잔멸치채소죽	데친당근슬라이스	참외퓨레	수박슬라이스		
행사		Summer day 막내농부 견학 물놀이	ESG 태양광 자동차를 충전해요	♥생일잔치♥			
열량/단백질	172/4	247/7	202/6	201/6	188/9		
날짜	17(월) 대체휴일	18(화)	19(수)	20(목)	21(금)		
오전간식		으깬단호박	옥수수콘죽	두부채소죽⑤⑥ [두부(콩:국내산)]	영양닭죽⑮ (닭:국내산)		
점심		달걀노른자감자무른밥① (쌀:국내산)	연두부미역무른밥⑤ (쌀:국내산) [두부(콩:국내산)]	쇠고기열무무른밥⑮ (쌀:국내산) (소:국내산 한우)	대구살양배추무른밥 (쌀:국내산)		
오후간식		게살죽①⑤⑥⑧	아기쌀국수⑮	아기치즈②	자두슬라이스		
행사			ESG 태양광 자동차로 놀이해요/완밥데이				
열량/단백질			256/7	239/11	205/8	199/9	
날짜	24(월)	25(화)	26(수)	27(목)	28(금)		
오전간식	두부우영죽⑤⑥ [두부(콩:국내산)]	전복죽⑮ (전복:국내산)	달걀양파죽①	애호박죽	당근잡쌀죽		
점심	참치채소무른밥 (쌀:국내산) (참치:원양산)	닭가슴살청경채무른밥⑮ (쌀:국내산) (닭:국내산)	두부오이무른밥⑤ (쌀:국내산) [두부(콩:국내산)]	쇠고기버섯무른밥⑮ (쌀:국내산) (소:국내산 한우)	달걀노른자연근무른밥① (쌀:국내산)		
오후간식	바나나슬라이스	으깬감자	데친당근슬라이스	복숭아퓨레	포도슬라이스⑪		
행사		Summer day 가루야놀자! 분수놀이		간담회	소방대피훈련		
열량/단백질	217/9	202/8	189/6	203/6	211/5		
날짜	31(월)	♥ 알레르기 유발식품 19종 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 (알레르기 반응을 보이는 영·유아에게는 해당 식품을 제한해 주세요.)					
오전간식	새우살죽⑨						
점심	쇠고기애호박무른밥⑮ (쌀:국내산) (소:국내산 한우)						
오후간식	멜론슬라이스						
행사							
열량/단백질	198/8						
원산지 표시	쌀 (죽, 누룽지 포함)	콩 (두부류, 콩비지, 콩국수)	소 (한우, 육우, 젓소 구분)	닭	참치(다랑어)		
	국내산	국내산	국내산 한우	국내산	원양산		

날짜	3(월)	4(화)	5(수)	6(목)	7(금)
오전간식	쇠고기죽 ^⑫ (소:국내산 한우)	오이/치즈 ^②	달걀죽 ^①	브로콜리치즈죽 ^②	단호박죽
점심	쌀밥 감자맑은국 ^{⑤⑥} 돼지불고기 ^{⑤⑥⑩} (돼지:국내산) 열무나물무침 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	쌀밥 오이냉국 ^{⑤⑥} 순살닭볶음탕 ^{⑤⑥⑬} (닭:국내산) 애호박나물 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	쌀밥 쇠고기무국 ^{⑤⑥⑫} (소:국내산) 두부양념찜 ^{⑤⑥} [두부(콩:국내산)] 가지무침 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	쌀밥 달걀미역국 ^⑮ (닭:국내산) 새우살채소전 ^{⑤⑥⑨} 콩나물무침 ^⑤ 배추김치 ^⑨	함박스테이크&소스 ^{⑤⑥⑩⑫} (돼지:국내산) 쌀밥(소) 팽이버섯된장국 ^{⑤⑥} 오이맛살무침 ^{①⑤⑥⑧} 배추김치 ^⑨
오후간식	과일(키위)/요거트 ^②	연근채소죽 ^{⑤⑥}	빵(파배기) ^{①②⑤⑥/두유⑤}	들기름메밀국수 ^{③⑤⑥}	과일(멜론)/우유 ^②
행사	생태놀이/오이 수확	Summer day 오이오감, 물놀이/ 요리 '오이피클'	ESG '우리집 전기가 나갔어요' 부모교육	무 심기	
열량/단백질	417/19	364/19	420/16	428/21	392/17
날짜	10(월)	11(화)	12(수)	13(목)	14(금) 말복
오전간식	고구마크림죽 ^{②⑤}	복숭아 ^⑪ /사과죽스	양송이버섯죽	흑임자죽	대구살채소죽
점심	쌀밥 콩가루배추국 ^{⑤⑥} 두부강정 ^{⑤⑥⑫} [두부(콩:국내산)] 김구이 깍두기 ^⑨	쌀밥 유부된장국 ^{⑤⑥} 돼지고기양파볶음 ^{⑤⑥⑩} (돼지:국내산) 오이나물 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	쌀밥 숙갠어묵국 ^{⑤⑥} 채소달걀말이 ^{①②⑤} 우렁채조림 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	쌀밥 쇠고기미역국 ^{⑤⑥⑫} (소:국내산 한우) 수제떡갈비 ^{⑤⑥⑩⑫} (소:국내산 한우) (돼지:국내산) 숙주무침 참외깍두기 ^⑨	닭곰탕&소면 ^{⑥⑮} (닭:국내산) 쌀밥(소) 동그랑땡구이 ^{⑤⑥⑩} (돼지:국내산) 깍두기 ^⑨
오후간식	과일(바나나)/요거트 ^②	잔멸치채소죽	채소주먹밥 ^⑤	생크림케이크/우유 ^②	과일(수박)/우유 ^②
행사		Summer day 막내농부 견학 물놀이	ESG 태양광 자동차를 충전해요	♥생일잔치♥	
열량/단백질	424/16	380/16	431/11	492/18	391/17
날짜	17(월) 대체휴일	18(화)	19(수)	20(목)	21(금)
오전간식		과일(사과)/치즈 ^②	옥수수콘죽	두부채소죽 ^{⑤⑥} [두부(콩:국내산)]	영양닭죽 ^⑮ (닭:국내산)
점심		쌀밥 애호박된장국 ^{⑤⑥} 돼지고기메추리알조림 ^{①⑤⑥⑩} (돼지:국내산) 감자채볶음 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	쌀밥 두부된장국 ^{⑤⑥} [두부(콩:국내산)] 두부야채탕수 ^⑤ [두부(콩:국내산)] 김자반 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	쌀밥 쇠고기맑은국 ^{⑤⑥⑫} (소:국내산 한우) 순살고등어구이 ^{⑤⑦} (고등어:국내산) 열무나물 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	불고기비빔밥 ^{⑤⑥⑫} (소:국내산 한우) 콩나물국 ^⑤ 잔멸치조림 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨
오후간식		게살죽 ^{①⑤⑥⑧}	토마토소스파게티 ^{②⑤⑥⑫⑮}	빵(크림빵) ^{①②⑥/두유⑤}	과일(자두)/우유 ^②
행사		건강지원센터 견학	ESG 태양광 자동차로 놀이해요/완발데이		
열량/단백질		429/18	436/18	468/14	400/17
날짜	24(월)	25(화)	26(수)	27(목)	28(금)
오전간식	두부우영죽 ^{⑤⑥} [두부(콩:국내산)]	전복죽 ^⑮ (전복:국내산)	달걀양파죽 ^①	애호박죽	당근참쌀죽
점심	쌀밥 참치미역국 ^{⑤⑥} [참치(다랑어:원양산)] 돼지고기파프리카볶음 ^{⑤⑥⑩} (돼지:국내산) 가지나물 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	쌀밥 무채된장국 ^{⑤⑥} 순살닭갈비 ^{⑤⑥⑮} (닭:국내산) 청경채나물무침 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	쌀밥 물만두국 ^{⑤⑥⑩} 두부간장구이 ^{⑤⑥} [두부(콩:국내산)] 오이무침 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨	쌀밥 미소장국 ^{⑤⑥} 쇠고기양배추볶음 ^{⑤⑥⑫} (소:국내산 한우) 느타리버섯나물 ^{⑤⑥} 깍두기 ^⑨	돼지고기굴소스볶음밥 ^{⑤⑥⑩⑮} (돼지:국내산) 어묵탕 ^{⑤⑥} 연근참깨소스무침 ^{①⑤} 배추김치 ^⑨
오후간식	과일(바나나)/요거트 ^②	과일(수박)/치즈 ^②	빵(롤빵) ^{①②⑤⑥/우유②}	팜콘치킨 ^{①②⑤⑥⑮} (닭:국내산)	과일(포도)/우유 ^②
행사	생태놀이	Summer day 가루아놀자! 분수놀이		간담회	소방대피훈련
열량/단백질	417/22	401/21	427/15	436/16	393/14
날짜	31(월)				
오전간식	새우살죽 ^⑨				
점심	쌀밥 콩나물국 ^⑤ 쇠고기참살스테이크 ^{⑤⑥⑫⑮} (소:국내산 한우) 김자반 ^{⑤⑥} 배추김치 ^⑨				
오후간식	과일(멜론)/요거트 ^②				
행사					
열량/단백질	426/21				

♥ 알레르기 유발식품 19종 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잔 (알레르기 반응을 보이는 유아에게는 해당 식품을 제한해 주세요.)

♥ 가공품의 경우 제품마다 원재료 차이로 알레르기 유발식품 포함 여부가 달라질 수 있습니다. 알레르기 아동이 있는 시설은 실제 사용하는 제품을 확인 후 추가 기입해주세요.