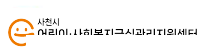




2026년 7월

만1-2세 즉식형(주3회)



국공립 숲속자은 어린이집

❖표시는 제철재료입니다. ♣표시는 자연간식입니다.

일자			1(수)	2(목)	3(금)
오전간식	식단안내문을 반드시 읽어 주시기 바랍니다. ◆식단감수는 6/25까지 매일로 보내주시기 바랍니다. ◆ 사천시 지역농산물 구매를 권장합니다. ◆ 어린이 간식 구매 시 어린이호식품 품질인증표시 제품 구매 권장합니다. ◆ 발행일: 2026년 6월 18일		치즈죽2	달걀가슴살죽15	미역죽5.6
점심	◆ 작서식: 사천시어린이사회복지금식지원센터 영양팀 전화번호 055-786-7201(영양팀) ◆ 열량과 단백질의 단위는 각각 kcal/g입니다.		짜장밥5.6.10 백미떡국5.17.18 찰살탕수육5.6.10 각두기9	잡곡밥 팽이버섯된장국5.6 달걀말이1.5 파프리카무침5.6 각두기9	잡곡밥 들깨묵국5.6 쇠고기장조림5.6.16 머위대나물5.6 배추김치9
오후간식			◆ 딸론, 우유2	◆ 찐단호박, 사과당근주스	◆ 배, 우유2
열량/단백질			434/18	389/15	398/13
석식			어묵볶음밥5.6팽이버섯된장국5.6	안매운김치볶음밥9각자국5.6	달걀가슴살볶음밥15미역국5.6
일자	6(월)	7(화)	8(수)	9(목)	10(금)
오전간식	장국죽5.6.16	쇠고기죽5.6.16	양송이버섯죽	원살생선죽5.6	새우죽9
점심	잡곡밥 빠없는감자탕5.6.10 두부구이+양념장5.6 노각나물5.6 배추김치9	잡곡밥 건새우아욱국5.6.9 잘게썬오징어볶음5.6.17 콩나물무침5.6 각두기9	각두기치즈볶음밥2.5.9 어묵탕5.6 돼지고기케첩볶음6.10.12 배추김치9	잡곡밥 쇠고기미역국5.6.16 매추리알장조림1.5.6 근대나물5.6 배추김치9	새우죽9 잡곡밥 들깨미역국5.6 쇠갈비찜5.6.16 애호박볶음5.6 각두기9
오후간식	◆ 자두, 우유2	유부초밥5.6, 보리차	◆ 복숭아11, 우유2	◆ 찐고구마, 토마토주스12	생일음식1.2.5.6, 우유2
열량/단백질	428/21	448/18	433/18	432/13	507/17
석식	오므라이스1.5어묵국5	카레라이스5.6계란국1	계란볶음밥1.5콩나물국5	훈제오리볶음밥5.6두부된장국5	새우볶음밥9시금치된장국5.6
일자	13(월)	14(화)	15(수) [초복]	16(목)	17(금)
오전간식	다진옥수수죽2	게살죽1.5.6.8	다진감은콩죽5	단호박죽	
점심	잡곡밥 쇠고기청경채국16 달걀찜1 새송이버섯볶음5.6 배추김치9	잡곡밥 순두부찌개1.5 오리불고기5.6 부추무침5.6 각두기9	잡곡밥 농통치닭곰탕15 너비바니구이5.6.10.16 각두기9	잡곡밥 열무된장국5.6 순살고등어조림5.6.7 고구마줄기나물5.6 배추김치9	제헌절
오후간식	◆ 키위, 우유2	충무김밥, 메밀차3	◆ 수박, 우유2	삶은달걀1, 식혜	
열량/단백질	415/16	457/19	427/19	406/19	
석식	떡갈비볶음밥10만도국1.5,10	마파두부덮밥1.6배추맑은국5.6	참치야채볶음밥13숙주맑은국5.6	동그랑땡볶음밥5.6애호박맑은국5	
일자	20(월)	21(화)	22(수)	23(목)	24(금)
오전간식	타락죽2	전복죽18	고구마죽	연두부죽5	흑임자죽
점심	잡곡밥 오이냉국5.6 간장찜닭5.6.15 브로콜리무침5.6 배추김치9	잡곡밥 콩나물국5.6 돼지고기수육10 양배추쌈+양념장5.6 배추김치9	장조림버터비빔밥1.2.5.6.16 느타리버섯된장국5.6 새우살감자조림5.6.9 각두기9	잡곡밥 실파달걀국1 쇠고기당면볶음5.6.16 미역나물5.6 배추김치9	안매운육개장5.6.16 삼치구이5.6 애호박나물5.6 배추김치9
오후간식	◆ 사과, 우유2	후리가게주먹밥5, 옥수수차	◆ 수박, 우유2	크림스파게티6.10, 망고주스	◆ 씨없는포도, 우유2
열량/단백질	390/14	379/15	405/17	450/16	443/18
석식	맛살볶음밥5.8소고기무국16	자장덮밥10유부된장국5.6	소불고기덮밥16무두부국5.6	돼지불고기덮밥10감자호박국5.6	김가루비빔밥5.6소고기미역국16
일자	27(월)	28(화)	29(수)	30(목)	31(금)
오전간식	양배추죽	병아리콩죽5	브로콜리죽5.6	참치죽	참깨죽
점심	잡곡밥 황태국1.5.6 돼지고기복합5.6.10.12 가지나물5.6 각두기9	◆ 고구마줄기된장국5.6 미트볼구이5.6.10.15.16 잔멸치볶음5.6 배추김치9	게살볶음밥1.5.6.8 우동국물5.6 두부조림5.6 각두기9	잡곡밥 차돌박이된장찌개5.6.16 달걀스크램블1.5 우렁조림5.6 배추김치9	잡곡밥 안매운김치국9 치즈달걀비2.5.6.15 숙주나물5.6 각두기9
오후간식	◆ 복숭아11, 우유2	우유수박화채2	◆ 바나나, 우유2	◆ 찐감자, 포도주스	◆ 자두, 우유2
열량/단백질	401/18	401/16	389/13	464/19	396/17
석식	베이컨볶음밥10미소된장국5.6	소고기브로콜리볶음밥5.16 새송이들깨국5.6	오리불고기볶음밥5.6청경채 된장국5.6	돼지고기야채볶음밥10 시래기국5.6	차돌박이볶음밥1.6,16소고기 미역국16

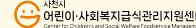
★쌀	★김치	★최고기	★돼지고기	★닭고기	★고기
발/죽	누룽지	배추	고춧가루	국내산	수입산
국내산	산	국내산	국내산	한우	산
★콩	★전복	★고등어	★오징어	꽃게	★명태 (동태, 고다리)
★두부	콩국수	콩비지	★전복	★고등어	★오징어
수입산	산	산	국내산	국내산	국내산
★식육 · 어육가공품	★식육 · 어육가공품	★식육 · 어육가공품	★식육 · 어육가공품	★식육 · 어육가공품	★식육 · 어육가공품
탕수육	너비바니	참치캔	등그랑땡	미트볼	
돼지고기	쇠고기	돼지고기	다랑어	돼지고기	닭고기
국내산	산	국내산	원양산	국내산	산
원산지	산	산	국내산	국내산	산
양념료	①난류 ②우유 ③매일 ④당근 ⑤대두 ⑥알 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야채 ⑭생선류 ⑮오두 ⑯닭고기 ⑰쇠고기 ⑱오징어 ⑲조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳갯	①야채 ②생선류 ③야채, 토마토, 순화방지제 ④육으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.	① 쌀, 죽, 누룽지 ② 배추김치(배추, 고춧가루) ③ 쇠고기(국내산 육종구분-한우, 육우, 젓소) ④ 돼지고기 ⑤ 닭고기 ⑥ 양고기(염소고기, 산양포함) ⑦ 오리고기 ⑧ 수산물(낙지, 굴, 방어, 멸치, 우럭, 참돔, 미꾸라지, 고등어, 갈치, 명태(동태)) ⑨ 오징어, 꽃게, 참치, 주꾸미, 아귀, 다랑어, 가리비, 우렁참, 전복, 방어 및 부세) ⑩ 콩(두부, 콩국수, 콩비지)	① 농수산물이공품(원료도포식대) : 농수산물이공품(식육가공품 : 햄, 소시지, 베이컨, 간조절육, 양념육류, 분쇄가공육류, 갈비가공품, 식육수출가공품, 식용우지, 식용돈지), 수산물가공품(어육가공품 : 어묵, 어육소시지, 어육반제품, 어육살, 연육, 기타어육 가공품)	② 명태 (복어, 황태 등 건조한 것은 원산지표시 제외)

★이 되어 있는 항목은 이번 달 원산지 표시 대상입니다. 식육·어육가공품은 원에서 기입하여 사용하여 주시기 바랍니다.



2026년 7월

만3-5세 즉식형(주3회)



국공립 숲속자은 어린이집

❖표시는 제철재료입니다. ♣표시는 자연간식입니다.

일자			1(수)	2(목)	3(금)
오전간식	식단안내문을 반드시 읽어 주시기 바랍니다. ◆식단간식은 6/25까지 매일 보내주시기 바랍니다. ◆ 사천시 지역농산물 구매를 권장합니다. ◆ 어린이 간식 구매 시 어린이보호식품 품질인증표시 제품 구매 권장합니다. ◆ 발행일: 2026년 6월 18일		치즈죽2	달걀가슴살죽15	미역죽5.6
점심	◆ 작성자: 사천시어린이사회복지급식관리지원센터 영양팀 전화번호 055-786-7201(영양팀) ◆ 영양과 단백질의 단위는 각각 kcal/g입니다.		짜장밥5.6.10 백김홍국5.17.18 찰살탕수육5.6.10 각두기9	잡곡밥 팽이버섯된장국5.6 달걀말이1.5 파프리카무침5.6 각두기9	잡곡밥 들깨묵국5.6 쇠고기장조림5.6.16 ♣머위대나물5.6 배추김치9
오후간식			♣멜론, 우유2	♣편단호박, 사과당근주스	♣배, 우유2
영량/단백질			670/28	664/26	634/20
석식			어묵볶음밥5.6팽이버섯된장국5.6	안매운김치볶음밥9감자국5.6	달걀가슴살볶음밥15미역국5.6
일자	6(월)	7(화)	8(수)	9(목)	10(금)
오전간식	장국죽5.6.16	쇠고기죽5.6.16	양송이버섯죽	원살생선죽5.6	새우죽9
점심	잡곡밥 빠없는감자탕5.6.10 두부구이+양념장5.6 ♣노각나물5.6 배추김치9	잡곡밥 건새우아욱국5.6.9 잘게썬 오징어볶음5.6.17 콩나물무침5.6 각두기9	각두기치즈볶음밥2.5.9 어묵탕5.6 돼지고기케첩볶음6.10.12 배추김치9	잡곡밥 쇠고기미역국5.6.16 매추리알장조림1.5.6 ♣근대나물5.6 배추김치9	잡곡밥 들깨미역국5.6 쇠갈비찜5.6.16 애호박볶음5.6 각두기9
오후간식	♣자두, 우유2	유부초밥5.6, 보리차	♣복숭아11, 우유2	♣찐고구마, 토마토주스12	생일음식1.2.5.6, 우유2
영량/단백질	651/32	746/30	664/26	664/20	600/30
석식	오므라이스1.5어묵국5	카레라이스5.6계란국1	계란볶음밥1.5콩나물국5	훈제오리볶음밥5.6두부된장5.6	새우볶음밥9시금치된장국5.6
일자	13(월)	14(화)	15(수) [초복]	16(목)	17(금)
오전간식	다진옥수수죽2	게살죽1.5.6.8	다진감은콩죽5	단호박죽	
점심	잡곡밥 쇠고기청경채국16 달걀찜1 새송이버섯볶음5.6 배추김치9	잡곡밥 순두부찌개1.5 오리불고기5.6 부추무침5.6 각두기9	잡곡밥 누룽지갈뎡탕15 너비아니구이5.6.10.16 각두기9	♣열무된장국5.6 순살고등어조림5.6.7 ♣고구마줄기나물5.6 배추김치9	제헌절
오후간식	♣키위, 우유2	충무김밥, 메밀차3	♣수박, 우유2	삶은달걀1, 식혜	
영량/단백질	694/25	704/30	715/27	624/29	
석식	떡갈비볶음밥10만도국1.5,10	마파두부덮밥1.6배추맑은국5.6	참치야채볶음밥13숙주맑은국5.6	동그랑땡볶음밥5.6애호박맑은국5	
일자	20(월)	21(화)	22(수)	23(목)	24(금)
오전간식	타락죽2	전복죽18	고구마죽	연두부죽5	흑임자죽
점심	잡곡밥 오이냉국5.6 간장찜닭5.6.15 브로콜리무침5.6 배추김치9	잡곡밥 콩나물국5.6 돼지고기수육10 양배추쌈+양념장5.6 배추김치9	장조림버터비빔밥1.2.5.6.16 느타리버섯된장국5.6 새우살감자조림5.6.9 각두기9	잡곡밥 실파달걀국1 쇠고기당면볶음5.6.16 미역나물5.6 배추김치9	잡곡밥 안매운육개장5.6.16 삼치구이5.6 애호박나물5.6 배추김치9
오후간식	♣사과, 우유2	후리가게주먹밥5, 옥수수차	♣수박, 우유2	크림스파게티6.10, 망고주스	♣씨없는포도, 우유2
영량/단백질	652/21	583/23	603/28	692/25	628/26
석식	맛살볶음밥5.8소고기무국16	자장덮밥10유부된장국5.6	소불고기덮밥16무두부국5.6	돼지불고기덮밥10감자호박국5.6	김가루비빔밥5.6소고기미역국16
일자	27(월)	28(화)	29(수)	30(목)	31(금)
오전간식	양배추죽	병아리콩죽5	브로콜리죽5.6	참치죽	참깨죽
점심	잡곡밥 황태국1.5.6 돼지고기복합5.6.10.12 가지나물5.6 각두기9	♣고구마줄기된장국5.6 미트볼구이5.6.10.15.16 잔멸치볶음5.6 배추김치9	게살볶음밥1.5.6.8 우동국물5.6 두부조림5.6 각두기9	잡곡밥 차돌박이된장찌개5.6.16 달걀스크램블1.5 우렁조림5.6 배추김치9	잡곡밥 안매운김치국9 치즈달걀비1.2.5.6.15 숙주나물5.6 각두기9
오후간식	♣복숭아11, 우유2	우유수박화채2	♣바나나, 우유2	♣찐감자, 포도주스	♣자두, 우유2
영량/단백질	646/29	681/27	619/21	714/29	617/27
석식	베이컨볶음밥10미소된장국5.6	소고기브로콜리볶음밥5.16 새송이들깨국5.6	오리불고기볶음밥5.6청경채 된장국5.6	돼지고기야채볶음밥10 시래기국5.6	차돌박이볶음밥1.6,16소고기 미역국16

★쌀	★김치	★최고기	★돼지고기	★닭고기	★고기
발/죽	누룽지	배추	고춧가루	국내산	수입산
국내산	산	국내산	국내산	한우	산
★콩	★전복	★고등어	★오징어	꽃게	★명태 (동태, 고다리)
★두부	콩국수	콩비지	★전복	★고등어	★오징어
수입산	산	산	국내산	국내산	국내산
★식육 · 어육가공품	★식육 · 어육가공품	★식육 · 어육가공품	★식육 · 어육가공품	★식육 · 어육가공품	★식육 · 어육가공품
탕수육	너비바니	참치캔	등그랑땡	미트볼	
돼지고기	쇠고기	돼지고기	다랑어	돼지고기	닭고기
국내산	산	국내산	원양산	국내산	산
원산지	산	산	국내산	국내산	산
양념료	①난류 ②우유 ③매일 ④당근 ⑤대두 ⑥알 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야채 ⑭생선류 ⑮오두 ⑯닭고기 ⑰쇠고기 ⑱오징어 ⑲조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳갯	①야채 ②생선류 ③야채, 토마토, 순화방지제 ④육으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.	① 쌀, 죽, 누룽지 ② 배추김치(배추, 고춧가루) ③ 쇠고기(국내산 육종구분-한우, 육우, 젓소) ④ 돼지고기 ⑤ 닭고기 ⑥ 양고기(염소고기, 산양포함) ⑦ 오리고기 ⑧ 수산물(낙지, 굴, 방어, 멸치, 우럭, 참돔, 미꾸라지, 고등어, 갈치, 명태(동태)) ⑨ 오징어, 꽃게, 참치, 주꾸미, 아귀, 다랑어, 가리비, 우렁참, 전복, 방어 및 부세) ⑩ 콩(두부, 콩국수, 콩비지)	① 농수산물이공품(원료도포식대) : 농수산물이공품(식육가공품 : 햄, 소시지, 베이컨, 간조절육, 양념육류, 분쇄가공육류, 갈비가공품, 식육수출가공품, 식용우지, 식용돈지), 수산물가공품(어육가공품 : 어묵, 어육소시지, 어육반제품, 어육살, 연육, 기타어육 가공품)	② 명태 (복어, 황태 등 건조한 것은 원산지표시 제외)

★이 되어 있는 항목은 이번 달 원산지 표시 대상입니다. 식육·어육가공품은 원에서 기입하여 사용하여 주시기 바랍니다.