



2026년 9월 이유식 식단표

김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터
작성자 : 영양팀 / 발행일 : 2026. 8. 14.

만 4-11개월 점심

국공립 대동어린이집

일자		1 [화]	2 [수]	3 [목]	4 [금]	5 [토]
오전간식		아기쌀과자	바나나슬라이스	아기쌀과자	바나나슬라이스	아기쌀과자
점심		두부김가루죽⑤	쇠고기부추죽⑬	닭가슴살배추죽⑮	달걀노른자양배추죽①	흰살생선브로콜리죽
오후간식		무가당플레인요거트②	찐단호박 / 보리차	아기치즈②	아기쌀과자	무가당플레인요거트②
에너지(kcal)/단백질(g)		155/6	135/4	169/7	172/3	153/5
일자	7 [월]	8 [화]	9 [수]	10 [목]	11 [금]	12 [토]
오전간식	사과푸레	아기쌀과자	사과푸레	아기쌀과자	사과푸레	아기쌀과자
점심	두부근대죽⑤	쇠고기버섯죽⑬	닭가슴살가지죽⑮	두부애호박죽⑤	달걀노른자무죽①	닭가슴살양파죽⑮
오후간식	아기쌀과자	찐감자 / 보리차	무가당플레인요거트②	바나나슬라이스	아기치즈②	무가당플레인요거트②
에너지(kcal)/단백질(g)	154/2	147/4	153/6	148/2	190/6	156/6
일자	14 [월]	15 [화]	16 [수]	17 [목]	18 [금]	19 [토]
오전간식	바나나슬라이스	바나나슬라이스	아기쌀과자	아기쌀과자	바나나슬라이스	아기쌀과자
점심	쇠고기당근죽⑬	새우살미역죽⑨	달걀노른자버섯죽①	두부오이죽⑤	닭가슴살브로콜리죽⑮	쇠고기감자죽⑮
오후간식	아기치즈②	아기국수①④	무가당플레인요거트②	찐감자 / 보리차	아기쌀과자	무가당플레인요거트②
에너지(kcal)/단백질(g)	172/7	207/11	156/5	136/3	150/4	169/6
일자	21 [월]	22 [화]	23 [수]	24 [목]	25 [금]	26 [토]
오전간식	사과푸레	아기쌀과자	사과푸레	추석		
점심	달걀노른자당근죽①	닭가슴살청경채죽⑮	쇠고기양파죽⑮			
오후간식	무가당플레인요거트②	아기치즈②	찐고구마 / 보리차			
에너지(kcal)/단백질(g)	176/5	169/7	181/3			
일자	28 [월]	29 [화]	30 [수]	식단 안내 [식단안내서 별첨]		
오전간식	바나나슬라이스	아기쌀과자	바나나슬라이스	▶ 김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터 식단은 2025 한국인 영양소 섭취기준을 고려하여 영양사 작성한 식단입니다. ※ 식단과 일치하는 급식을 제공해주세요. ▶ [2020년 보육사업 안내]에 따르면 "기타 특별한 음식을 필요로 하는 1세 미만의 영아에게는 그 부모나 보호자의 의사를 반영하여 음식을 제공하도록 되어있습니다. ▶ 해당 월의 이유식 식단표를 기본으로 하되 영아의 개별적 특성 및 발달 상태 등을 고려하여 부모와 협의 후 식단 변경이 가능합니다. ▶ 조리지시서의 조리방법, 식재료 양을 참고해주세요. ▶ 야생산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 가공식품에 포함되어 있습니다.		
점심	두부감자죽⑤	달걀노른자근대죽①	닭가슴살단호박죽⑮			
오후간식	배푸레	무가당플레인요거트②	아기국수①④			
에너지(kcal)/단백질(g)	142/2	177/5	202/9			

원산지 일괄표시													
쌀		콩		배추김치		쇠고기(국내산)		쇠고기(수입산)		돼지고기	닭고기	오리고기	수산물
밥/죽	누룽지	두부류	콩국수	콩비지	배추	고춧가루	국용	볶음	국용	볶음			
국내산	국내산	외국산	산	산	국내산	국내산			호주산	호주산	국내산	국내산	
농축산물·수산물 가공품 (예시) ★가공품 사용 시에만 기재해 주세요!★													
원산지 표시품목(29종)		쌀(밥/죽,누룽지)/배추김치(배추,고춧가루)/콩(두부류,콩비지,콩국수)/쇠고기/돼지고기/닭고기/오리고기/양고기/염소고기/낙지/오징어/꽃게/명태/고등어/갈치/참조기/넙치/조피볼락/참돔/미꾸라지/해장어/다랑어/아귀/주꾸미/가리비/우렁개/전복/방어/부세 ※ 쇠고기는 국내산일 경우, 식육의 종류까지 별도 기입해야합니다. ex)국내산 육우											
알레르기 유발식품		①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑳잣 ※ 특정 식품에 알레르기가 있는 어린이는 사전에 선생님께 꼭 알려주세요.											
원산지 작성 유의사항		쌀에는 흑미, 찰쌀, 현미 및 찹쌀 포함 / 배추류는 봄동, 얼갈이 등을 포함 / 가공품 작성 시 표시사항 원산지를 확인하고 원산지 표시 품목에 한해 작성할 것											





2026년 9월

일반형 식단표

김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터
작성자 : 영양팀 / 발행일 : 2026. 8. 14.

만 1-2세 점심 및 간식

국공립 대동어린이집

일자		1 [화]	2 [수]	3 [목] 다문화메뉴	4 [금]	5 [토]
오전간식		참쌀김가루죽	복숭아⑪	새우살죽⑨	사과	우유②
점심		수수밥 연두부국⑤ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 고구마순볶음⑤⑥ 배추김치⑨	쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑩ 부추달걀국① 오이맛살샐러드 ①⑤⑥⑧ 배추김치⑨	기장밥 배추된장국⑤⑥ ★반야월깻잎치킨아도보 (필리핀식찜닭)⑤⑥⑩ 숙주나물 깍두기⑨	백미밥 황태국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑩ 양배추무침⑤⑥ 깍두기⑨	유부초밥⑤⑥ 수제빳국⑥ 배추김치⑨
오후간식		로제소스스파게티②⑤⑥⑩ 우유②	단호박치즈찜② 우유②	복숭아요거트범벅②	소보로빵①②④⑥ 우유②	온두부&양념장⑤⑥ 동글레차
에너지(kcal)/단백질(g)		457/18	444/17	376/20	493/19	354/13
일자	7 [월]	8 [화]	9 [수]	10 [목] 탄소중립	11 [금]	12 [토]
오전간식	사인머스켓	녹두죽	바나나	채소죽	키위	우유②
점심	백미밥 물만두국⑤⑥⑩ 메추리알케첩조림 ①⑤⑥⑩ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 조갯살된장국⑤⑥⑩ 버섯쇠불고기⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨	카레라이스⑤⑥⑩ 청경채맑은국 가지굴소스볶음⑤⑥⑩ 깍두기⑨	기장밥 아욱국⑤⑥ 두부데리야끼조림⑤⑥ 애호박나물⑤ 깍두기⑨	백미밥 무채국⑤⑥ 돼지고기볶음⑤⑥⑩⑩ 부추무침⑤⑥ 배추김치⑨	참치채소볶음밥⑤⑥ 온도토리묵국⑤⑥⑨ 깍두기⑨
오후간식	잼샌드위치①②⑥ 우유②	감자채전⑤⑥ 우유②	잔멸치주먹밥⑤ 우유②	삶은달걀① 우유②	모닝빵①②⑥ 우유②	호두과자④⑩ 보리차
에너지(kcal)/단백질(g)	458/17	465/21	436/13	403/16	487/16	420/15
일자	14 [월]	15 [화]	16 [수]	17 [목]	18 [금]	19 [토]
오전간식	사과	멜론	병아리콩죽⑤	당근죽	사인머스켓	우유②
점심	백미밥 미소장국⑤⑥ 쇠고기숙주볶음⑤⑥⑩ 김자반⑤⑥ 배추김치⑨	안매운마파두부덮밥 ⑤⑥⑩ 새우살미역국⑤⑥⑨ 파프리카곤샐러드①⑤ 깍두기⑨	수수밥 오징어국⑦ 채소스크램블에그 ①②⑤ 느타리버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 들깨채소국⑤⑥ 간장제육볶음⑤⑥⑩ 상추오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 치킨가스&타르타르소스 ①⑤⑥⑩ 브로콜리흑임자소스무침 ①⑤⑥ 깍두기⑨	짜장덮밥⑤⑥⑩ 실파맑은국⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	가지튀김&케첩①⑤⑥⑩ 우유②	들기름막국수③⑤⑥ 우유②	딸기요거트범벅②	찐감자 우유②	우유식빵①②⑥ 우유②	저당시리얼⑥ 우유②
에너지(kcal)/단백질(g)	434/16	441/16	405/18	428/15	468/19	393/13
일자	21 [월]	22 [화]	23 [수]	24 [목]	25 [금] 추석	26 [토]
오전간식	바나나	누룽지죽	키위			
점심	백미밥 어묵국⑤⑥ 채소달걀찜① 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 순두부백탕⑤ 닭안심양배추볶음⑤⑩ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨	콩나물밥&양념장⑤⑥ 쇠고기탕국⑤⑥⑩ 동그랑땡전①⑤⑥⑩ 배추김치⑨			
오후간식	버섯탕수⑤⑥ 엑상요거트②	갈비만두①⑤⑥⑩ 우유②	고구마경단①②⑥ 우유②			
에너지(kcal)/단백질(g)	445/17	431/21	478/18			
일자	28 [월] 신메뉴탄소중립	29 [화]	30 [수]	식단 안내 [식단안내서 별첨]		
오전간식	배	브로콜리죽	사과			
점심	백미밥 감자양파국 ★카레두부구이①⑤⑥ 참나물무침 배추김치⑨	수수밥 근대된장국⑤⑥ 고등어무조림⑤⑥⑦ 들깨애호박볶음⑤⑥ 배추김치⑨	달걀채소볶음밥①⑤⑥ 미역국⑤⑥ 훈제오리단호박찜⑤⑥ 깍두기⑨			
오후간식	치즈빵①②⑥ 우유②	채소주먹밥⑤ 우유②	잔치국수⑤⑥ 우유②			
에너지(kcal)/단백질(g)	509/16	467/16	479/17			

원산지 일괄표시															
쌀		콩		배추김치		쇠고기(국내산)		쇠고기(수입산)						수산물	
밥/죽	누룽지	두부류	콩국수	콩비지	배추	고춧가루	국용	볶음	국용	볶음	돼지고기	닭고기	오리고기	오징어	고등어
국내산	국내산	외국산	산	산	국내산	국내산			호주산	호주산	국내산	국내산	국내산	원양산	국내산
농축산물·수산물 가공품 (예시) ★가공품 사용 시에만 기재해 주세요!★															
떡갈비구이		참치채소볶음밥		치킨가스&타르타르소스		누룽지죽		동그랑땡전				훈제오리단호박찜			
닭고기	돼지고기	다랑어		닭고기	쌀		돼지고기					오리고기			
국내산	국내산	산	원양산	국내산	산	산	국내산	국내산	산	산			국내산		
원산지 표시 품목 (29종)		쌀(밥,죽,누룽지)/배추김치(배추,고춧가루)/콩(두부류,콩비지,콩국수)/쇠고기/돼지고기/닭고기/오리고기/양고기/염소고기/낙지/오징어/꽃게/명태/고등어/갈치/참조기/넙치/조파멸/참돔/미꾸라지/뱀장어/다랑어/아귀/주꾸미/가리비/우렁개/전복/병어/부세 * 쇠고기는 국내산일 경우, 식육의 종류까지 별도 기입해야합니다. ex) 국내산 육우													
알레르기 유발식품		①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲깻 * 특정 식품에 알레르기가 있는 어린이는 사전에 선생님께 꼭 알려주세요.													
원산지 작성 유의사항		쌀에는 흑미, 찰쌀, 현미 및 찰쌀 포함 / 배추류는 봄동, 얼갈이 등을 포함 / 가공품 작성 시 표시사항 원산지를 확인하고 원산지 표시 품목에 한해 작성할 것													

▶ 김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터 식단은 2025 한국인 영양소 섭취기준을 고려하여 영양사가 작성한 식단입니다.
※ 식단과 일치하는 급·간식을 제공해주세요.
▶ 영양소 파괴를 최소화한 간식(자연식품) 앞에는 ♣표시를 하였습니다.
▶ ★표시는 신메뉴, ★표시는 다문화메뉴입니다. 조리지시서의 조리방법, 식재료 양을 참고해주세요.
▶ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 가공식품에 포함되어 있습니다.
▶ 생일식단은 별도의 파일로 제공되므로 '2026년 생일·행사식단' 파일을 참고해 주시기 바랍니다.

2026년 9월

일반형 식단표



김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터

작성자 : 영양팀 / 발행일 : 2026. 8. 14.

만 3-5세 점심 및 간식

국공립 대동어린이집

일자		1 [화]	2 [수]	3 [목] 다문화메뉴	4 [금]	5 [토]
오전간식		참쌀김가루죽	♣복숭아⑩	새우살죽⑨	♣사과	우유②
점심		수수밥 연두부국⑤ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 고구마순복음⑤⑥ 배추김치⑨	쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑩ 부추달걀국① 오이맛살샐러드 ①⑤⑥⑧ 배추김치⑨	기장밥 배추된장국⑤⑥ ★반야월깻잎치킨아도보 (필립핀식찜닭)⑤⑥⑩ 숙주나물 깍두기⑨	백미밥 황태국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑩ 양배추무침⑤⑥ 깍두기⑨	유부초밥⑤⑥ 수제빻국⑥ 배추김치⑨
오후간식		로제소스스파게티②⑤⑥⑩ 우유②	단호박치즈찜② 우유②	♣복숭아요거트범벅②	소보로빵①②④⑥ 우유②	온두부&양념장⑤⑥ 동굴레차
에너지(kcal)/단백질(g)		668/26	649/25	579/31	723/28	510/18
일자	7 [월]	8 [화]	9 [수]	10 [목] 탄소중립	11 [금]	12 [토]
오전간식	♣샤인머스켓	녹두죽	♣바나나	채소죽	♣키위	우유②
점심	백미밥 물만둣국⑤⑥⑩ 메추리알케첩조림 ①⑤⑥⑩ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 조갯살된장국⑤⑥⑩ 버섯쇠불고기⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨	카레라이스⑤⑥⑩ 청경채맑은국 가지굴소스볶음⑤⑥⑩ 깍두기⑨	기장밥 아욱국⑤⑥ 두부데리야끼조림⑤⑥ 애호박나물⑤ 깍두기⑨	백미밥 무채국⑤⑥ 돼지고기볶음⑤⑥⑩⑩ 부추무침⑤⑥ 배추김치⑨	참치채소볶음밥⑤⑥ 온도토리묵국⑤⑥⑩ 깍두기⑨
오후간식	잼샌드위치①②④ 우유②	감자채전⑤⑥ 우유②	잔멸치주먹밥⑤ 우유②	삶은달걀① 우유②	모닝빵①②④ 우유②	호두과자⑥⑩ 보리차
에너지(kcal)/단백질(g)	670/25	681/30	636/19	585/22	714/23	612/22
일자	14 [월]	15 [화]	16 [수]	17 [목]	18 [금]	19 [토]
오전간식	♣사과	♣멜론	병아리콩죽⑤	당근죽	♣샤인머스켓	우유②
점심	백미밥 미소장국⑤⑥ 쇠고기숙주볶음⑤⑥⑩ 김자반⑤⑥ 배추김치⑨	안매운마파두부덮밥 ⑤⑥⑩ 새우살미역국⑤⑥⑩ 파프리카순살러드①⑤ 깍두기⑨	수수밥 오징어국⑦ 채소스크램블에그 ①②⑤ 느타리버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 들깨채소국⑤⑥ 간장제육볶음⑤⑥⑩ 상추오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 치킨가스&타르타르소스 ①⑤⑥⑩ 브로콜리흑임자소스무침 ①⑤⑥ 깍두기⑨	짜장덮밥⑤⑥⑩ 실파맑은국⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	가지튀김&케첩①⑤⑥⑩ 우유②	들기름막국수③⑤⑥ 우유②	♣딸기요거트범벅②	♣찐감자 우유②	우유식빵①②④ 우유②	저당시리얼⑥ 우유②
에너지(kcal)/단백질(g)	632/23	644/23	623/28	624/22	686/28	525/16
일자	21 [월]	22 [화]	23 [수]	24 [목]	25 [금] 추석	26 [토]
오전간식	♣바나나	누룽지죽	♣키위			
점심	백미밥 어묵국⑤⑥ 채소달걀찜① 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 순두부백탕⑤ 달안심양배추볶음⑤⑩ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨	콩나물밥&양념장⑤⑥ 쇠고기탕국⑤⑥⑩ 동그랑땡전①⑤⑥⑩ 배추김치⑨			
오후간식	버섯탕수⑤⑥ 액상요거트②	갈비만두①⑤⑥⑩ 우유②	고구마경단①②⑥ 우유②			
에너지(kcal)/단백질(g)	646/25	629/30	653/28			
일자	28 [월] 신메뉴 탄소중립	29 [화]	30 [수]	식단 안내 [식단안내서 별첨]		
오전간식	♣배	브로콜리죽	♣사과	▶ 김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터 식단은 2025 한국인 영양소 섭취기준을 고려하여 영양사가 작성한 식단입니다. ※ 식단과 일치하는 급·간식을 제공해주세요. ▶ 영양소 파괴를 최소화한 간식(자연식품) 앞에는 ♣표시를 하였습니다. ▶ ★표시는 신메뉴, ★표시는 다문화메뉴입니다. 조리지시서의 조리방법, 식재료 양을 참고해주세요. ▶ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 가공식품에 포함되어 있습니다. ▶ 생일식단은 별도의 파일로 제공되므로 '2026년 생일·행사식단' 파일을 참고해 주시기 바랍니다.		
점심	백미밥 감자양파국 ★카레두부구이①⑤⑥ 참나물무침 배추김치⑨	수수밥 근대된장국⑤⑥ 고등어무조림⑤⑥⑦ 들깨애호박볶음⑤⑥ 배추김치⑨	달걀채소볶음밥①⑤⑥ 미역국⑤⑥ 훈제오리단호박찜⑤⑥ 깍두기⑨			
오후간식	치즈빵①②④ 우유②	채소주먹밥⑤ 우유②	잔치국수⑤⑥ 우유②			
에너지(kcal)/단백질(g)	749/24	684/23	703/25			

원산지 일괄표시															
쌀		콩		배추김치		쇠고기(국내산)		쇠고기(수입산)					수산물		
밥/죽	누룽지	두부류	콩국수	콩비지	배추	고춧가루	국용	볶음	국용	볶음	돼지고기	닭고기	오리고기	오징어	고등어
국내산	국내산	외국산	산	산	국내산	국내산			호주산	호주산	국내산	국내산	국내산	원양산	국내산
농축산물·수산물 가공품 (예시) ★가공품 사용 시에만 기재해 주세요!★															
떡갈비구이		참치채소볶음밥		치킨까스&타르타르소스		누룽지죽		등그랑편정		훈제오리단호박찜					
닭고기 돼지고기		다랑어		닭고기		쌀		돼지고기		오리고기					
국내산	국내산	산	원양산	국내산	산	산	국내산	국내산	산	산	국내산				
원산지 표시품목 (29종)		쌀/쌀(죽,누룽지)/배추김치/배추,고춧가루/콩(두부류,콩비지,콩국수)/쇠고기/돼지고기/닭고기/오리고기/양고기/염소고기/낙지/오징어/꽃게/명태/고등어/갈치/참조기/넙치/조피볼락/참돔/미꾸라지/뱅장어/다랑어/아귀/꾸꾸미/가리비/우렁개/전복/방어/부세 ※ 쇠고기는 국내산일 경우, 식육의 종류까지 별도 기입해야 합니다. ex) 국내산 육우													
알레르기 유발식품		①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑱자 ※ 특정 식품에 알레르기가 있는 어린이는 사전에 선생님께 꼭 알려주세요.													
원산지정보 표시사항		쌀에는 흑미, 찰쌀, 현미 및 찰쌀 포함 / 배추류는 봄동, 얼갈이 등을 포함 / 가공품 작성 시 표시사항 원산지를 확인하고 원산지 표시 품목에 한해 작성할 것													