



2026년 9월 일반형 식단표

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

만 3-5세 점심 및 간식

금관어린이집

일자	1 [화]		2 [수]		3 [목] 다문화메뉴		4 [금]		5 [토]			
오전간식	찰쌀김가루죽		🍀복숭아⑪		새우살죽⑨		🍀사과		우유②			
점심	수수밥 연두부국⑤ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 고구마순볶음⑤⑥ 배추김치⑨		쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑩ 부추달걀국① 오이맛살샐러드①⑤⑥⑧ 배추김치⑨		기장밥 배추된장국⑤⑥ ★반야월깻잎치킨아도보(필리핀식찜닭)⑤⑥⑩ 숙주나물 깍두기⑨		백미밥 황태국⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑩ 양배추무침⑤⑥ 깍두기⑨		유부초밥⑤⑥ 수제빻국⑥ 배추김치⑨			
오후간식	로제소스스파게티②⑤⑥⑩ 우유②		단호박치즈찜② 우유②		🍀키위요거트범벅②		소보로빵①②④⑥ 우유②		온두부&양념장⑤⑥ 동굴레차			
에너지(kcal)/단백질(g)	668/26		649/25		579/31		723/28		510/18			
원산지	연두부국 {두부(콩): 국산} 돼지고기장조림 (돼지고기: 국산)		쇠고기채소볶음밥 (쇠고기: 국산 한우)		반야월깻잎치킨아도보 (필리핀식찜닭) (닭고기: 국산)		떡갈비구이 (닭고기: 국산) (돼지고기: 국산)		온두부&양념장 {두부(콩): 국산}			
일자	7 [월]		8 [화]		9 [수]		10 [목] 탄소중립		11 [금]		12 [토]	
오전간식	🍀샤인머스켓		녹두죽		🍀바나나		채소죽		🍀키위		우유②	
점심	찰쌀팔밥 새우살미역국⑤⑥⑨ 치킨까스&소스 ①⑤⑥⑩⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨		수수밥 조갯살된장국⑤⑥⑩ 버섯쇠불고기⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨		카레라이스⑤⑥⑩ 청경채맑은국 가지굴소스볶음⑤⑥⑩ 깍두기⑨		기장밥 아욱국⑤⑥ 두부데리야끼조림⑤⑥ 애호박나물⑤ 깍두기⑨		백미밥 무채국⑤⑥ 돼지고기볶음⑤⑥⑩⑩ 부추무침⑤⑥ 배추김치⑨		참치채소볶음밥⑤⑥ 온도토리묵국⑤⑥⑨ 깍두기⑨	
오후간식	케이크①②⑥ 우유②		감자채전⑤⑥ 우유②		잔멸치주먹밥⑤ 우유②		삶은달걀① 우유②		모닝빵①②⑥ 우유②		호두과자⑥⑩ 보리차	
에너지(kcal)/단백질(g)	669/25		681/30		636/19		585/22		714/23		612/22	
원산지	치킨까스 (닭고기: 국산)		버섯쇠불고기 (쇠고기: 국산 한우)		카레라이스 (돼지고기: 국산)		두부데리야끼조림 {두부(콩): 국산}		돼지고기볶음 (돼지고기: 국산)		참치채소볶음밥 {참치(다랑어): 원양산 (태평양)}	
일자	14 [월]		15 [화]		16 [수]		17 [목]		18 [금]		19 [토]	
오전간식	🍀사과		병아리콩죽⑤		🍀멜론		당근죽		🍀샤인머스켓		우유②	
점심	백미밥 미소장국⑤⑥ 쇠고기숙주볶음⑤⑥⑩ 김자반⑤⑥ 배추김치⑨		수수밥 오징어국⑦ 채소스크램블에그①②⑤ 느타리버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨		안매운마파두부덮밥⑤⑥⑩ 새우살미역국⑤⑥⑨ 파프리카콘샐러드①⑤ 깍두기⑨		기장밥 들깨채소국⑤⑥ 간장제육볶음⑤⑥⑩ 상추오이무침⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 치킨까스&타르타르소스①⑤⑥⑤ 브로콜리흑임자소스무침①⑤⑥ 깍두기⑨		짜장덮밥⑤⑥⑩ 실파맑은국⑤⑥ 깍두기⑨	
오후간식	가지튀김&케첩①⑤⑥⑩ 우유②		🍀바나나요거트범벅②		들기름막국수③⑤⑥ 우유②		🍀찐감자 우유②		우유식빵①②⑥ 우유②		저당시리얼⑥ 우유②	
에너지(kcal)/단백질(g)	632/23		623/28		644/23		624/22		686/28		525/16	
원산지	미소장국 {두부(콩): 국산} 쇠고기숙주볶음 (쇠고기: 국산 한우)		오징어국 (오징어: 국산)		안매운마파두부덮밥 {두부(콩): 국산} (돼지고기: 국산)		간장제육볶음 (돼지고기: 국산)		치킨까스 (닭고기: 국산)		짜장덮밥 (돼지고기: 국산)	
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 닭안심양배추볶음⑤⑤ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨		콩나물밥&양념장⑤⑥ 쇠고기탕국⑤⑥⑩ 동그랑땡전①⑤⑥⑩ 배추김치⑨							
오후간식	버섯탕수⑤⑥ 액상요거트②		갈비만두①⑤⑥⑩ 우유②		송편 우유②							
에너지(kcal)/단백질(g)	646/25		629/30		653/28							
원산지			누룽지죽 {누룽지(쌀): 국산} 순두부백탕 {두부(콩): 국산} 닭안심양배추볶음 (닭고기: 국산)		쇠고기탕국 (쇠고기: 국산 한우) 동그랑땡전 (닭고기: 국산) (돼지고기: 국산) {두부(콩): 국산}							
일자	28 [월] 신메뉴탄소중립		29 [화]		30 [수]		식단 안내 [식단안내서 별첨]					
오전간식	🍀배		브로콜리죽		🍀사과		 ▶ 우리 급식소에서는 쌀(국내산), 배추김치(배추: 국내산, 고춧가루: 국내산), 깍두기(고춧가루: 국내산)를 사용합니다. ▶ 잡곡에 사용되는 찰쌀, 수수, 차조, 기장은 국내산입니다. ▶ 쌀에는 흑미, 찰쌀, 현미 및 전쌀 포함입니다. ▶ 각 메뉴별 원산지 표시는 금관어린이집 카페 '식단표&원산지'폴더와 키즈 노트 공지사항에 매달 게시 됩니다. ▶ 15개월 이하의 영아인 경우 저염, 저당식으로 아동의 섭식능력에 맞는 음식크기로 제공됩니다. ▶ 식단은 식재료의 수급사정에 따라 변경 될 수 있습니다. ▶ 튀김류는 주 2회 이하로 제공합니다. ▶ 12개월 이상 원아에게는 만 1세 식단 제공					
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)	749/24		684/23		703/25							
원산지	카레두부구이 {두부(콩): 국산}		고등어무조림 (고등어: 국산)		훈제오리단호박찜 (오리고기: 국산)							

