

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			전복	오징어	명태
국내산	국내산	중국산	중국산	중국산	국내산	중국산			호주산	호주산	오스트리아산	국내산	국내산	국내산	페루산 러시아산
농축산물·수산물 가공품 (예시) ★가공품 사용 시에만 기재해 주세요!★															
동그랑땡전		참치채소전		누룽지죽	가쓰오우동장국		생선까스&타르타르소스		너비아니구이						
식품	표시사항	참고	다량어		쌀	다량어		명태		식품 표시사항 참고					
산	국내산	산	원양산	국내산	원양산	러시아산		산							
원산지 표시 품목 (29종)		쌀/밥/죽/누룽지/배추김치/배추/고춧가루/콩/두부류/콩비지/콩국수/쇠고기/돼지고기/닭고기/오리고기/양고기/염소고기/나치/오징어/꽃게/명태/고등어/감치/참조기/참치/조파볼락/참돔/미꾸라지/뱅장/다량어/아귀/꾸꾸미/가리비/우렁챙이/전복/방어/부세 * 쇠고기는 국내산일 경우, 식육의 종류까지 별도 기입해야 합니다. ex) 국내산 육우													
알레르기 유발식품		①난류 ②우유 ③매밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲갯 * 특정 식품에 알레르기가 있는 어린이는, 사전에 선생님께 꼭 알려주세요.													
원산지 작성 유의사항		쌀에는 흑미, 찰쌀, 현미 및 찰쌀 포함 / 배추류는 봄동, 일갈이 등을 포함 / 가공품 작성 시 표시사항 원산지를 확인하고 원산지 표시 품목에 한해 작성할 것													

원산지 표시 의무사항 쌀에는 흑미, 찰쌀, 현미 및 찌쌀 포함 / 배추류는 봄동, 얼갈이 등을 포함 / 가공품 작성 시 표시사항 원산지를 확인하고 원산지 표시 품목에 한해 작성할 것

2026년

7. **7**

이유식 식단표



김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터

작성자 : 영양팀 / 발행일 : 2026. 6. 15.

만 4-11개월 점심

베베짱플러스어린이집

일자			1 [수]	2 [목]	3 [금]	4 [토]
초기			가지미음	단호박미음	단호박미음	단호박미음
에너지(kcal)/단백질(g)			26/1	28/1	28/1	28/1
중기			흰살생선오이죽	검은콩단호박죽⑤	쇠고기청경채죽⑩	달걀노른자미역죽①
에너지(kcal)/단백질(g)			64/3	76/1	72/3	85/2
후기			흰살생선오이무른밥	검은콩단호박무른밥⑤	쇠고기청경채무른밥⑩	달걀노른자미역무른밥①
에너지(kcal)/단백질(g)			88/4	104/2	109/4	127/4
일자	6 [월]	7 [화]	8 [수]	9 [목]	10 [금]	11 [토]
초기	바나나미음	바나나미음	바나나미음	감자미음	감자미음	감자미음
에너지(kcal)/단백질(g)	29/1	29/1	29/1	29/1	29/1	29/1
중기	두부시금치죽⑤	닭가슴살배추죽⑤	달걀노른자양파죽①	쇠고기애호박죽⑥	두부감자죽⑤	닭가슴살김가루죽⑤
에너지(kcal)/단백질(g)	63/2	63/3	86/2	73/3	67/2	62/3
후기	두부시금치무른밥⑤	닭가슴살배추무른밥⑤	달걀노른자양파무른밥①	쇠고기애호박무른밥⑥	두부감자무른밥⑤	닭가슴살김가루무른밥⑤
에너지(kcal)/단백질(g)	95/3	95/5	130/3	110/4	101/3	96/5
일자	13 [월]	14 [화]	15 [수]	16 [목]	17 [금] 제헌절	18 [토]
초기	청경채미음	청경채미음	청경채미음	고구마미음	제헌절	고구마미음
에너지(kcal)/단백질(g)	26/1	26/1	26/1	33/1		33/1
중기	달걀노른자청경채죽①	두부버섯죽⑤	닭가슴살당근죽⑤	쇠고기브로콜리죽⑥		달걀노른자고구마죽①
에너지(kcal)/단백질(g)	84/2	62/2	64/3	74/3		99/2
후기	달걀노른자청경채무른밥①	두부버섯무른밥⑤	닭가슴살당근무른밥⑤	쇠고기브로콜리무른밥⑥		달걀노른자고구마무른밥①
에너지(kcal)/단백질(g)	127/4	93/3	97/5	112/4		148/3
일자	20 [월]	21 [화]	22 [수]	23 [목]	24 [금]	25 [토]
초기	사과미음	사과미음	사과미음	배추미음	배추미음	배추미음
에너지(kcal)/단백질(g)	36/1	36/1	36/1	26/1	26/1	26/1
중기	닭가슴살파프리카죽⑤	쇠고기오이죽⑥	달걀노른자무죽①	새우살버섯죽⑨	두부배추죽⑤	닭가슴살애호박죽⑤
에너지(kcal)/단백질(g)	63/3	73/3	85/2	66/4	62/2	64/3
후기	닭가슴살파프리카무른밥⑤	쇠고기오이무른밥⑥	달걀노른자무무른밥①	새우살버섯무른밥⑨	두부배추무른밥⑤	닭가슴살애호박무른밥⑤
에너지(kcal)/단백질(g)	94/4	109/4	128/3	93/4	93/3	96/5
일자	27 [월]	28 [화]	29 [수]	30 [목]	31 [금]	
초기	브로콜리미음	브로콜리미음	브로콜리미음	당근미음	당근미음	
에너지(kcal)/단백질(g)	28/1	28/1	28/1	27/1	27/1	
중기	쇠고기근대죽⑥	달걀노른자가지죽①	두부브로콜리죽⑤	닭가슴살양파죽⑤	쇠고기당근죽⑥	
에너지(kcal)/단백질(g)	73/3	88/2	64/2	64/3	74/3	
후기	쇠고기근대무른밥⑥	달걀노른자가지무른밥①	두부브로콜리무른밥⑤	닭가슴살양파무른밥⑤	쇠고기당근무른밥⑥	
에너지(kcal)/단백질(g)	110/4	125/3	96/3	97/5	112/4	

식단 안내 [식단안내서 별첨]

- ▶ 김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터 식단은 2025 **한국인 영양소 섭취기준**을 고려하여 **영양사가 작성한 식단**입니다. * **식단과 일치하는 급식을 제공해주세요.**
- ▶ [2020년 보육사업 안내]에 따르면 “기타 특별한 음식을 필요로 하는 1세 미만의 영아에게는 그 부모나 보호자의 의사를 반영하여 음식을 제공하도록 되어 있습니다.”
- ▶ 해당 월의 **이유식 식단표**를 기본으로 하되 영아의 개별적 특성 및 발달 상태 등을 고려하여 부모와 협의 후 **식단 변경**이 가능합니다.
- ▶ 조리지시서의 조리방법, 식재료 양을 참고해주세요.
- ▶ **아황산염은 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 가공식품에 포함되어 있습니다.**

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				명태
국내산	국내산	중국산	중국산	중국산	국내산	중국산	국용	볶음	호주산	호주산	호주산	국내산	국내산	러시아산

농축산물·수산물 가공품 (예시) ★가공품 사용 시에만 기재해 주세요!★

[illegible]

원산지 표시 품목(29종) 쌀,밥,죽,누룽지/배추김치/배추,고춧가루/콩,두부류,콩비지,콩국수/쇠고기/돼지고기/닭고기/오리고기/양고기/염소고기/낙지/오징어/꽃게/생선/고등어/갈치/참조기/참치/조파말라/참돔/미꾸리/해장어/다랑어/아귀/조미기/리본/오랑해/전복/새우/부세 ※ 쇠고기는 국내산일 경우, 식육의 종류까지 별도 기입해야 합니다. ex) 국내산 육우

알레르기 유발식품 ①난류 ②우유 ③매일 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳깻

* 특정 식품에 알레르기가 있는 어린이는 사전에 선생님께 꼭 알려주세요.

원산지 작성 유의사항 쌀에는 흑미, 찰쌀, 현미 및 찌쌀 포함 / 배추류는 봉동, 얼갈이 등을 포함 / 가공품 작성 시 표시사항 원산지를 확인하고 원산지 표시 품목에 한해 작성할 것



2026년 7월 저녁형 식단표

김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터
 작성자 : 영양팀 / 발행일 : 2026. 6. 15.

만 1-2세 저녁 베베짱플러스어린이집

일자	식단 안내 [식단안내서 별첨]		1 [수]	2 [목]	3 [금]
저녁	▶ 김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터 식단은 2025 한국인 영양소 섭취기준을 고려하여 영양사가 작성한 식단입니다. * 식단과 일치하는 급·간식을 제공해 주세요. ▶ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 가공식품에 포함되어 있습니다. ▶ 김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터에서 제공되는 식단을 임의로 변경하여 발생하는 문제에 대해서는 책임지지 않습니다.		백미밥 오징어국⑦ 연두부&양념장⑤⑥ 파프리카무침⑤⑥ 배추김치⑨	후리가케주먹밥⑤ 미니칼국수⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 유부장국⑤⑥ 돼지고기양파볶음⑤⑥⑩ 깻잎들깨무침⑤⑥ 깍두기⑨
에너지(kcal)/단백질(g)			201/10	210/5	254/13
일자	6 [월]	7 [화]	8 [수]	9 [목]	10 [금]
저녁	백미밥 새우맑은국⑨ 달걀장조림①⑤⑥ 김구이 배추김치⑨	백미밥 감자양파국 두부채소전⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 애호박맑은국 순살닭볶음탕⑤⑥⑩ 치커리유자청무침 배추김치⑨	백미밥 콩나물국⑤ 간장비빔만두⑤⑥⑩ 느타리버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	쇠고기채소볶음⑤⑥⑩ 시래깃국⑤⑥ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨
에너지(kcal)/단백질(g)	215/12	244/7	200/10	247/7	228/7
일자	13 [월]	14 [화]	15 [수]	16 [목]	17 [금] 제헌절
저녁	백미밥 실파장국⑤⑥ 오리훈제구이 상추겉절이 깍두기⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 메추리알케첩조림①⑤⑥⑩ 열무나물 배추김치⑨	백미밥 쇠고기국⑤⑥⑩ 어묵채소볶음⑤⑥ 우엉조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 배추된장국⑤⑥ 돼지고기알구이⑩ 브로콜리참깨무침①⑤⑥ 깍두기⑨	제헌절
에너지(kcal)/단백질(g)	214/7	208/7	248/8	237/9	
일자	20 [월]	21 [화]	22 [수]	23 [목]	24 [금]
저녁	오징어버터볶음밥 ②⑤⑥⑦⑩ 순두부백탕⑤ 고구마당근조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 부추맑은국 돼지고기⑤⑥⑩ 아욱나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 북엇국⑤⑥ 미트볼채소조림⑤⑥⑩⑩ 숙주나물 배추김치⑨	백미밥 가쓰오우동장국⑤⑥ 쇠고기양파볶음⑤⑥⑩ 하얀무생채 배추김치⑨	백미밥 들깨버섯국⑤⑥ 가자미구이⑤ 참나물무침 배추김치⑨
에너지(kcal)/단백질(g)	284/9	218/10	255/12	217/9	243/11
일자	27 [월]	28 [화]	29 [수]	30 [목]	31 [금]
저녁	백미밥 시금치맑은국 치킨까스&소스⑤⑥⑩⑩⑩ 양배추유자청샐러드 깍두기⑨	백미밥 근대국⑤⑥ 쇠고기찜살구이⑤⑥ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨	백미밥 물만둣국⑤⑥⑩ 두부데리야끼조림⑤⑥ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 수제빔국④ 돼지고기채소볶음⑤⑥⑩ 미역무침 배추김치⑨	짜장덮밥⑤⑥⑩ 달걀찜국① 애호박나물⑤ 깍두기⑨
에너지(kcal)/단백질(g)	267/8	271/10	270/9	285/11	213/8

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				오징어	
국내산	국내산	중국산	중국산	중국산	국내산	중국산			호주산	호주산	호주산	국내산	국내산	페루산	산 산
농축산물·수산물 가공품 (예시) ★가공품 사용 시에만 기재해 주세요!★															
후리가케주먹밥		오리훈제구이		미트볼채소조림			가쓰오우동장국			치킨까스&소스					
다량어		오리고기		식품 표시사항		참고		다량어		식품 표시사항		참고			
원양산		국내산		산		국내산		산		원양산		산		국내산	
원산지 표시품목(29종)		쌀(밥, 죽, 누룽지/배추김치/배추, 고춧가루/콩/두부류, 콩비지, 콩국수/쇠고기/돼지고기/닭고기/오리고기/양고기/멸치/오징어/꽃게/명태/고등어/김치/참조기/냉치/조파볼락/참돔/미꾸라지/참장어/다랑어/아귀/주꾸미/가리비/우렁이/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 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳깻 * 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													





2026년 7월 저녁형 식단표

김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터
 작성자 : 영양팀 / 발행일 : 2026. 6. 15.

만 3-5세 저녁 **베베짱플러스어린이집**

일자	식단 안내 [식단안내서 별첨]		1 [수]	2 [목]	3 [금]
저녁	▶ 김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터 식단은 2025 한국인 영양소 섭취기준을 고려하여 영양사가 작성한 식단입니다. * 식단과 일치하는 급·간식을 제공해 주세요. ▶ 야채산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 가공식품에 포함되어 있습니다. ▶ 김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터에서 제공되는 식단을 임의로 변경하여 발생하는 문제에 대해서는 책임지지 않습니다.		백미밥 오징어국⑦ 연두부&양념장⑤⑥ 파프리카무침⑤⑥ 배추김치⑨	후리가게주먹밥⑤ 미니칼국수⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 유부장국⑤⑥ 돼지고기양파볶음⑤⑥⑩ 깻잎돌김무침⑤⑥ 깍두기⑨
에너지(kcal)/단백질(g)			309/15	323/9	391/20
일자	6 [월]	7 [화]	8 [수]	9 [목]	10 [금]
저녁	백미밥 새우맑은국⑨ 달걀장조림①⑤⑥ 김구이 배추김치⑨	백미밥 감자양파국 두부채소전⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 애호박맑은국 순살닭볶음탕⑤⑥⑩ 치커리유자청무침 배추김치⑨	백미밥 콩나물국⑤ 간장비빔만두⑤⑥⑩ 느타리버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑩ 시래깃국⑤⑥ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨
에너지(kcal)/단백질(g)	332/18	376/12	307/16	380/12	351/11
일자	13 [월]	14 [화]	15 [수]	16 [목]	17 [금] 제헌절
저녁	백미밥 실파장국⑤⑥ 오리훈제구이 상추겉절이 깍두기⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 메추리알케첩조림①⑤⑥⑩ 열무나물 배추김치⑨	백미밥 쇠고기국⑤⑥⑩ 어묵채소볶음⑤⑥ 우엉조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 배추된장국⑤⑥ 돼지목살구이⑩ 브로콜리참깨무침①⑤⑥ 깍두기⑨	제헌절
에너지(kcal)/단백질(g)	329/11	320/12	382/13	365/15	
일자	20 [월]	21 [화]	22 [수]	23 [목]	24 [금]
저녁	오징어버터볶음밥 ②⑤⑥⑦⑩ 순두부백당⑤ 고구마당근조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 부추맑은국 돼지불고기⑤⑥⑩ 아욱나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 복쌈국⑤⑥ 미트볼채소조림⑤⑥⑩⑩ 숙주나물 배추김치⑨	백미밥 가쓰오우동장국⑤⑥ 쇠고기양파볶음⑤⑥⑩ 하얀무생채 배추김치⑨	백미밥 들깨버섯국⑤⑥ 가자미구이⑤ 참나물무침 배추김치⑨
에너지(kcal)/단백질(g)	437/15	336/15	392/19	334/14	374/16
일자	27 [월]	28 [화]	29 [수]	30 [목]	31 [금]
저녁	백미밥 시금치맑은국 치킨까스&소스⑤⑥⑩⑩⑩ 양배추유자청샐러드 깍두기⑨	백미밥 근대국⑤⑥ 쇠고기참쌀구이⑤⑥ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨	백미밥 물만둣국⑤⑥⑩ 두부데리야끼조림⑤⑥ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 수제빔국④ 돼지고기채소볶음⑤⑥⑩ 미역무침 배추김치⑨	짜장덮밥⑤⑥⑩ 달걀파국① 애호박나물⑤ 깍두기⑨
에너지(kcal)/단백질(g)	411/13	417/15	416/14	438/17	328/13

원산지 일괄표시														
쌀		콩		배추김치		쇠고기(국내산)		쇠고기(수입산)		돼지고기	닭고기	오리고기	오징어	수산물
밥/죽	누룽지	두부류	콩국수	콩비지	배추	고춧가루	국용	볶음	국용	볶음				
국내산	국내산	중국산	중국산	중국산	국내산	중국산			호주산	호주산	인도네시아산	국내산	국내산	산
농축산물·수산물 가공품 (예시) ★가공품 사용 시에만 기재해 주세요!★														
후리가게주먹밥		오리훈제구이		미트볼채소조림		가쓰오우동장국		치킨까스&소스						
다랑어		오리고기		식품 표시사항		참고		다랑어		식품 표시사항		참고		
원양산		국내산		산		국내산		산		원양산		산		국내산
원산지 표시품목(29종)		쌀(밥, 죽, 누룽지/배추김치/배추, 고춧가루)/콩(두부류, 콩비지, 콩국수)/쇠고기/돼지고기/닭고기/오리고기/양고기/염소고기/나지/오징어/참깨/명태/고등어/갈치/참조기/연치/조피볼락/참돔/미꾸라지/생선/다랑어/아귀/주꾸미/가리비/우렁이/전복/방어/부세 * 쇠고기는 국내산일 경우, 식육의 종류까지 별도 기입해야 합니다. ex) 국내산 육우												
알레르기 유발식품		①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야채산류 ⑭호두 ⑮달걀 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳견과 * 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												

