



# 2026년 6월 식단표

김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터

작성자 : 영양팀 / 발행일 : 2026. 5. 15.

1-2세 점심 및 간식

경동리인어린이집

일자	1 [월]	2 [화]	3 [수]	4 [목]	5 [금]											
오전간식	영양닭죽⑩	채소죽	선거일	치즈죽②	병아리콩죽⑤											
점심	백미밥 쇠고기뭇국⑤⑥⑩ 온두부&양념장⑤⑥ 숙주나물 깍두기⑨	수수밥 근대된장국⑤⑥ 안매운제육볶음⑤⑥⑩ 오이사과무침⑤⑥ 배추김치⑨		기장밥 새우탕국⑤⑥⑨ 메추리알버섯조림①⑤⑥ 쪽파김무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 미소장국⑤⑥ 함박스테이크 ⑤⑥⑩⑫⑬ 코를슬로샐러드①⑤ 깍두기⑨											
오후간식	♣바나나 우유②	♣찐고구마 우유②		간장비빔국수⑤⑥ 우유②	♣참외 우유②											
에너지(kcal)/단백질(g)	402/15	488/15		454/20	433/16											
일자	8 [월]	9 [화]	10 [수]	11 [목] 탄소중립	12 [금]											
오전간식	녹두죽	황태채소죽	누룽지죽	미역죽⑤⑥	참깨죽											
점심	백미밥 수제빫국④ 채소달걀찜① 잔멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 콩나물국⑤ 닭볶음탕⑤⑥⑩ 얼갈이나물⑤⑥ 배추김치⑨	쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑩ 부추맑은국 맛살샐러드①⑤⑥⑧ 깍두기⑨ ♣토마토주스(생과일)⑫	기장밥 시래깃국⑤⑥ 두부데리야기조림⑤⑥ 애호박볶음⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 팽이버섯맑은국 돼지목살구이⑩ 상추겉절이 깍두기⑨											
오후간식	♣사과 우유②	♣찐단호박 우유②	카스텔라①②④ 우유②	옥수수전⑤⑥ 우유②	♣키위 우유②											
에너지(kcal)/단백질(g)	455/17	414/20	496/16	442/12	415/15											
일자	15 [월]	16 [화]	17 [수]	18 [목]	19 [금] 다문화메뉴											
오전간식	타락죽②	검은콩죽⑤	달걀죽①	당근죽	단호박죽											
점심	백미밥 순두부백탕⑤ 달걀고구마조림⑤⑥⑩ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 감자양파국 삼치조림⑤⑥ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨	짜장뎡밥⑤⑥⑩ 무채국⑤⑥ 브로콜리흑임자소스무침 ①⑤⑥ 깍두기⑨ ♣배도라지주스	기장밥 쇠고기배춧국⑩ 두부채소전⑤⑥ 갯잎볶음⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 조갯살맑은국⑩ ★땃해오지야사오⑤⑥⑩ (돼지고기숙주볶음) 근대나물⑤⑥ 깍두기⑨											
오후간식	♣참외 우유②	찐만두&양념장⑤⑥⑩ 우유②	♣포도 우유②	♣사과 우유②	모닝빵①②④ 우유②											
에너지(kcal)/단백질(g)	420/19	430/19	408/13	466/15	434/19											
일자	22 [월]	23 [화]	24 [수] 신메뉴	25 [목]	26 [금]											
오전간식	게살죽①⑤⑥⑧	김가루죽	얼갈이배추죽	잔멸치죽⑤⑥	청경채죽											
점심	백미밥 애호박된장국⑤⑥ 훈제오리볶음 부추나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 물만둣국⑤⑥⑩ 치즈달걀말이①②⑤ 느타리버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	새우볶음밥⑤⑥⑨ 아욱국⑤⑥ ★두부오이샐러드⑤⑥ 깍두기⑨ ♣오렌지	기장밥 복쌈국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑩ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 돈까스&소스 ①⑤⑥⑩⑫⑬ 콘샐러드①⑤ 깍두기⑨											
오후간식	♣바나나 우유②	채소고로케⑤⑥ 우유②	토마토스파게티②⑥⑫ 우유②	♣사과요거트범벅②	♣수박 우유②											
에너지(kcal)/단백질(g)	443/15	477/16	448/17	463/21	449/16											
일자	29 [월]	30 [화] 탄소중립	식단 안내 [식단안내서 별첨]													
오전간식	브로콜리죽	흑임자죽	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터 식단은 2020한국인 영양소 섭취기준을 고려하여 영양사가 작성한 식단입니다.</li> <li>* 식단과 일치하는 급·간식을 제공해주세요.</li> <li>▶ 기관 및 식품의 수급상황 등에 의해 같은 식품군으로 대체할 경우 변경 사유를 기록하고 게시판과 통신문 등으로 보호자에게 식단 변경 사유를 안내해야 합니다.</li> <li>▶ 김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터에서 제공되는 식단을 임의로 변경하여 발생하는 문제에 대해서는 책임지지 않습니다.</li> <li>▶ 매주 수요일 ♣표시 식품은 저희 어린이집만의 추가메뉴입니다.</li> </ul>													
점심	수수밥 연두부국⑤ 파프리카잡채⑤⑥ 가지나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 어묵국⑤⑥ 영양찜닭⑤⑥⑩ 열무나물⑤⑥ 배추김치⑨														
오후간식	채소주먹밥⑤ 우유②	♣키위 우유②														
에너지(kcal)/단백질(g)	470/11	451/18														
원산지 일괄표시																
쌀	콩		배추김치/무		쇠고기(국내산)	쇠고기(수입산)	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물						
밥/죽	누룽지	두부류	콩국수	콩비지	배추/무	고춧가루	국용	볶음	국용	볶음	돼지고기	닭고기	오리고기	삼치		
국내산	국내산	국내산	산	산	국내산	국내산	한우	한우	산	산	국내산	국내산	국내산	국내산		
농축산물·수산물 가공품 (예시) ★가공품 사용 시에만 기재해 주세요!★																
함박스테이크	누룽지죽		훈제오리볶음		돈까스											
돼지고기	쌀		오리고기		돼지고기											
	국내산		국내산	국내산		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/참치/넙치/조피블라/참돔/미꾸라지/뱅자어/다랑어/아귀/주꾸미/가리비/우렁챙이/전복/방어/부세															
알레르기 유발식품	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳갯															
원산지 작성 유의사항	쌀에는 흑미, 찰쌀, 현미 및 찌쌀 포함 / 배추류는 봄동, 얼갈이 등을 포함 / 가공품 작성 시 표시사항 원산지를 확인하고 원산지 표시 품목에 한해 작성할 것															

