

2026년 / 일기

죽형 식단표



김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터

작성자 : 영양팀 / 발행일 : 2026. 6. 15.

만 1-2세 점심 및 간식

푸르지오파크테르어린이집

일자	식단 안내 [식단안내서 별첨]		1 [수]	2 [목]	3 [금]	4 [토]
오전간식			호두죽⑭	검은콩죽⑤	파프리카죽	우유②
점심	▶ 김해시 어린이·사회복지급식관리지원센터 식단은 2025 한국인 영양소 섭취기준을 고려하여 영양사가 작성한 식단입니다. * 식단과 일치하는 급간식을 제공해 주세요. ▶ 영양소 파괴를 최소화한 간식(자연식료) 앞에는 표시를 하였습니다. ▶ ★표시는 신메뉴, ☆표시는 다문화메뉴입니다. 조리지시서의 조리방법, 식재료 양을 참고해 주세요. ▶ 야합산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 가공식품에 포함되어 있습니다. ▶ 생일식단은 별도의 파일로 제공되므로 '2026년 생일·행사식단' 파일을 참고해 주시기 바랍니다.		짜장덮밥⑤⑥⑩ 버섯된장국⑤⑥ 크래임오이무침①⑤⑧ 깍두기⑨	기장밥 들깨채소국⑤⑥ 돼지고기장조림⑤⑥⑩ 겉잎나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑬ 가자미구이⑤ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨	오므라이스①⑤⑫ 조갯살맑은국⑬ 배추김치⑨
			포도 우유②	찐단호박 우유②	쌀과자 요거트②	찰보리빵①②⑥ 우유②
			416/12	417/18	485/18	416/16
에너지(kcal)/단백질(g)						
일자	6 [월] 탄소중립	7 [화]	8 [수]	9 [목] 다문화메뉴	10 [금]	11 [토]
오전간식	부추죽⑤⑥	참깨죽	근대죽	전복죽⑱	달걀죽①	우유②
점심	백미밥 시금치된장국⑤⑥ 간장두부강정⑤⑥ 배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 물만둣국⑤⑥⑩ 순살달걀비⑤⑥⑮ 참나물무침 배추김치⑨	콩나물밥&양념장⑤⑥ 황태뭇국⑤⑥ 동그랑땡전 ①⑤⑥⑩ 배추김치⑨	기장밥 유부맑은국⑤ ☆몽골리안비프 (쇠고기양념볶음) ⑤⑥⑬⑱ 애호박나물⑤ 배추김치⑨	백미밥 수제빳국⑥ 돼지고기수육⑩ 상추겉절이 깍두기⑨	꼬마김밥⑤ 실파맑은국 배추김치⑨
	치즈주먹밥②⑤ 우유②	복숭아요거트범벅②⑪	시리얼⑥ 우유②	찐감자 우유②	키위 우유②	크로와상①②⑥ 매실차
	에너지(kcal)/단백질(g)	453/14	435/19	484/20	468/16	459/18
일자	13 [월]	14 [화]	15 [수] 초복	16 [목]	17 [금] 제헌절	18 [토]
오전간식	쇠고기죽⑬	녹두죽	애호박죽	브로콜리죽		우유②
점심	백미밥 청경채맑은국 참치채소전⑤⑥ 가지양념무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 썩갠어묵국⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ 숙주나물 배추김치⑨	닭다리살간장덮밥 ⑤⑥⑮⑱ 두부된장국⑤⑥ 양상추샐러드 &오리엔탈소스⑤⑥ 깍두기⑨	기장밥 달걀팻국① 오징어볶음⑤⑥⑰ 표고버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	제헌절	깍두기치즈볶음밥 ②⑤⑨ 미소창국⑤⑥ 배추김치⑨
	수박 우유②	로제소스스파게티②⑤⑥⑫	바나나 우유②	찐고구마 우유②		채소고로케⑤⑥ 액상요거트②
	에너지(kcal)/단백질(g)	433/18	456/18	414/15		472/17
일자	20 [월]	21 [화]	22 [수]	23 [목]	24 [금] 탄소중립	25 [토] 중복
오전간식	옥수수죽②	누룽지죽	병아리콩죽⑤	당근죽	단호박죽	우유②
점심	백미밥 감자양팻국 돼지고기찹스테이크 ⑤⑥⑩⑫ 부추나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 안매운육개장⑤⑥⑬ 채소달걀찜① 오이파프리카무침⑤⑥ 배추김치⑨	카레라이스⑤⑥ 들깨무쌈국⑤⑥ 간멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 가쓰오우동창국⑤⑥ 생선까스&타르타르소스 ①⑤⑥ 새송이버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 배추당면국⑤⑥ 두부구이&양념장⑤⑥ 열무나물 깍두기⑨	닭가슴살채소볶음밥 ⑤⑥⑮ 애호박맑은국 배추김치⑨
	사과 우유②	갈비만두⑤⑥⑩ 우유②	포도 우유②	우유수박화채②	카스텔라①②⑥ 우유②	시리얼⑥ 우유②
	에너지(kcal)/단백질(g)	400/15	438/18	441/15	411/13	449/13
일자	27 [월]	28 [화] 신메뉴	29 [수]	30 [목]	31 [금]	
오전간식	황태죽	가지죽	시금치죽⑤⑥	채소죽	흑임자죽	
점심	백미밥 콩나물국⑤ 쇠불고기⑤⑥⑬ 근대나물⑤⑥ 깍두기⑨	수수밥 맑은순두부국⑤ 메추리알장조림①⑤⑥ 브로콜리나물 배추김치⑨	돼지고기데리야끼덮밥 ⑤⑥⑩⑮⑱ 미역국⑤⑥ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨	기장밥 열무된장국⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑩⑬ 코울슬로샐러드①⑤ 깍두기⑨	백미밥 새우탕국⑤⑥⑨ 오리주물럭⑤⑥ 김자반⑤⑥ 배추김치⑨	
	멜론 우유②	★어묵배추채전⑤⑥ 우유②	롤빵①②⑥ 우유②	블루베리요거트범벅②	바나나 우유②	
	에너지(kcal)/단백질(g)	431/17	438/16	480/17	375/15	464/20

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	돼지고기	닭고기	오리고기	전복	오징어	명태			
국내산	국내산	국내산	산	산	국내산	국내산	한우	한우	산	산	국내산	국내산	국내산	산	산	산			

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

동그랑땡전		참치채소전		누룽지죽		가쓰오우동장국		생선까스&타르타르소스		너비아니구이						
돼지고기	표시사항	참고	다랑어	쌀	다랑어			명태	돼지고기	표시사항	참고					
국내산	산	산	원양산	산	일본산			러시아산	국내산	산	산					

원산지 표시 품목 (29종)

쌀(밥, 죽, 누룽지)/배추김치(배추, 고춧가루)/콩(두부류, 콩비지, 콩국수)/쇠고기/돼지고기/닭고기/오리고기/양고기/연소고기/낙지/오징어/꽃게/명태/고등어/감치/참치/넙치/조피발락/참돔/미꾸라지/맹꽁이/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) ⑲잔

* 특정 식품에 알레르기가 있는 어린이는 사전에 선생님께 꼭 알려주세요.

원산지 표시 의무사항

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