











양산시어린이·사회복지급식관리지원센터 식단 안내문

구분	내용																				
식단안내 및 활용	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 식단 게시 시 식단 안내문도 함께 게시(정보공개포털, 부모안내, 게시판 등) <ul style="list-style-type: none"> ▶ 재원하는 원아의 연령 및 발달 단계를 고려하여 식단 계획 ①이유식(초기, 중기, 후기) ②만1-2세 ③만3-5세 ▶ 추가적인 급식이 제공될 경우, 그에 따른 식단 계획 ex)연장형 식단, 특별 식단(생일식, 견학식) ▶ 식단표에 기재된 정보는 삭제하지 않고 그대로 제공 ①연령표시(만1-2세, 만3-5세) : 「어린이집평가매뉴얼 3-2-1」, 「부모모니터링단 운영매뉴얼3-1」 ②열량, 단백질 ③식품알레르기유발물질 : 「식품 등의 표시·광고에 관한 법률 시행규칙」 제5조제1항 근거 ▶ 올바른 방법으로 식단 수정 ①영양사에게 식단감수 요청 ②자체 수정(식단의 50% 미만으로 동일 식품군 내 동일 조리법 변경) 																				
식품 알레르기	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 식품알레르기 유발 식품 표시 <table border="1" data-bbox="319 600 1500 712" style="width: 100%; text-align: center; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>①난류</td> <td>②우유</td> <td>③메밀</td> <td>④땅콩</td> <td>⑤대두</td> <td>⑥밀</td> <td>⑦고등어</td> <td>⑧계</td> <td>⑨새우</td> <td>⑩돼지고기</td> </tr> <tr> <td>⑪복숭아</td> <td>⑫토마토</td> <td>⑬야생산류</td> <td>⑭호두</td> <td>⑮닭고기</td> <td>⑯쇠고기</td> <td>⑰오징어</td> <td colspan="2">⑱조개류 (굴, 전복, 홍합 포함)</td> <td>⑲잣</td> </tr> </table> <p style="font-size: small;">*원에서 사용하는 식재료에 따라 해당표시는 달라질 수 있으므로 식품알레르기 유발물질 표시사항을 확인 후 번호 기입</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ 식품 알레르기 올바른 관리 <ul style="list-style-type: none"> ①입소시 식품 알레르기 조사 실시(매년 권장) 및 식품 알레르기 지침서 마련 ②학부모 상담을 통한 동의서 작성 및 보관 ③식품 알레르기 대응(대체식, 제거식 기록 및 응급상황 대처 교육 실시 등) ④식품 알레르기 통제(지속적인 모니터링 실시 및 학부모 정기 면담 등) ▶ 식품 알레르기 급식관리 <ul style="list-style-type: none"> ①대체식 : 원인 식품과 영양학적으로 비슷한 식품을 선택하여 제공 ②가정식(도시락) : 가정에서 제공 받은 대체 식품(보호자 동의서 받아 제공) ③제거식 : 원인 식품에 해당하는 재료가 부재료 & 양념류인 경우, 제거 가능 <p style="font-size: small;">*제공된 대체식/가정식/제거식 등은 반드시 기록하여 관리(운영일지, 급식일지, 알림장 등) *알레르기 포함 메뉴 교체가 어려울 경우, 센터 '식단감수'를 요청하여 식단 변경 가능</p>	①난류	②우유	③메밀	④땅콩	⑤대두	⑥밀	⑦고등어	⑧계	⑨새우	⑩돼지고기	⑪복숭아	⑫토마토	⑬야생산류	⑭호두	⑮닭고기	⑯쇠고기	⑰오징어	⑱조개류 (굴, 전복, 홍합 포함)		⑲잣
①난류	②우유	③메밀	④땅콩	⑤대두	⑥밀	⑦고등어	⑧계	⑨새우	⑩돼지고기												
⑪복숭아	⑫토마토	⑬야생산류	⑭호두	⑮닭고기	⑯쇠고기	⑰오징어	⑱조개류 (굴, 전복, 홍합 포함)		⑲잣												
원산지 표시	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 원산지 표시대상 품목의 원산지를 표시하여 공개(식단표, 게시판, 가정통신문 등) ▶ 원산지 표시 대상 품목(원산지표시는 메뉴명의 글씨 크기와 동일하거나 더 크게 입력) *원료 원산지가 변경되었을 경우, 식단표에 변경된 원산지로 수정 및 안내 *가공식품 식재료 사용 시 원산지 확인 후 작성(ex:떡갈비, 해물완자전 등) <table border="1" data-bbox="319 1249 1500 1585" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 20%;">농축수산물</th> <th style="width: 80%;">원산지 표시 대상 품목 (29개 품목)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">  농산물 </td> <td> 쌀(밥, 죽, 누룽지), 배추김치[고춧가루, 배추(얼갈이배추, 봄동배추 포함)], 콩[두부류(가공두부,유바 제외), 콩비지, 콩국수] 참쌀, 흑미, 현미, 찌쌀, 쌀 가공품 포함 / 해당 농산물의 가공품 포함 </td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">  축산물 </td> <td> 쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소(유산양 포함)고기 해당 축산물의 식육·포장·식육가공품 포함 </td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">  수산물 </td> <td> 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 낙지, 명태(황태, 북어 등 건조한 것은 제외), 고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미, *가리비, 우렁쉥이(멍게), 전복, 방어, 부세 해당 수산물의 가공품 포함 </td> </tr> </tbody> </table>	농축수산물	원산지 표시 대상 품목 (29개 품목)	 농산물	쌀(밥, 죽, 누룽지), 배추김치[고춧가루, 배추(얼갈이배추, 봄동배추 포함)], 콩[두부류(가공두부,유바 제외), 콩비지, 콩국수] 참쌀, 흑미, 현미, 찌쌀, 쌀 가공품 포함 / 해당 농산물의 가공품 포함	 축산물	쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소(유산양 포함)고기 해당 축산물의 식육·포장·식육가공품 포함	 수산물	넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 낙지, 명태(황태, 북어 등 건조한 것은 제외), 고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미, *가리비, 우렁쉥이(멍게), 전복, 방어, 부세 해당 수산물의 가공품 포함												
농축수산물	원산지 표시 대상 품목 (29개 품목)																				
 농산물	쌀(밥, 죽, 누룽지), 배추김치[고춧가루, 배추(얼갈이배추, 봄동배추 포함)], 콩[두부류(가공두부,유바 제외), 콩비지, 콩국수] 참쌀, 흑미, 현미, 찌쌀, 쌀 가공품 포함 / 해당 농산물의 가공품 포함																				
 축산물	쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소(유산양 포함)고기 해당 축산물의 식육·포장·식육가공품 포함																				
 수산물	넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 낙지, 명태(황태, 북어 등 건조한 것은 제외), 고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미, *가리비, 우렁쉥이(멍게), 전복, 방어, 부세 해당 수산물의 가공품 포함																				
자연식품 제공	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 자연식품은 부모모니터링 지표에 따라 주 3회 이상 다양한 비타민과 무기질을 섭취할 수 있도록 신선한 과일 및 채소 간식을 제공(점심에 제공 미포함) *주중 공휴일 1일 : 주3회 이상 제공 *주중 공휴일이 2일 이상 : 주 3회 미만 제공 																				
특별 식단 안내 (생일식, 견학식)	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 생일식과 견학식은 만1-2세, 만3-5세 대상으로 연 10종으로 제공되며, 원에서 사용하는 식단 유형에 맞는 특별 식단을 별도의 식단감수 없이 식단표에 기입하여 최종 식단을 발행 및 게시(식단표 안내) *식단감수를 받아야 하는 경우 → 특별 식단을 수정 또는 식재료 중복 시 																				
제철 및 편식 식재료 활용 (푸드브릿지)	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 선호도 조사를 통한 편식 식재료와 각 계절별 제철 식재료를 활용한 메뉴들을 월별 식단에 구성하여 해당 식재료를 점층적으로 노출시켜 거부감을 줄이며 편식 식재료를 친숙하게 만들어 편식을 예방 * 푸드브릿지 월 2회 이상 운영 																				
	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 어린이 기호식품 품질인증 마크는 안전하고 영양을 고루 갖춘 어린이 기호식품을 식약처에서 인증하는 것으로, "식품안전나라 (foodsafetykorea.go.kr) > 건강·영양 > 어린이·청소년 식생활 관리 > 어린이 기호식품 품질인증 > 제품명 검색 / 품질인증식품조회"에서 인증 제품 확인이 가능합니다. 제품 구매 시 어린이 기호식품 품질인증을 받은 제품을 선택하여 제공해 주세요. 																				

구분	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
날짜	1	생일식단(죽·혼합형1)	3 지방선거	4	5
오전간식	황태죽	계살죽①⑤⑥⑧		닭죽⑬	부추죽
점심	백미밥 무척국⑤⑥ 삼겹살골스스볶음 ⑤⑥⑩⑬ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 치즈달걀말이①②⑤ 치커리무침 배추김치⑨		백미밥 감자양파국 고등어구이⑤⑦ 열무나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 달걀찜국①⑤⑥ 소불고기⑤⑥⑬ 도라지나물⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	▲방울토마토⑫/우유②	케이크①②⑤⑥/우유②		▲사과/우유②	▲파인애플/우유②
열량/단백질	453/16	447/15	422/19	449/18	
날짜	8	9	10 푸드브릿지	11	12
오전간식	얼갈이된장죽⑤⑥	양파치즈죽②	옥수수죽	당근죽	미역죽⑤⑥
점심	백미밥 소고기팍국⑬ 두부구이&양념장 ①⑤⑥ 상추무침⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 버섯국⑤⑥ 스크램블에그①②⑤ 우영채볶음⑤⑥ 배추김치⑨	잔멸치겉잎볶음밥⑤⑥ 유부맑은국⑤⑥ 닭고기채소조림⑤⑥⑬ 배추김치⑨	잡곡밥 배추된장국⑤⑥ 소고기피망채볶음⑤⑥ ⑬ 참나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 부추맑은국 돼지고기찜⑤⑥⑩ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	▲바나나/우유②	간장비빔국수⑤⑥ /보리차	▲오렌지/우유②	약과①②⑤⑥/우유②	▲골드키위/우유②
열량/단백질	453/17	431/15	426/19	468/16	420/15
날짜	15	16	17	18 푸드브릿지	19
오전간식	단호박죽	소고기죽⑤⑥⑬	채소죽⑤⑥	버섯죽⑤⑥	콩나물죽⑤
점심	백미밥 시래기콩가루국⑤⑥ 오리채소볶음⑤ 브로콜리나물⑤⑥ 깍두기⑨	잡곡밥 근대맑은국 삼치조림⑤⑥ 숙주나물 배추김치⑨	곤드레나물밥&양념장 ⑤⑥ 무채된장국⑤⑥ 돈까스&소스 ①⑤⑥⑩⑫ 배추김치⑨	잡곡밥 어묵국⑤⑥ 닭고기데리야끼조림 ⑤⑥⑬⑯ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 순두부맑은국⑤⑥ 소고기양파볶음⑤⑬ 미나리나물⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	▲참외/우유②	▲사과/우유②	밤식빵①②⑤⑥/우유②	▲찐감자/우유②	▲씨없는포도/우유②
열량/단백질	438/16	415/19	449/20	414/20	423/17
날짜	22	23 푸드브릿지	24	25	26
오전간식	김가루참깨죽	양배추죽⑤⑥	누룽지죽	달걀죽①	들깨우죽⑤⑥
점심	백미밥 맑은동태탕 메추리알장조림①⑤⑥ 파프리카감자채볶음⑤ 배추김치⑨	잡곡밥 아욱된장국⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ 깍잎순나물⑤⑥ 깍두기⑨	1/2백미밥 달걀국수⑥⑬ 참치채소전①⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 안애운감찜국⑨ 소고기참스테이크 ②⑤⑥⑫⑬⑯ 시금치나물 깍두기⑨	백미밥 애호박양파국⑨ 돼지고기완자전①⑤⑥⑩ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	찐만두⑤⑥⑩/우유②	▲배/우유②	▲수박화채②	크림리조또②⑤ /마시는요구르트②	▲오렌지/우유②
열량/단백질	462/21	425/17	451/21	453/17	411/17
날짜	29	30	이달의 편식&제철 푸드브릿지 식재료 : 청경채, 깍잎(순)		
오전간식	청경채죽⑤⑥	순두부죽⑤			
점심	백미밥 콩나물국⑤ 소고기찜⑤⑥⑬ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 얼갈이된장국⑤⑥ 가자미구이⑤⑥ 느타리버섯나물⑤⑥ 깍두기⑨			
오후간식	▲샤인머스켓/우유②	채소주먹밥⑤/우유②			
열량/단백질	433/18	448/19			

◆ **식단 발행처** : 양산시어린이·사회복지급식관리지원센터 영양팀 ☎ 070-4164-9043 식단을 임의로 변경하여 발생하는 문제에 대해서는 책임지지 않습니다.
 ◆ **식단 감수 요청** : “식단 감수 안내서”를 참고하여 기간 내(전월 식단발송일 ~ 25일까지) 신청해주세요.
 ◆ 연령에 맞는 식단을 구비하여 게시하고, 연령에 따른 급·간식 제공 시 주의사항을 숙지한 후 조리 및 제공해주세요.
 ◆ 식단에 표기된 알레르기 유발물질은 원에서 사용하는 식재료에 따라 달라질 수 있으므로 반드시 사용하는 재료 및 제품의 표시사항을 확인해주세요.

원산지 표시	쌀			콩		소고기	돼지고기	닭고기	오리고기	배추김치	
	밥	죽	누룽지	두부	순두부	국내산				배추	고춧가루
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	한우	국내산	국내산	국내산	국내산	·
	고등어		명태	참치	돈까스		돼지고기완자전		생일식단		
국내산		러시아산	원양산	돼지고기		돼지고기		미역	치커리		
국내산		러시아산	원양산	국내산		국내산		국내산	국내산		