

양산시어린이·사회복지급식관리지원센터 식단 안내문

구분	내용																				
식단안내 및 활용	▶ 식단 게시 시 식단 안내문도 함께 게시(정보공개포털, 부모안내, 게시판 등) ▶ 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	▶ 식품알레르기 유발 식품 표시 <table><tr><td>①난류</td><td>②우유</td><td>③메밀</td><td>④땅콩</td><td>⑤대두</td><td>⑥밀</td><td>⑦고등어</td><td>⑧게</td><td>⑨새우</td><td>⑩돼지고기</td></tr><tr><td>⑪복숭아</td><td>⑫토마토</td><td>⑬야채산류</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> *원에서 사용하는 식재료에 따라 해당표시는 달라질 수 있으므로 식품알레르기 유발물질 표시사항을 확인 후 번호 기입 ▶ 식품 알레르기 올바른 관리 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 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 *제공된 대체식/가정식/제거식 등은 반드시 기록하여 관리(운영일지, 급식일지, 알람장 등) *알레르기 포함 메뉴 교체가 어려울 경우, 센터 '식단감수'를 요청하여 식단 변경 가능	①난류	②우유	③메밀	④땅콩	⑤대두	⑥밀	⑦고등어	⑧게	⑨새우	⑩돼지고기	⑪복숭아	⑫토마토	⑬야채산류	⑭호두	⑮닭고기	⑯쇠고기	⑰오징어	⑱조개류 (굴, 전복, 홍합 포함)		⑲잣
①난류	②우유	③메밀	④땅콩	⑤대두	⑥밀	⑦고등어	⑧게	⑨새우	⑩돼지고기												
⑪복숭아	⑫토마토	⑬야채산류	⑭호두	⑮닭고기	⑯쇠고기	⑰오징어	⑱조개류 (굴, 전복, 홍합 포함)		⑲잣												
원산지 표시	▶ 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><tr><th>농축수산물</th><th>원산지 표시 대상 품목 (29개 품목)</th></tr><tr><td> 농산물</td><td>쌀(밥, 죽, 누룽지), 배추김치[고춧가루, 배추(얼갈이배추, 봄동배추 포함)], 콩[두부류(가공두부,유바 제외), 콩비지, 콩국수] 참쌀, 흑미, 현미, 찰쌀, 쌀 가공품 포함 / 해당 농산물의 가공품 포함</td></tr><tr><td> 축산물</td><td>쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소(유산양 포함)고기 해당 축산물의 식육·포장·식육가공품 포함</td></tr><tr><td> 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, 우렁챙이(명게), 전복, 방어, 부세 해당 수산물의 가공품 포함</td></tr></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, 찰쌀, 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, 우렁챙이(명게), 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, 찰쌀, 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, 우렁챙이(명게), 전복, 방어, 부세 해당 수산물의 가공품 포함																				
자연식품 제공	▶ 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)	▶ 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)	▶ 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																				
	▶ 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	6	7	8	9	10
오전간식	◆ 알레르기 유발물질 표기 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣	양배추죽⑤⑥	1 푸드브릿지 양배추죽⑤⑥	2 브로콜리죽⑤⑥	3 참깨채소죽⑤⑥
점심	◆ ⑬아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있어 별도로 표기하지 않습니다.	자장된밥⑤⑥⑩ 달걀팥국①⑤⑥ 오이소고기장조림⑤⑥⑬ 배추김치⑨	자장된밥⑤⑥⑩ 달걀팥국①⑤⑥ 오이소고기장조림⑤⑥⑬ 배추김치⑨	잡곡밥 두부미역국⑤⑥ 닭고기카레조림⑤⑥⑬ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 새우살양파국⑨ 소고기당면볶음⑤⑥⑬ 부추나물⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	이달의 편식&제철 푸드브릿지 식재료 : 오이, 감자	바나나요거트범벅②	바나나요거트범벅②	맛살주먹밥①⑤⑥⑧/우유②	사과/우유②
열량/단백질	441/22	441/22	441/22	445/19	427/17
날짜	13	14	15 초복	16 푸드브릿지	17 제헌절
오전간식	단호박죽	참쌀무죽	감자죽	버섯죽⑤⑥	애호박죽
점심	백미밥 복쌈국⑤⑥ 돼지고기데리야끼조림⑤⑥⑩ 열무나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 근대된장국⑤⑥ 오리불고기⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	나물비빔밥&간장소스⑤⑥ 무쌈국⑤⑥ 미트볼케첩볶음⑤⑥⑩⑫ 배추김치⑨	잡곡밥 시금치맑은국⑤⑥ 참치양파볶음⑤⑥ 우영조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 들깨배춧국⑤⑥ 고구마달걀비⑤⑥⑬ 도라지나물⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	어묵탕⑤⑥/마시는요구르트②	샤인머스켓/우유②	참외/우유②	볶음우동⑤⑥⑩/우유②	골드키위/우유②
열량/단백질	472/22	434/16	425/14	459/20	433/16
날짜	20 푸드브릿지	21	22	23	24
오전간식	옥수수죽	흑미채소죽⑤⑥	당근죽	청경채죽⑤⑥	참치죽
점심	백미밥 소고기팥국⑩ 온연두부&간장⑤⑥ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 부추맑은국 고등어조림⑤⑥⑦ 어린이무생채 배추김치⑨	1/2백미밥 닭곰탕⑤ 맛살채소전①⑤⑥⑧ 배추김치⑨	잡곡밥 감자된장국⑤⑥ 소버섯불고기⑤⑥⑬ 미나리나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩나물국⑨ 소고기무볶음⑤⑥⑬ 건파래자반 배추김치⑨
오후간식	참외/우유②	크로와상①②⑥/우유②	수박화채②	오렌지/우유②	
열량/단백질	412/15	470/17	409/18	416/17	
날짜	27	28	29	30	31 푸드브릿지
오전간식	시금치죽⑤⑥	양파치즈죽②	부추죽	게살죽①⑤⑥⑧	콩나물죽⑤
점심	백미밥 어묵국⑤⑥ 메추리알장조림①⑤⑥ 브로콜리나물⑤⑥ 배추김치⑨	잡곡밥 수제비국⑥ 해물완자전①⑤⑥⑨⑫ 치커리유자청무침 배추김치⑨	두부소보로된밥⑤⑥⑩ 팽이버섯된장국⑤⑥ 닭고기파프리카볶음⑤⑥⑬ 배추김치⑨	잡곡밥 유부맑은국⑤⑥ 소고기깻잎볶음⑤⑥⑬ 고사리나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 양배추된장국⑤⑥ 삼치구이⑤⑥ 감자조림⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	찐옥수수/우유②	시리얼/우유②	자두/우유②	참외/우유②	삶은달걀①/우유②
열량/단백질	470/19	474/18	409/21	425/18	436/21

◆ 식단 발행처 : 양산시어린이·사회복지급식관리지원센터 영양팀

◆ 연령에 맞는 식단을 구비하여 게시하고, 연령에 따른 급·간식 제공 시 주의사항을 숙지한 후 조리 및 제공합니다.

◆ 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	외국산				배추	고춧가루
	국내산	국내산	-	국산	국산	한우	-	국내산	국내산	국내산	국산	국내산
	고등어		명태	참치		미트볼케첩볶음 돼지고기		해물완자전 오징어			생물산단	건물산단
	국내산		-	원양산		국내산		외국산				