기관명

2026년 6월 식단표
(후기이유식)

▶발행처: 제주2어린이급식관리지원센터
▶담　당: 영양팀
▶발행일: 2026. 5. 15.

날짜	1[월]	2[화]	3[수]	4[목]	5[금]	6[토]
오전간식	배퓨레	사과매쉬	지방선거	두부죽 ⑤	바나나매쉬	현충일
이유식	두부청경채무른밥 ⑤	닭살무무른밥 ⑮		달걀노른자버섯무른밥 ①	소고기부추무른밥 ⑯	
오후간식	당근매쉬	고구마퓨레		배매쉬	사과슬라이스	
열량(Kcal)/단백질(g)	148.3/3.9	202.5/5.6		223.6/6.5	164/5.2	
날짜	8[월]	9[화]	10[수]	11[목]	12[금]	13[토]
오전간식	배매쉬	당근퓨레	고구마매쉬	치즈쌀죽 ②	사과매쉬	당근퓨레
이유식	흰살생선미역무른밥	두부애호박무른밥 ⑤	닭살청경채무른밥 ⑮	소고기무무른밥 ⑯	달걀노른자새송이버섯죽 ①	흰살생선애호박무른밥
오후간식	으깬감자	바나나매쉬	사과퓨레	배슬라이스	참외퓨레	고구마매쉬
열량(Kcal)/단백질(g)	153.3/5.3	157.6/4.6	209.5/5.7	187.7/6.4	144.8/3.8	197.4/5.5
날짜	15[월]	16[화]	17[수]	18[목]	19[금]	20[토]
오전간식	배매쉬	감자퓨레	당근매쉬	애호박죽	사과퓨레	고구마매쉬
이유식	순두부양배추무른밥 ⑤	닭살채소무른밥 ⑮	달걀노른자배추무른밥 ①	소고기채소무른밥 ⑯	흰살생선채소무른밥	달걀노른자무무른밥 ①
오후간식	치즈(영아용) ②	으깬바나나	사과매쉬	고구마퓨레	배슬라이스	당근스프 ②
열량(Kcal)/단백질(g)	172/6.6	158.2/6.4	174.8/4.6	257.6/6.2	126.7/4.5	262.1/6.3
날짜	22[월]	23[화]	24[수]	25[목]	26[금]	27[토]
오전간식	두부채소죽 ⑤	사과퓨레	고구마매쉬	사과매쉬	배매쉬	고구마퓨레
이유식	소고기양파무른밥 ⑯	달걀노른자청경채무른밥 ①	두부미역무른밥 ⑤	닭살양배추무른밥 ⑮	소고기애호박무른밥 ⑯	연두부김무른밥 ⑤
오후간식	감자퓨레	참외매쉬	배슬라이스	으깬바나나	당근퓨레	멜론매쉬
열량(Kcal)/단백질(g)	212.3/7.8	177.1/4.8	195.3/3.8	156.7/5.6	150.4/5.1	190/5.4
날짜	29[월]	30[화]				
오전간식	사과매쉬	당근퓨레				
이유식	흰살생선무무른밥	닭살배추무른밥 ⑮				
오후간식	플레인요거트(영아용) ②	바나나매쉬				
열량(Kcal)/단백질(g)	163.3/6.6	154.3/6.3				

원산지 표시	쌀*	콩*	축산물	
			소고기(국내산일 경우 육종 기입- 한우/육우/젖소)	닭고기
	밥 · 죽	두부	국내산(한우)	국내산
	국내산	국내산		
	수산물		* 쌀: 백미, 찹쌀 포함 / 콩: 두부류 포함	
	흰살생선(명태)			
	러시아산			

알레르기 유발식품	①알류(가금류) ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯ 소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 조개, 홍합포함) ⑲잣 ※ ⑬아황산류의 경우 표백제, 보존료, 산화방지제 등으로 사용되는 식품첨가물로, 대부분 식품에 포함되어 있습니다. ※ 자세한 내용은 식단 안내의 「식품알레르기 유발물질 표시」를 참고해 주세요.

* 후기(9-11개월)

기관명

2026년 6월 식단표
(1-2세 일반형)

▶발행처: 제주2어린이급식관리지원센터
▶담　당: 영양팀
▶발행일: 2026. 5. 15.

날짜	1[월]	2[화]	3[수]	4[목]	5[금]	6[토]
오전간식	소고기채소죽 ⑤⑥⑯	치즈 ② 감귤주스	지방선거	토마토 ⑫ 떠먹는요거트 ②	사과 우유 ②	현충일
점심	백미밥 청경채된장국 ⑤⑥ 돼지고기간장주물럭 ⑤⑥⑩ 게맛살양배추볶음 ①⑤⑥⑧ 깍두기 ⑨	기장밥 닭살무국 ⑤⑥⑮ 삼치살구이 ⑤⑥ 과일샐러드 ①⑤⑥⑫ 배추김치 ⑨		보리밥 얼갈이된장국 ⑤⑥ 훈제오리버섯볶음 ②⑤⑥⑯ 새우살애호박무침 ⑨ 깍두기 ⑨	백미밥 조갯살부추국 ⑤⑥⑱ 소고기파프리카볶음 ⑤⑥⑯ 오이무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	
오후간식	찐고구마 우유 ②	잼식빵 ①②⑤⑥ 우유 ②		어묵탕 ⑤⑥	로제소스스파게티 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱	
열량(Kcal)/단백질(g)	428.8/18.3	454.6/22.4		432.3/25.5	457.3/19.1	

날짜	8[월]	9[화]	10[수]	11[목]	12[금]	13[토]
오전간식	마시는요거트 ②	달걀당근죽 ①	미숫가루라떼 ②⑤	바나나 우유 ②	두부김죽 ⑤	시리얼 ⑤⑥ 우유 ②
점심	백미밥 흰살생선미역국 ⑤⑥ 닭살카레볶음 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ 배추나물무침 깍두기 ⑨	찰현미밥 애호박된장국 ⑤⑥ 돼지고기수육+양념장 ⑤⑥⑩ 두부깨소스무침 ①⑤⑥ 깍두기 ⑨	참치채소볶음밥 ⑤⑥ 버섯들깨탕 ⑤⑥ 지리멸치조림 ⑤⑥ 상추도토리묵무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	수수밥 어묵국 ⑤⑥ 소고기청경채볶음 ⑤⑥⑯ 숙주당근무침 깍두기 ⑨	백미밥 뼈없는돈육감자탕 ⑤⑥⑩ 달걀말이 ①⑤ 무생채 배추김치 ⑨	간장비빔국수 ⑤⑥ 군만두 ⑤⑥⑩⑯⑱ 가지볶음 ⑤⑥ 깍두기 ⑨
오후간식	카스텔라 ①②⑤⑥ 우유 ②	참외 두유 ⑤	찐감자 우유 ②	부추전 ①⑤⑥ 매실차	배 우유 ②	미니만주 ①②⑤⑥ 옥수수차
열량(Kcal)/단백질(g)	459.8/21.1	393.7/19.3	435/20.4	431.7/17.8	407.8/17	420.3/11.4

날짜	15[월]	16[화]	17[수]	18[목]	19[금]	20[토]
오전간식	양송이스프 ②⑤⑥⑮⑯	사과 우유 ②	파프리카스틱 떠먹는요거트 ②	닭살양파죽 ⑮	방울토마토 ⑫ 우유 ②	수제생블루베리우유 ②
점심	백미밥 순두부찌개 ⑤ 고등어구이 ⑤⑦ 양배추나물 깍두기 ⑨	기장밥 북어양파국 ⑤⑥ 닭찜 ⑤⑥⑮ 콩나물볶음 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	간장제육덮밥 ⑤⑥⑩ 배추된장국 ⑤⑥ 명엽채조림 ⑤⑥ 오이나물 ⑤⑥ 깍두기 ⑨	차조밥 두부된장국 ⑤⑥ 소고기채소볶음 ⑤⑯ 가지나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 유부장국 ⑤⑥ 생선가스 ①⑤⑥ 양상추샐러드+참깨드레싱 ①⑤⑥ 깍두기 ⑨	지리멸치주먹밥 ⑤ 무채된장국 ⑤⑥ 스크램블에그 ①②⑤ 배추김치 ⑨
오후간식	롤케이크 ①②⑤⑥ 우유 ②	물만두+양념장 ⑤⑥⑩⑯⑱	맘모스빵 ①②④⑤⑥ 유자차	찐고구마 우유 ②	잔치국수 ⑤⑥	밤식빵 ①②④⑤⑥ 우유 ②
열량(Kcal)/단백질(g)	413.8/17.3	429.9/22.2	447.4/17.7	423.7/18.8	409.2/17.2	411.6/15.5

날짜	22[월]	23[화]	24[수] 국없는날	25[목]	26[금]	27[토]
오전간식	새우살죽 ⑨	바나나 우유 ②	시리얼 ⑤⑥ 우유 ②	마시는요거트 ②	치즈채소죽 ②	멜론 우유 ②
점심	보리밥 만둣국 ①⑤⑥⑩⑯⑱ 소불고기 ⑤⑥⑯ 부추나물 깍두기 ⑨	백미밥 청경채된장국 ⑤⑥ 삼치살조림 ⑤⑥ 메추리알사과샐러드 ①⑤⑥ 배추김치 ⑨	돼지고기카레라이스 ②⑤⑥⑩⑫⑮⑯⑱ 어묵조림 ⑤⑥ 숙주나물 배추김치 ⑨	찰현미밥 오징어무국 ⑤⑥⑰ 닭살채소전 ①⑤⑥⑮ 양배추굴소스볶음 ⑤⑥⑱ 배추김치 ⑨	백미밥 소고기미역국 ⑤⑥⑯ 두부조림 ⑤⑥ 애호박볶음 ⑤ 깍두기 ⑨	크림스파게티 ②⑤⑥⑩⑮⑯⑱ 파프리카샐러드 ⑤⑥ 채소모둠피클 모닝빵 ①②⑤⑥
오후간식	배 우유 ②	김가루주먹밥 ⑤⑥ 둥글레차	참외 검은콩두유 ⑤	찐감자 우유 ②	머핀 ①②⑤⑥ 보리차	삶은달걀 ① 매실차
열량(Kcal)/단백질(g)	415.4/19.1	446.6/19.5	406.5/14.8	437.9/19.8	390.5/12.5	430.8/16.7

날짜	29[월]	30[화]
오전간식	떠먹는요거트 ②	소고기죽 ⑤⑥⑯
점심	백미밥 흰살생선무국 ⑤⑥ 떡갈비 ①⑤⑥⑩⑯ 가지볶음 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	차조밥 건새우배추국 ⑤⑥⑨ 간장닭볶음 ⑤⑥⑮ 감자나물 ⑤⑥ 깍두기 ⑨
오후간식	찐고구마 우유 ②	핫케이크 ①②⑤⑥ 우유 ②
열량(Kcal)/단백질(g)	446.1/20.7	451.8/20.9

원산지 표시						
	쌀*		배추김치*		콩*	
	밥 · 죽	누룽지	배추	고춧가루	두부	
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	축산물					
	소고기(국내산일 경우 육종 기입– 한우/육우/젖소)		돼지고기	닭고기	오리고기	
	주찬 · 부찬	국 · 죽				
	국내산(한우)	국내산(한우)	국내산	국내산	중국산	
	수산물					
	고등어	오징어	전복	흰살생선(명태)		
	국내산	국내산	국내산	러시아산		
	식육·수산 가공식품(진미채, 참치캔, 베이컨, 훈제오리 등)					
	진미채	참치캔	베이컨	훈제오리		
	오징어(페루산)	다랑어(원양산)	돼지고기(미국,네덜란드산)	오리고기(중국산)		

* 쌀: 백미, 현미, 찹쌀, 흑미, 유색미, 찐쌀 포함 / 배추김치: 얼갈이, 봄동 포함 / 콩: 두부류, 콩국수, 콩비지 포함

알레르기 유발식품	
	①알류(가금류) ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯ 소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 조개, 홍합포함) ⑲잣 ※ ⑬아황산류의 경우 표백제, 보존료, 산화방지제 등으로 사용되는 식품첨가물로, 대부분 식품에 포함되어 있습니다. ※ 자세한 내용은 식단 안내의 「식품알레르기 유발물질 표시」를 참고해 주세요.

기관명

2026년 6월 식단표
(3-5세 일반형)

▶발행처: 제주2어린이급식관리지원센터
▶담　당: 영양팀
▶발행일: 2026. 5. 15.

날짜	1[월]	2[화]	3[수]	4[목]	5[금]	6[토]
오전간식	소고기채소죽 ⑤⑥⑯	치즈 ② 감귤주스	지방선거	토마토 ⑫ 떠먹는요거트 ②	사과 우유 ②	현충일
점심	백미밥 청경채된장국 ⑤⑥ 돼지고기간장주물럭 ⑤⑥⑩ 게맛살양배추볶음 ①⑤⑥⑧ 깍두기 ⑨	기장밥 닭살무국 ⑤⑥⑮ 삼치살구이 ⑤⑥ 과일샐러드 ①⑤⑥⑫ 배추김치 ⑨		보리밥 얼갈이된장국 ⑤⑥ 훈제오리버섯볶음 ②⑤⑥⑯ 새우살애호박무침 ⑨ 깍두기 ⑨	백미밥 조갯살부추국 ⑤⑥⑱ 소고기파프리카볶음 ⑤⑥⑯ 오이무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	
오후간식	찐고구마 우유 ②	잼식빵 ①②⑤⑥ 우유 ②		어묵탕 ⑤⑥	로제소스스파게티 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱	
열량(Kcal)/단백질(g)	624.8/26.4	632.2/30.8		617.1/36.4	668.6/27.7	

날짜	8[월]	9[화]	10[수]	11[목]	12[금]	13[토]
오전간식	마시는요거트 ②	달걀당근죽 ①	미숫가루라떼 ②⑤	바나나 우유 ②	두부김죽 ⑤	시리얼 ⑤⑥ 우유 ②
점심	백미밥 흰살생선미역국 ⑤⑥ 닭살카레볶음 ②⑤⑥⑫⑮⑯⑱ 배추나물무침 깍두기 ⑨	찰현미밥 애호박된장국 ⑤⑥ 돼지고기수육+양념장 ⑤⑥⑩ 두부깨소스무침 ①⑤⑥ 깍두기 ⑨	참치채소볶음밥 ⑤⑥ 버섯들깨탕 ⑤⑥ 지리멸치조림 ⑤⑥ 상추도토리묵무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	수수밥 어묵국 ⑤⑥ 소고기청경채볶음 ⑤⑥⑯ 숙주당근무침 깍두기 ⑨	백미밥 뼈없는돈육감자탕 ⑤⑥⑩ 달걀말이 ①⑤ 무생채 배추김치 ⑨	간장비빔국수 ⑤⑥ 군만두 ⑤⑥⑩⑯⑱ 가지볶음 ⑤⑥ 깍두기 ⑨
오후간식	카스텔라 ①②⑤⑥ 우유 ②	참외 두유 ⑤	찐감자 우유 ②	부추전 ①⑤⑥ 매실차	배 우유 ②	미니만주 ①②⑤⑥ 옥수수차
열량(Kcal)/단백질(g)	626.6/29.2	605.7/29.7	634.3/29.7	629.1/25.7	592.4/24.6	646.6/17.6

날짜	15[월]	16[화]	17[수]	18[목]	19[금]	20[토]
오전간식	양송이스프 ②⑤⑥⑮⑯	사과 우유 ②	파프리카스틱 떠먹는요거트 ②	닭살양파죽 ⑮	방울토마토 ⑫ 우유 ②	수제생블루베리우유 ②
점심	백미밥 순두부찌개 ⑤ 고등어구이 ⑤⑦ 양배추나물 깍두기 ⑨	기장밥 북어양파국 ⑤⑥ 닭찜 ⑤⑥⑮ 콩나물볶음 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	간장제육덮밥 ⑤⑥⑩ 배추된장국 ⑤⑥ 명엽채조림 ⑤⑥ 오이나물 ⑤⑥ 깍두기 ⑨	차조밥 두부된장국 ⑤⑥ 소고기채소볶음 ⑤⑯ 가지나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	백미밥 유부장국 ⑤⑥ 생선가스 ①⑤⑥ 양상추샐러드+참깨드레싱 ①⑤⑥ 깍두기 ⑨	지리멸치주먹밥 ⑤ 무채된장국 ⑤⑥ 스크램블에그 ①②⑤ 배추김치 ⑨
오후간식	롤케이크 ①②⑤⑥ 우유 ②	물만두+양념장 ⑤⑥⑩⑯⑱	맘모스빵 ①②④⑤⑥ 유자차	찐고구마 우유 ②	잔치국수 ⑤⑥	밤식빵 ①②④⑤⑥ 우유 ②
열량(Kcal)/단백질(g)	601.6/24.9	626.3/32.5	640.4/24.5	616.9/27.3	594.6/24.8	598.3/22.1

날짜	22[월]	23[화]	24[수] 국없는날	25[목]	26[금]	27[토]
오전간식	새우살죽 ⑨	바나나 우유 ②	시리얼 ⑤⑥ 우유 ②	마시는요거트 ②	치즈채소죽 ②	멜론 우유 ②
점심	보리밥 만둣국 ①⑤⑥⑩⑯⑱ 소불고기 ⑤⑥⑯ 부추나물 깍두기 ⑨	백미밥 청경채된장국 ⑤⑥ 삼치살조림 ⑤⑥ 메추리알사과샐러드 ①⑤⑥ 배추김치 ⑨	돼지고기카레라이스 ②⑤⑥⑩⑫⑮⑯⑱ 어묵조림 ⑤⑥ 숙주나물 배추김치 ⑨	찰현미밥 오징어무국 ⑤⑥⑰ 닭살채소전 ①⑤⑥⑮ 양배추굴소스볶음 ⑤⑥⑱ 배추김치 ⑨	백미밥 소고기미역국 ⑤⑥⑯ 두부조림 ⑤⑥ 애호박볶음 ⑤ 깍두기 ⑨	크림스파게티 ②⑤⑥⑩⑮⑯⑱ 파프리카샐러드 ⑤⑥ 채소모둠피클 모닝빵 ①②⑤⑥
오후간식	배 우유 ②	김가루주먹밥 ⑤⑥ 둥글레차	참외 검은콩두유 ⑤	찐감자 우유 ②	머핀 ①②⑤⑥ 보리차	삶은달걀 ① 매실차
열량(Kcal)/단백질(g)	604.1/27.7	652.1/28.4	625.4/22.8	592.9/27.2	600.8/19.2	627.8/24.1

날짜	29[월]	30[화]
오전간식	떠먹는요거트 ②	소고기죽 ⑤⑥⑯
점심	백미밥 흰살생선무국 ⑤⑥ 떡갈비 ①⑤⑥⑩⑯ 가지볶음 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	차조밥 건새우배추국 ⑤⑥⑨ 간장닭볶음 ⑤⑥⑮ 감자나물 ⑤⑥ 깍두기 ⑨
오후간식	찐고구마 우유 ②	핫케이크 ①②⑤⑥ 우유 ②
열량(Kcal)/단백질(g)	603.3/27.4	660.1/30.5

원산지 표시						
	쌀*		배추김치*		콩*	
	밥 · 죽	누룽지	배추	고춧가루	두부	
	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	
	축산물					
	소고기(국내산일 경우 육중 기입- 한우/육우/젖소)		돼지고기	닭고기	오리고기	
	주찬 · 부찬	국 · 죽				
	국내산(한우)	국내산(한우)	국내산	국내산	중국산	
	수산물					
	고등어	오징어	전복	흰살생선(명태)		
	국내산	국내산	국내산	러시아산		
	식육·수산 가공식품(진미채, 참치캔, 베이컨, 훈제오리 등)					
	진미채	참치캔	베이컨	훈제오리		
	오징어(페루산)	다랑어(원양산)	돼지고기(미국,네덜란드산)	오리고기(중국산)		

* 쌀: 백미, 현미, 찹쌀, 흑미, 유색미, 찐쌀 포함 / 배추김치: 얼갈이, 봄동 포함 / 콩: 두부류, 콩국수, 콩비지 포함

알레르기 유발식품	
	①알류(가금류) ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯ 소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 조개, 홍합포함) ⑲잣 ※ ⑬아황산류의 경우 표백제, 보존료, 산화방지제 등으로 사용되는 식품첨가물로, 대부분 식품에 포함되어 있습니다. ※ 자세한 내용은 식단 안내의 「식품알레르기 유발물질 표시」를 참고해 주세요.