

2024년 02월 식단표  
(만 1-2세 혼합형)

\* 발행처 : (어린이급식소 명)  
\* 발행일 : (식단 제공일)  
\* 원 장 :

\* 출처 : 수영구어린이급식관리지원센터 영양팀

요일	월	화	수	목	금	토
날짜				1	2	3
오전간식	<div>[만 1~2세 점심 및 간식 식단 안내]</div> <div>- 본 식단은 중앙급식관리지원센터 식단을 기준으로 하여 개발합니다.</div> <div>- 오전간식 주별 제공 형태 : 과일류 3회, 죽류 2회</div> <div>- 오후간식 주별 제공 형태 : 주제 간식류 2회, 자연식품 1회, 빵·떡류 1~2회</div> <div>- 칼슘 섭취를 위해, 간식으로 주 3회 이상 우유 및 유제품(♣)을 제공합니다.</div> <div>- 주 3회 이상 무기질과 비타민 등의 영양소 파괴를 최소화한 간식(♥)을 제공합니다.</div>			양배추김죽	♥배	♣두유⑤
점심				혼합잡곡밥 안매운육개장⑤⑥⑩ 채소달걀말이①⑤ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 돈육장조림⑤⑥⑩ 유채나물⑤⑥ 배추김치⑨	차수수밥 조갯살맑은국⑩ 쇠갈비찜⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식				유부초밥⑤⑥	소보로빵①②④⑥/ ♣우유②	미숫가루⑤/♣우유②
열량(kcal)/단백질(g)				442/17	448/17	460/21
날짜	5	6	7	8	9	10
오전간식	♥바나나	게살죽①⑤⑥⑧	♥굴	브로콜리죽⑤⑥	휴일	설날
점심	현미잡곡밥 가지된장국⑤⑥ 두부스테이크①⑤⑥⑫ 볼어묵볶음⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 복엿국⑤⑥ 닭가슴살채소볶음⑤⑥⑮ 연근조림⑤⑥ 깍두기⑨	돈육데리야끼덮밥⑤⑥⑩ 건새우된장국⑤⑥⑨ 마카로니샐러드+마요네즈 ①⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 쇠고기떡국⑩ 순살가자미구이⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 깍두기⑨		
오후간식	치즈스틱②⑤	프렌치토스트①②⑥/ ♣우유②	♥편고구마/♣우유②	유과/♣우유②		
열량(kcal)/단백질(g)	444/20	457/20	442/15	461/15		
날짜	12	13	14	15	16	17
오전간식	대체휴일	대구살죽	♥딸기	전복죽⑩	♥사과	♣두유⑤
점심		백미밥 혼합살미역국⑤⑥⑩ 토마토스크램블에그①②⑤⑫ 잔멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨	참치채소볶음밥⑤⑥ 무채국⑤⑥ 버섯탕수⑤⑥ 배추김치⑨	혼합잡곡밥 냉이된장국⑤⑥ 쇠고기파프리카볶음⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨	참살현미밥 시락국⑤⑥ 돼지주물럭⑤⑥⑩ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	치킨마요덮밥①⑤⑥⑫⑮ 우동국물⑤⑥ 옥수수전⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식		♥편감자/♣우유②	카스테라①②⑥/♣우유②	잔치국수⑤⑥	떡볶이⑤⑥/♣우유②	미숫가루⑤/♣우유②
열량(kcal)/단백질(g)		423/19	444/15	440/16	428/16	440/18
날짜	19	20	21 국없는날	22	23	24
오전간식	♥바나나	참쌀당근죽	♥배	안매운김치죽⑤⑥⑨	♥딸기	♣검은콩두유⑤
점심	차수수밥 게살탕①⑤⑥⑧⑨ 쇠고기참쌀구이⑤⑩ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	기장밥 열무된장국⑤⑥ 순살삼치구이⑤⑥ 숙주나물⑤⑥ 깍두기⑨	짜장덮밥⑤⑥⑩ 군만두⑤⑥⑩ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨	흑미밥 다시마미소장국⑤⑥ 오리부추볶음⑤⑥ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	현미잡곡밥 쇠고기뭇국⑩ 두부구이+양념장 우영채조림⑤⑥ 배추김치⑨	해물덮밥⑤⑨⑩⑫⑮ 호박된장국⑤⑥ 감자튀김⑤ 배추김치⑨
오후간식	김가루주먹밥⑤⑥	♥편단호박/♣우유②	모닝빵①②⑥/♣우유②	새우전①⑤⑥⑨	시리얼+♣우유②	♣떠먹는요구르트②
열량(kcal)/단백질(g)	458/14	400/17	448/17	428/15	415/16	408/17
날짜	26	27	28	29	생일식단	
오전간식	♥사과	애호박죽⑤⑥	♥배	흑임자죽	♥파인애플	
점심	기장밥 바지락맑은국⑩ 돼지고기찜⑤⑥⑩+쌈장⑤⑥ 상추초무침⑤⑥ 배추김치⑨	참살현미밥 채개장⑤⑥ 새송이메추리알장조림①⑤⑥ 건파래자반 깍두기⑨	쇠고기채소볶음밥⑤⑥⑩ 유부장국⑤⑥ 푸실리샐러드⑤⑥⑫ 배추김치⑨	백미밥 근대된장국⑤⑥ 해물동그랑땡구이⑤ 봄동나물⑤⑥ 깍두기⑨	혼합잡곡밥 새우살미역국⑤⑥⑨ 쇠고기잡채⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	
오후간식	크로와상+딸기잼①②⑥/ ♣우유②	♥편고구마/♣우유②	수제블루베리바나나우유②	절편/♣우유②	케이크①②⑥/♣우유②	
열량(kcal)/단백질(g)	445/20	452/15	415/14	453/15	442/14	

- 만 3-5세 혼합형 점심 식단과 다른 메뉴는 노란색으로 표시됩니다.  
- 제철 식재료가 들어간 메뉴는 파란색(냉이,봄동,유채나물,우영,바지락,삼치,사과,딸기)으로 표시됩니다.

[알레르기유발식품 19가지]

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 \*⑬야황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기  
⑰오징어 ⑱조개류(굴, 홍합, 전복 포함) ⑲갯

\*⑬번 야황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. (별도표기안함)

이 달의 식재료 원산지 표시 ※ 본 식단은 식재료의 공급 현황에 따라 동일한 식품군 및 조리법으로 변동될 수 있습니다.

밥		누룽지		죽		배추김치		콩			식육·어육가공품 (햄, 소시지, 베이컨, 양념육류 등 품목 기재)							
백미:	산	백미:	산	백미:	산	배추	두부류	콩비지	어묵	게맛살	참치캔	치킨	가쓰오부시	해물동그랑땡				
						산	산	산	산	산	원양산	산	산	산	산	산		
						고춧가루	수산물				쇠고기		돼지고기		닭고기	오리고기		
현미:	산	현미:	산	현미:	산	산	전복	오징어				국내산	수입산		산	산	산	
							산	산	산	산	산	산	한우, 육우, 젓소	산				
흑미:	산	흑미:	산	흑미:	산													
참쌀:	산	참쌀:	산	참쌀:	산													

# 2024년 02월 식단 원산지 표시판

\* 발행처 : (어린이 급식소 명)  
\* 발행일 : (식단 제공일)  
\* 원장 :

※ 일괄 표시한 원산지와 다른 음식을 제공할 경우 음식명 별 원산지를 기재하여야 함

농·축·수산물 (29)		원산지 표시 대상 품목
농산물 (3)		배추김치(원료 중 고춧가루 포함), 쌀(밥, 죽, 누룽지), 콩(두부류, 콩국수, 콩비지) *해당 농산물가공품 포함
축산물 (6)		소고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소(유산양포함) *식육, 포장육, 식육가공품 포함
수산물 (20)		넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 낙지, 명태(황태, 북어 등 건조한 것은 제외) 고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미, 가리비, 멍게, 방어, 전복, 부세 *해당 수산물 가공품 포함

원산지 일괄 표시										
밥·죽·누룽지		배추김치		콩		쇠고기		돼지고기	닭고기	오리고기
		배추	고춧가루	두부류	콩비지	국내산	외국산			
백미		산	산	산	산	한우	산	산	산	산
현미						육우				
흑미						젓소				
잡쌀										
수산물 (명태, 고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 전복 등)				가공품류(농산물·식육·어육 가공품)						
		산		산		산		산		산
		산		산		산		산		산
		산		산		산		산		산
		산		산		산		산		산

음식명 별 원산지 안내							
날짜	음식명	품목	원산지	날짜	음식명	품목	원산지
예시	참치채소볶음	참치캔	다랑어-원양산				