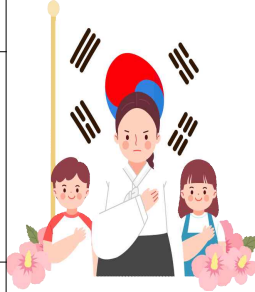


		2026년 8월 급식 식단표			내원정사 유치원 영양사 홍은지	
요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	
일자	3일	4일	5일	6일	7일	
오전간식						
중 식						
방과후반간식						
열량/단백질/칼슘/철	*여름방학*					
일자	10일	11일	12일	13일	14일(말복)	
오전간식	절편	크림스프 (2,5,6,13,15,16)	인절미	떠먹는요플레(2)	미역죽	
중 식	수수밥 어묵무국(5,6) 안동 찜닭(5,6,15) 숙주나물무침 배추김치(5,6,9,13)	잡곡밥 순두부찌개(5) 동그랑땡 (1,5,6,10,16) 곤약떡조림(5,6) 배추김치(5,6,9,13)	기장밥 호박된장국(5,6) 팝콘치킨(1,2,5,6,10,15)/소스(1,2,5,6,12,15,16,18) 미역줄기볶음 배추김치(5,6,9,13)	백미밥 콩나물냉국(5) 돈불고기(5,6,10) 양배추찜/쌈장(5,6) 배추김치(5,6,9,13)	백미밥 삼계탕(15) 새송이버섯볶음 오이양파무침 배추김치(5,6,9,13)	
방과후반간식	애호박간장국수(3,5,6)	모닝빵(1,2,5,6)/딸기잼	제철과일	양념주먹밥(5,6)	화채	
열량/단백질/칼슘/철	356.4/11.9/65.36/0.74	397.2/20.61/78.48/2.91	390.5/16.11/69.54/1.66	366.4/11.5/34.2/0.69	418.5/22/41.18/1.05	
일자	17일	18일	19일(생일)	20일	21일	
오전간식		쇠고기스프 (2,5,6,10,16)	작은요구르트(2)	우유(2)	콩나물죽(5)	
중 식		현미밥 참치김치찌개 (5,6,9,13) 온두부/양념장(5,6) 애호박볶음(5,6) 배추김치(5,6,9,13)	팔밥 소고기미역국(5,6,16) 파프리카어묵잡채 (5,6) 계절나물무침 배추김치(5,6,9,13)	차조밥 오이냉국 양념닭볶음(5,6,15) 근대나물무침(5,6) 배추김치(5,6,9,13)	삼색나물비빔밥(5,6) 아욱된장국(5,6) 탕수육/소스(6,10) 배추김치(5,6,9,13)	
방과후반간식		냉우동(6)	제철과일	잔치국수(6)	삶은달걀(1)	
열량/단백질/칼슘/철	*대채공휴일(광복절)*	363.3/12.49/51.61/1.1	377.6/10.5/66.67/1	369.8/12.31/38.56/0.89	367.8/11.87/192.61/4.66	
일자	24일	25일	26일	27일	28일	
오전간식	인절미	옥수수스프 (2,5,6,10,16)	백설기	마시는요구르트(2)	달걀죽(1)	
중 식	잡곡밥 목채냉국 생선까스(5,6)/소스(1,2,5) 브로콜리참깨무침 배추김치(5,6,9,13)	기장밥 쇠고기숙주국(5,6,16) 두부조림(5,6) 김자반(5,6) 배추김치(5,6,9,13)	수수밥 미역냉국 돈육참스테이크 (5,6,10,12) 배추겉절이 배추김치(5,6,9,13)	현미밥 부대찌개 (2,5,6,10,15,16) 채소달걀찜(1) 감자채볶음 배추김치(5,6,9,13)	닭살파프리카볶음밥 (5,6,15) 가쓰오장국(5,6) 일미채무침(5,6) 배추김치(5,6,9,13)	
방과후반간식	수제비(5,6)	케찹떡볶이(12)	제철과일	김가루주먹밥	냉국수(5,6)	
열량/단백질/칼슘/철	433.1/13.94/63.81/2.54	345.3/17.21/71.8/1.4	368.5/10.01/71.76/2.18	484.8/15.98/60.47/1.78	375.8/29.19/76.2/1.92	
일자	31일					
오전간식	콩설기					
중 식	백미밥 황태두부국(5,6) 소세지야채볶음 (5,10,16) 불어육조림(5,6) 배추김치(5,6,9,13)					
방과후반간식	씨리얼(5,6)/우유(2)					
열량/단백질/칼슘/철	372.2/13.8/22.66/0.33					
기타 사항	※원산지 표시 쇠고기(국내산), 돼지고기(국내산), 닭고기(국내산), 김치(배추,고춧가루:국내산), 미트볼(국내산),치킨팝콘(국내산) 쌀(국내산), 돈가스(국내산), 두부(콩:수입산), 명태포(러시아산), 일미(페루산), 아귀채(중국산) ※알레르기 유발 식품표시 :1.난류 2.우유 및 유제품 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀가루 7.고등어 8.게 9.새우 10.돈육 11.복숭아 12.토마토 13.아황산염 14.호두 15.닭고기 16.소고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 19.잰 ※식단은 유치원의 사정에 따라 다소 변경 될 수 있습니다.					