

# 2026년 4월 식단

기관명	우송유치원
발행일	2026. 03. 13.
작성자	영양팀

	월(Mon)	화(Tue)	수(Wed)	목(Thu)	금(Fri)
			1	2	3
오전 간식			초코빵⑥, 우유②	백설기, 오미자차	3,4세:딸기요거트②, 우리밀크래커②⑥ 5세:밀크롤인⑥, 애플키워즈스
점심	<b>▶ 알레르기 유발물질</b> ①난류 ②우유 ③메밀 ④콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함) ⑲잣 ※식재료 수급 상황 및 유치원 사정 등에 의해 식단이 부득이하게 변경될 수 있음을 알려드립니다. <b>소유아요리활동</b>		흑미밥 쇠고기뭇국⑤⑥⑩ 두부구이 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 배	백미밥 애호박된장국⑤⑥ 닭살채소볶음⑤⑥⑮ 어묵조림⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 한라봉	검정콩밥⑤ 콩나물국⑤ 버섯소불고기⑤⑥⑩ 오이무침⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 딸기
오후 간식			꼬마김밥①, 보리차	소고기토마토스파게티⑩ 옥수수차	궁중떡볶이⑤⑥⑩, 결명자차
열량/단백질			613/26	609/29	651/23
	6	7	8	9	10
오전 간식	밀크롤인⑥, 우유②	찐감자, 유자차	완두양금빵①⑥, 우유②	블루베리요플레②, 유기농현미팝스낵	식빵샌드②⑥, 사과, 보리차
점심	수수밥 순두부찌개⑤⑥⑩ 달걀찜① 감자채볶음⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 딸기	기장밥 두부된장국⑤⑥ 순살닭갈비⑤⑥⑮ 김구이 배추김치⑨ 후식: 배	돈육짜장밥⑤⑥⑩ 달걀찜⑤⑥① 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 샤인머스켓푸딩	흑미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑩ 계란말이① 한식잡채⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 딸기	<b>❀ 봄 소풍 ❀</b>
오후 간식	조랭이떡국⑤⑥⑩	유부우동⑤⑥	꼬마유부초밥⑤, 동글레차	감자달걀샌드위치①⑤⑥ 오렌지주스	떡만두국⑥⑩
열량/단백질	617/28	644/30	616/25	636/21	666/30
	13	14	15	16	17
오전 간식	꿀떡, 옥수수차	카스테라⑥, 우유②	삶은계란, 사과	플레인요거트②, 우리밀곡물와플①②⑤⑥	스틱브레드⑥, 배, 결명자차
점심	기장밥 근대된장국⑤⑥ 간장제육볶음⑤⑥⑩ 새송이버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 배	수수밥 황태뭇국⑤⑥ 달걀말이① 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 딸기	새우볶음밥⑤⑥⑨ 배추된장국⑤⑥ 멸치볶음⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 유산균요구르트	흑미밥 감자국⑤⑥ 쇠고기근약장조림⑤⑥⑩ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 딸기	백미밥 닭곰탕⑤⑥⑮ 해물동그랑탕⑤⑥⑰ 우엉조림⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 사과
오후 간식	프렌치토스트①②⑥, 우유②	꼬마김밥①, 보리차	감자스프⑤⑥, 모닝빵⑥	짜장면⑤⑥⑮, 보리차	고기만두⑤⑥⑩, 옥수수차
열량/단백질	672/24	620/19	639/28	651/23	642/24
	20	21	22	23	24
오전 간식	3세:초코빵⑥, 우유② 4,5세 햄치즈빵⑥, 우유②	찐고구마, 보리차	플레인식빵⑥, 애플키워즈스	딸기요거트②, 전병①⑥	마들렌⑥, 동글레차
점심	흑미밥 느타리버섯된장국⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑩⑮ 감자양파볶음⑤ 배추김치⑨ 후식: 배	수수밥 애호박맑은국⑤⑥ 두부구이 숙주나물무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 딸기	쇠고기하이라이스⑤⑥⑩ 유부된장국⑤⑥ 진미채조림⑤⑥⑰ 깍두기⑨ 후식: 블루베리	기장밥 미역국⑤⑥ 생선까스⑤⑥ 양상추오이샐러드⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 사과	수수밥 열갈이된장국⑤⑥ 닭볶음탕⑤⑥⑮ 애호박나물⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 배
오후 간식	소고기주먹밥⑩, 옥수수차	어묵우동⑥	감자버터구이②, 포도주스	잔치국수②⑥, 배	떡국⑤⑥⑩
열량/단백질	656/21	609/29	677/22	674/28	644/30
	27	28	29	30	
오전 간식	꿀떡, 옥수수차	미니치즈롤인⑥, 우유②	단팥빵⑥, 우유②	블루베리요플레② 유기농현미팝스낵	
점심	기장밥 콩나물국⑤ 돼지고기볶음⑤⑥⑩ 오이새콤무침 배추김치⑨ 후식: 배	수수밥 아욱된장국⑤⑥ 표고버섯쇠불고기⑤⑥⑩ 깻잎볶음⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 딸기	닭살카레라이스⑤⑥⑮ 어묵뭇국⑤⑥ 연근조림⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 참다래	흑미밥 시래기된장국⑤⑥ 수육 양배추쌈+쌈장⑤⑥ 깍두기⑨ 후식: 사과	
오후 간식	베이컨크림스파게티②⑤⑥⑩ 결명자차	소수제비⑤⑥	짜장떡볶이⑩, 보리차	햄치즈샌드위치⑥, 오렌지주스	
열량/단백질	640/25	680/26	616/25	604/23	

★ 급식 식재료의 원산지 및 영양표시, 알레르기 표시제, 식단사진을 학교 홈페이지에 게시하고 있습니다.

원산지 표시	쌀			콩		닭고기	돼지고기	소고기		깍두기		배추김치		
	백미	흑미	수수	순두부	두부			국거리용	볶음	고춧가루	배추	고춧가루	배추	
		국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산(한우)	국산(한우)	국산	국산	국산	국산
		수산물			가공식품 (식육 수산)				너비아니	만두	진미채	생선까스	해물동그랑탕	어묵
		새우	삼치	황태					돼지고기	돼지고기	밀	오징어	민대구	오징어
	베트남산	국산	러시아산					국산	국산	외국산	페루산	국산	외국산	중국산