

# 2026년 5월 식단

기관명	우송유치원
발행일	2026. 04. 15.
작성자	영양팀

	월(Mon)	화(Tue)	수(Wed)	목(Thu)	금(Fri)
	4	5	6	7	8
오전 간식	꿀떡, 옥수수차		복숭아요거트② 유기농현미팝스낵	초코빵⑥, 우유②	삶은계란, 사과
점심	기장밥 유부된장국⑤⑥ 생선까스+타르타르소스⑤⑥ 양상추오이요거트샐러드② 배추김치⑨ 후식: 딸기	<b>어린이날</b>	닭살카레라이스⑤⑥⑩ 열무된장국⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 밀감푸딩	수수밥 들깨미역국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑩ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨ 후식: 블루베리	백미밥 닭곰탕⑤⑥⑩ 달걀말이① 김구이 각두기⑨ 후식: 딸기
오후 간식	바나나롤⑥, 우유②		꼬마김밥①, 보리차	유부우동⑤⑥	궁중떡볶이⑩, 결명자차
열량/단백질	674/28		616/25	680/26	617/28
	11	12	13	14	15
오전 간식	백설기, 매실차	찐고구마, 배	완두앙금빵①⑥ 우유②	5세 스트링치즈②, 사과 3세, 4세 스트링치즈②, 딸기쉐이크②	순식빵샌드⑥, 우유②
점심	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ 도토리묵무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 딸기	백미밥 달걀국①⑤⑥ 떡갈비구이⑤⑥⑩⑫ 숙주나물무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 블루베리	돼지고기짜장밥⑤⑥⑩ 유부국⑤⑥ 오이새콤무침⑤ 각두기⑨ 후식: 유산균요구르트②	기장밥 조랭이떡국⑤⑥ 안동찜닭⑤⑥⑩ 시금치무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 참다래	백미밥 순두부찌개⑤⑥ 삼치구이 연근조림⑤⑥ 각두기⑨ 후식: 식혜
오후 간식	핫도그⑥⑩, 결명자차	소고기토마토파파레(파스타)⑩ 옥수수차	꼬마유부초밥⑤, 등글레차	짜장면⑤⑥⑩, 보리차	조랭이떡국⑩
열량/단백질	672/24	656/21	616/25	644/30	666/30
	18	19	20	21	22
오전 간식	꿀떡, 옥수수차	찐감자, 배	카스테라⑥, 우유②	딸기요거트② 우리밀곰물와플①②⑤⑥	플레인식빵⑥, 우유②
점심	수수밥 감자양파국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑩ 마늘중조림⑤⑥ 각두기⑨ 후식: 참외	수수밥 닭곰탕⑤⑥⑩ 두부구이 느타리버섯나물볶음⑤⑥ 각두기⑨ 후식: 블루베리	새우볶음밥⑤⑥⑨ 콩나물국⑤ 어묵볶음⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 사인머스켓푸딩	백미밥 아욱된장국⑤⑥ 돼지고기볶음⑤⑥⑩ 진미채조림⑤⑥ 각두기⑨ 후식: 참다래	흑미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 닭살채소볶음⑤⑥⑩ 한식잡채⑤⑥ 각두기⑨ 후식: 과일화채
오후 간식	프렌치토스트①②⑥, 우유②	크림스프+파스티나② 결명자차	소고기주먹밥⑩, 옥수수차	잔치국수①⑥, 배	떡만두국⑥⑩
열량/단백질	680/26	642/24	639/28	640/25	672/24
	25	26	27	28	29
오전 간식		백설기, 매실차	단팥빵⑥, 우유②	블루베리요플레② 유기농쌀떡튀밥	삶은계란, 사과
점심	<b>부처님 오신날</b>	기장밥 두부된장국⑤⑥ 함박스테이크①⑤⑥⑩⑫ 팽이버섯볶음⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 참다래	쇠고기하이라이스⑤⑥⑩ 유부무국⑤⑥ 시금치무침⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 유산균요구르트②	백미밥 황태무국⑤⑥ 달걀찜① 탕평채①⑤⑥ 배추김치⑨ 후식: 배	흑미밥 떡만두국①⑤⑥⑩ 두부데리야끼구이⑤⑥ 멸치조림⑤⑥ 각두기⑨ 후식: 식혜
오후 간식		비엔나소시지토마토콘킬리에⑩ 옥수수차	떡국⑤⑥⑩	햄치즈샌드위치⑥⑥⑩ 오렌지주스	고기만두⑤⑥⑩, 옥수수차
열량/단백질		656/21	677/22	620/19	609/29

▶ 알레르기 유발물질

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

※식재료 수급 상황 및 유치원 사정 등에 의해 식단이 부득이하게 변경될 수 있음을 알려드립니다. **순유아요리활동**

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

원산지 표시	쌀			콩		닭고기	돼지고기	소고기		각두기		배추김치		
	백미	흑미	수수	순두부	두부			국거리용	볶음	고춧가루	배추	고춧가루	배추	
	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산	국산(한우)	국산(한우)	국산	국산	국산	국산
	수산물			가공식품 (식육 수산)			떡갈비	만두	함박스테이크	생선까스	유부	어묵		
새우	삼치	황태				돼지고기	돼지고기	밀	돼지고기	민대구	대두	연육		
베트남산	국산	러시아산				국산	국산	외국산	국산	국산	국산	중국산		