



2024년

대구광역시 동구

어린이 급식소

영양관리지침



대구시동구 어린이급식관리지원센터

Center for Children's Foodservice Management





CONTENTS

Part 1	식단	1
1.	식단관리	1
1-1.	어린이 제공 식단 열량 및 단백질	1
1-2.	제공 식단의 종류	2
2.	식단감수	3
2-1.	기준 및 일정	3
2-2.	요청 시 주의사항	4
3.	식단 온라인 정보 공시	5
3-1.	정보 공시 방법	5
3-2.	정보 공시 내용	5
Part 2	급식제공	7
1.	식품알레르기 관리	7
1-1.	기준	7
1-2.	식품알레르기 대처 방법	7
1-3.	식품알레르기 대체 식품	8
1-4.	식품알레르기 대체 메뉴	8
2.	국 염도 관리	9
2-1.	기준	9
2-2.	부모 안내	9
2-3.	염도계 관리방법	10

Part 3 조리 및 배식, 기타사항 11

1. 표준레시피 활용	11
1-1. 표준레시피란?	11
1-2. 표준레시피 활용 방법	11
1-3. 표준레시피 컨설팅	12
2. 조리 및 배식 유의사항	12
2-1. 제공메뉴 유형별 조리 유의사항	12
2-2. 제공메뉴 유형별 배식 유의사항	13
3. 1인 1회 적정 배식량	16
4. 어린이 기호식품 품질인증표시	19

Part 4 영양관리 순회방문 20

1. 영양관리 체크리스트 매뉴얼	20
1-1. 어린이집·유치원	20
1-2. 기타시설	21
2. 영양관리 컨설팅	23
2-1. 대상	23
2-2. 진행방법	23
2-3. 세부내용	23

Part 5 참고자료, 서식 24

1. 참고자료 - 2024년 식단 운영 방향	23
1-1. 2024년 식단 운영	24
1-2. 2024년 레시피 운영	25
1-3. 생일·방학·대체·조리사대체식단	25
2. 서식	30
[서식 1] 식단감수 요청서	31
[서식 2 - ①] 식품알레르기 조사서	32
[서식 2 - ②] 식품알레르기 급식관리(현황)	33
[서식 3] (예시) 급식운영일지	34
[서식 4] 자가 점검 영양관리 체크리스트	35

PART 1. 식단

1 식단관리

- 대구광역시 동구 어린이급식관리지원센터에서 개발한 영양관리 지침서를 토대로 운영한다.

1.1 어린이 제공 식단 열량 및 단백질

- 제공 식단의 열량은 1일 에너지 필요 추정량 대비 오전 간식 8%, 점심 28%, 오후 간식 10%이다.
- 초등학생(만 6-11세)의 경우 남녀 영양소 섭취기준 평균값으로 산출한다.
- 열량 및 단백질의 경우 2020 한국인 영양소 섭취기준(한국영양학회, 2020)을 참고한다.
- 제공 식단의 연령 구분(2020 한국인 영양소 섭취기준 적용)

구분		제공 식단
영아	만 0-5개월	이유식용
	만 6-11개월	
유아	만 1-2세	만 1-2세 식단
	만 3-5세	만 3-5세 식단
아동	만 6-8세	초등학생용
	만 9-11세	

- 제공 식단 열량 및 단백질

구분	열량(kcal)	단백질(g)
만 1-2세(점심+오전/오후간식)	390-440kcal	15-25g(일 20g 이상 기준)
만 3-5세(점심+오전/오후간식)	600-680kcal	20-30g(일 25g 이상 기준)
만 1-2세(저녁)	240-260kcal	7-15g

구분		열량(kcal)	단백질(g)
만 3-5세(저녁))		370-400kcal	10-20g
초등학생(저녁+오후간식)		710-870Kcal	41g(20g이상)
이유식(점심)	초기	25-30kcal	1g 이상
	중기	60-70kcal	3-4g 이상
	후기	100-120kcal	4-6g 이상

1.2 제공 식단의 종류

- 식단 9종, 표준레시피 5종(오전죽식형, 일반식형, 오전죽식전용, 연장식형, 초등학생용)을 제공한다.(표준레시피 내 만 1-2세와 만 3-5세 함께 표시)

	식단의 종류	연령	구성
1	오전죽식형	만 1-2세	오전간식(죽) 점심 오후간식
2		만 3-5세	
3		만 1-2세 전용	
4	일반식형	만 1-2세	오전간식(죽 또는 과일) 점심 오후간식
5		만 3-5세	
6	연장식형	만 1-2세	저녁
7		만 3-5세	
8	이유식형	만 4-11개월	점심
9	초등학생용	만 6-11세	저녁, 간식

2 식단감수

2.1 기준 및 일정

- 식단감수가 필요한 경우: 기관의 특성이나 기호도에 따라 식단을 수정해야 하는 경우
- 식단감수가 불필요한 경우: 동일 식품군 및 조리법으로 수정하는 경우
 - 동일 식품군 및 조리법으로 식단을 수정할 경우 식단감수가 불필요하다. 그러나 동일 식품 및 조리법으로 대체한 경우 1개월 중 50%미만으로 한정한다.

구분	일반메뉴	대체식품
식사	곡류(잡곡밥)	모든 종류의 잡곡류 (기장밥↔현미밥↔보리밥↔수수밥↔현미밥 등)
	김치	모든 종류의 김치류 (백김치↔배추김치↔깍두기↔오이소박이 등)
간식	곡류(떡)	백설기↔시루떡↔바람떡↔송편↔증편 등 (인절미, 찹쌀떡 주의)
	곡류(빵)	크림빵↔피자빵↔옥수수빵↔잼샌드위치↔카스테라↔소보로빵 등 (당분과 지방함량이 많은 빵 주의)
	과일	모든 종류의 과일 (딸기↔키위↔사과↔바나나↔귤↔포도 등)
	채소	모든 종류의 채소(스틱) (오이스틱↔파프리카스틱↔방울토마토 등)
	우유 및 유제품 (두유 포함)	두유↔우유↔플레인요구르트↔치즈 등 ※ 우유에 대한 식품알레르기 대체로 두유 허용
동일 식품 군	육류	소↔돼지↔닭↔오리 교차변경 가능 ※ 닭↔치킨너겟(X), 돼지↔햄구이(X), 쇠고기장조림↔두부간장조림(X)
	달걀·두부	달걀↔두부 교차변경 가능 (달걀찜↔연두부찜, 달걀말이↔두부구이, 달걀장조림↔두부간장조림) ※ 달걀후라이↔소시지구이(X)
	등푸른생선 (생물에 한해서 변경)	고등어↔꽁치↔정어리↔청어↔삼치↔참치↔연어 등 ※ 같은 생선이라도 조리법이 바뀌는 경우 식단감수 실시 고등어구이↔고등어조림(X), 고등어구이↔삼치구이(O)

구분	일반메뉴	대체식품
	흰살생선 (생물에 한해서 변경)	임연수↔가자미↔갈치↔동태↔대구↔도미↔조기 등 가자미구이↔가자미조림(X),,가자미구이↔임연수구이(O)
	채소류(녹색)	시금치↔열무↔근대↔비타민↔청경채↔호박↔쑥갓↔아욱↔부추↔깻잎↔상 추 등
	채소류(흰색)	콩나물↔숙주나물↔배추↔양배추↔도라지↔무 등

○ 식단감수가 불가한 경우

- 과자, 라면 등 인스턴트 식품으로의 변경 요청
- 방학기간이나 가정학습기간 등에 간편식(단일메뉴)메뉴 요청
- 만 1-2세와 만 3-5세 밥 종류 통일 요청(단, 부모동의서를 받은 경우 가능)

○ 일정



- 감수요청서는 매월 23일까지 센터로 발송한다.(메일: donggu365@naver.com)
- 매월 25일까지 감수한 식단을 요청기관으로 메일 발송한다.
- 23일 이후 요청 건에 대해서는 감수를 진행하지 않는다.

2.2 요청 시 주의사항

- 소풍, 현장학습, 가정에서 이유식 지참 등 외부에서 급식을 하게 되는 경우 간편식(단일메뉴)을 허용하나 부모에게 사전 공지 및 동의를 얻어야 한다.
- 이유식 후기의 어린이 중 발달 연령에 따라 일반식을 제공하기를 희망하는 경우 사전 동의를 얻어야 한다.
- 토요일 급식을 제공하지 않는 기관의 경우 운영위원회 회의록 등을 통해 관련 내용에 대한 부모 동의를 얻어야 한다.
- 월 10건 이내 수정요청 건에 한해 감수를 진행한다.

3 식단 온라인 정보 공시

3.1 정보 공시 방법

- 임신육아종합포털아이사랑: <http://www.childcare.go.kr> 접속
- 기관의 영양 및 환경 위생 ▶ 급식실시 현황에 식단표 게시

3.2 정보 공시 내용



- 1 발행처 및 발행일
등록된 센터 로고
- 2 어린이 연령구분
만 1-2세/ 만 3-5세
- 3 담당자
영양사 이름
- 4 식단안내문
식단표와 함께 게시



- 5 열량 및 단백질
- 6 원산지 표시
★ 쇠고기품종, 식육가공품, 어육가공품, 다량어, 주꾸미 포함
- 7 식품알레르기 유발물질 표기
⑬아황산류는 식단표에 설명문 형식으로 표기
- 8 주 3회 채소·과일 제공
구체적인 식재료명 표기
- 9 가공식품 지양 준수
핫도그, 냉동식품 등
- 10 메뉴명 타당성
정확한 레시피 전달

NO	항목	방법
1	발행처 및 발행일	발행처와 발행일을 명시한다.(센터 로고 포함)
2	어린이 연령 구분	연령별 구분 메뉴를 제공한다. (영아기: 이유식, 유아기: 만 1-2세, 만 3-5세)
3	영양사 이름	영양사 이름을 명시한다. (개인 영양사의 경우 영양사면허번호 기입)
4	식단안내문	식단 관련 세부설명이 작성된 안내문을 함께 게시한다.
5	열량 및 단백질	영양소 성분을 명시한다.

NO	항목	방법
6	원산지 표시	사용하는 식재료에 대한 원산지를 표시한다.
7	식품알레르기 유발물질 표기	식품알레르기 유발물질에 해당하는 경우 번호로 표시한다.
8	주 3회 채소과일 제공	구체적인 메뉴명을 기입한다.
9	가공식품 지양	가공식품 사용을 자제한다.
10	올바른 메뉴명	정확한 레시피를 전달할 수 있는 메뉴명을 사용한다.

PART 2. 급식제공

1 식품알레르기 관리

1.1 기준

- 식품알레르기 지침을 마련하여 부모에게 안내한다.
 - 필수 기재사항: 식품알레르기 질환 관련 내용, 실질적인 대처 방법
- 식품알레르기 조사는 매년 1회 실시 후 그에 따른 대처 방안을 마련한다.

1.2 식품알레르기 대처 방법

구분	관리방법	식단 예시
조리하여 제공	원인 식품이 주재료인 경우 → 주재료를 대체식품으로 바꿈	달걀 알레르기 • 달걀찜 → 연두부찜 • 달걀말이 → (달걀제외) 두부구이, 생선전
	원인 식품이 부재료인 경우, 조리 중 첨가되는 경우 → 원인 식품을 넣기 전 따로 덜어둠, 가장 나중에 원인식품을 첨가	달걀 알레르기 • 쇠고기메추리알장조림 → 조리 중 메추리알을 가장 나중에 첨가 • 육개장, 북엇국 → 달걀을 가장 나중에 첨가 땅콩 알레르기 • 멸치땅콩볶음 → 조리 중 땅콩을 가장 나중에 첨가
	원인 식품이 부침, 튀김 등의 반죽으로 들어갈 경우	달걀 알레르기 • 달걀이 들어간 반죽과 들어가지 않은 반죽으로 나누어 조리 밀가루 알레르기 • 밀가루 대신 쌀가루로 반죽 • 쌀빵 등도 글루텐이 함유되어 있을 수 있기에 주의
가공식품 제공	식품표시사항 확인 → 원인 식품이 없는 가공식품 사용	달걀 알레르기 • 어묵: 달걀이 들어가지 않는 어묵 사용

1.3 식품알레르기 대체 식품

식품	대체 식품
달걀	- 대체 식품: 흰살생선, 쇠고기, 돼지고기, 두부 등 단백질군에서 대체 - 과자나 케이크 등 기호식품 많이 함유되어 있으므로 주의가 필요
우유	- 대체 식품: 멸치, 두부, 해조류로 대체(식물성 식품에 함유된 칼슘은 흡수율이 낮음) - 충분한 칼슘 공급이 어려운 경우 전문의와 상담하여 칼슘제 섭취를 고려
생선	- 대체 식품: 쇠고기, 돼지고기, 두부, 달걀 등 단백질군에서 대체 - 다른 생선과 교차반응 가능성이 있으므로 확인 후 반응이 없는 생선으로 대체 가능 - 생선을 제한하는 경우 비타민D 섭취가 부족할 수 있으므로 비타민D가 함유된 표고버섯, 목이버섯 보충을 권장
육류	- 대체 식품: 생선류로 대체, 철분 보충으로 해조류 추가 권장 - 고기를 제한하는 경우 철 흡수 저하로 빈혈을 초래할 수 있음, 철분제를 고려할 경우 전문의와 상담
콩	- 대체 식품: 참치, 치즈, 고등어, 쇠고기, 돼지고기 등으로 대체 - 콩을 이용한 제품이 많기 때문에 많은 주의가 필요(콩이 들어간 양념류, 콩기름, 튀긴 과자)
땅콩 및 견과류	- 대체 식품: 해당 견과류 외 다른 견과류에 대한 반응도 확인하고 반응 시 다른 식품(외관상 비슷한 건포도, 볶은 콩 등)으로 대체하거나 제거식 권장 - 소량으로도 반응하고, 증상이 심각한 경우가 많으므로 주의가 필요

1.4 식품알레르기 대체 메뉴

구분	대체 메뉴
달걀	- 달걀말이, 달걀찜 → 두부구이, 고등어구이, 쇠불고기, 연두부찜, 돼지불고기 - 달걀실팏국 → 순두부맑은국, 쇠고기뭇국, 동태살맑은국 - 카스테라(빵류) → 떡류, 간장떡볶이 - 마요네즈(샐러드드레싱) → 발사믹드레싱, 레몬드레싱
우유	- 크림스파게티 → 토마토스파게티, 간장비빔국수, 볶음우동, 칼국수 - 우유 및 유제품 → 두유, 생과일쥬스
생선	- 고등어조림 → 삼치조림, 두부조림, 쇠고기장조림, 돼지고기볶음 - 오징어볶음 → 돼지불고기, 두부두루치기, 쇠불고기, 닭불고기
육류	- 쇠고기미역국 → 조갯살미역국, 달걀감자국 - 돼지갈비찜 → 영양닭찜, 두부양념조림

구분	대체 메뉴
콩	- 두부조림 → 생선조림, 닭살간장조림 - 콩나물국 → 무채국, 채소맑은국(다양한 채소 활용 가능) - 된장국 → 감자양파국(소금간) - 유부초밥 → 주먹밥류

2 국 염도 관리

2.1 기준

- 영유아: 0.5% 이하
- 초등학생: 0.6~0.7%

2.2 부모 안내

- 보호자에게 급간식 내용 제공 시 염도 측정 내용을 함께 안내하는 것을 권장한다.

스마트 영양 관리

+ 스마트한 배식 정보 제공 ÷

<급·간식 사진 예시>





대구 동구 어린이 급식소는 염도 측정을 포함한 급·간식 사진을 제공해요!

2.3 염도계 관리방법



1. 식염수를 준비한다.
2. 센서를 식염수에 담근다.
3. 센서가 물의 온도에 적응되도록 2분 기다려 온도표시를 확인한다.
4. 염도계의 2번(C/F) 버튼을 7초간 누른다. 그럼 측정중이던 수치가 깜빡이고 온도표시부는 “CAL”글자가 생기면서 깜빡인다.
5. 이 때 현재 읽은 값이 표시되고 이 값에서부터 UP(2번버튼)/DOWN(3번버튼) 버튼을 눌러 0.9%로 맞춘다.
6. 원하는 값으로 설정하고 1번(ON/OFF) 버튼을 누른다.
7. 그럼 온도표시 부분에 “C-CA-CAL”이 나타나는데 화면에 “END”가 나올 때까지 기다린다.
“C-CA-CAL”이 나오는 중에 1번 버튼을 누르게 되면 저장이 되지 않은 채로 ‘END’가 나오므로 주의한다.
8. “END”가 깜빡이면서 저장되고 일반 측정 화면으로 되돌아오면서 저장이 완료된다.

[주의사항] 염도계 사용 후 부드러운 티슈에 중성세제를 묻혀서 닦아주시고 수돗물 또는 깨끗한 물로 헹군 다음 티슈로 닦아서 보관. **센서부는 도금이 되어 있으므로 벗겨지지 않도록 주의!**

PART 3. 조리 및 배식, 기타사항

1 표준레시피 활용

1.1 표준레시피란?

- 어린이 1인을 기준으로 메뉴명, 식재료명, 1인 분량, 조리방법까지 표준화한 레시피
- 표준레시피를 활용 기대효과
 - 음식의 양과 질을 일정하게 유지
 - 조리시간 절약
 - 재고 관리로 인한 식품 낭비 줄임
 - 다음 조리 시 단점 보완

1.2 표준레시피 활용 방법

[2023년 10월 일반식형 표준레시피]

급식인원		급식인원		급식인원		급식인원		급식인원		급식인원	
연령	성별	연령	성별	연령	성별	연령	성별	연령	성별	연령	성별
만 1세	남자	만 1세	여자	만 2세	남자	만 2세	여자	만 3세	남자	만 3세	여자
만 4세	남자	만 4세	여자	만 5세	남자	만 5세	여자	만 6세	남자	만 6세	여자
만 7세	남자	만 7세	여자	만 8세	남자	만 8세	여자	만 9세	남자	만 9세	여자
만 10세	남자	만 10세	여자	만 11세	남자	만 11세	여자	만 12세	남자	만 12세	여자
만 13세	남자	만 13세	여자	만 14세	남자	만 14세	여자	만 15세	남자	만 15세	여자
만 16세	남자	만 16세	여자	만 17세	남자	만 17세	여자	만 18세	남자	만 18세	여자
만 19세	남자	만 19세	여자	만 20세	남자	만 20세	여자	만 21세	남자	만 21세	여자
만 22세	남자	만 22세	여자	만 23세	남자	만 23세	여자	만 24세	남자	만 24세	여자
만 25세	남자	만 25세	여자	만 26세	남자	만 26세	여자	만 27세	남자	만 27세	여자
만 28세	남자	만 28세	여자	만 29세	남자	만 29세	여자	만 30세	남자	만 30세	여자
만 31세	남자	만 31세	여자	만 32세	남자	만 32세	여자	만 33세	남자	만 33세	여자
만 34세	남자	만 34세	여자	만 35세	남자	만 35세	여자	만 36세	남자	만 36세	여자
만 37세	남자	만 37세	여자	만 38세	남자	만 38세	여자	만 39세	남자	만 39세	여자
만 40세	남자	만 40세	여자	만 41세	남자	만 41세	여자	만 42세	남자	만 42세	여자
만 43세	남자	만 43세	여자	만 44세	남자	만 44세	여자	만 45세	남자	만 45세	여자
만 46세	남자	만 46세	여자	만 47세	남자	만 47세	여자	만 48세	남자	만 48세	여자
만 49세	남자	만 49세	여자	만 50세	남자	만 50세	여자	만 51세	남자	만 51세	여자
만 52세	남자	만 52세	여자	만 53세	남자	만 53세	여자	만 54세	남자	만 54세	여자
만 55세	남자	만 55세	여자	만 56세	남자	만 56세	여자	만 57세	남자	만 57세	여자
만 58세	남자	만 58세	여자	만 59세	남자	만 59세	여자	만 60세	남자	만 60세	여자
만 61세	남자	만 61세	여자	만 62세	남자	만 62세	여자	만 63세	남자	만 63세	여자
만 64세	남자	만 64세	여자	만 65세	남자	만 65세	여자	만 66세	남자	만 66세	여자
만 67세	남자	만 67세	여자	만 68세	남자	만 68세	여자	만 69세	남자	만 69세	여자
만 70세	남자	만 70세	여자	만 71세	남자	만 71세	여자	만 72세	남자	만 72세	여자
만 73세	남자	만 73세	여자	만 74세	남자	만 74세	여자	만 75세	남자	만 75세	여자
만 76세	남자	만 76세	여자	만 77세	남자	만 77세	여자	만 78세	남자	만 78세	여자
만 79세	남자	만 79세	여자	만 80세	남자	만 80세	여자	만 81세	남자	만 81세	여자
만 82세	남자	만 82세	여자	만 83세	남자	만 83세	여자	만 84세	남자	만 84세	여자
만 85세	남자	만 85세	여자	만 86세	남자	만 86세	여자	만 87세	남자	만 87세	여자
만 88세	남자	만 88세	여자	만 89세	남자	만 89세	여자	만 90세	남자	만 90세	여자
만 91세	남자	만 91세	여자	만 92세	남자	만 92세	여자	만 93세	남자	만 93세	여자
만 94세	남자	만 94세	여자	만 95세	남자	만 95세	여자	만 96세	남자	만 96세	여자
만 97세	남자	만 97세	여자	만 98세	남자	만 98세	여자	만 99세	남자	만 99세	여자
만 100세	남자	만 100세	여자	만 101세	남자	만 101세	여자	만 102세	남자	만 102세	여자
만 103세	남자	만 103세	여자	만 104세	남자	만 104세	여자	만 105세	남자	만 105세	여자
만 106세	남자	만 106세	여자	만 107세	남자	만 107세	여자	만 108세	남자	만 108세	여자
만 109세	남자	만 109세	여자	만 110세	남자	만 110세	여자	만 111세	남자	만 111세	여자
만 112세	남자	만 112세	여자	만 113세	남자	만 113세	여자	만 114세	남자	만 114세	여자
만 115세	남자	만 115세	여자	만 116세	남자	만 116세	여자	만 117세	남자	만 117세	여자
만 118세	남자	만 118세	여자	만 119세	남자	만 119세	여자	만 120세	남자	만 120세	여자
만 121세	남자	만 121세	여자	만 122세	남자	만 122세	여자	만 123세	남자	만 123세	여자
만 124세	남자	만 124세	여자	만 125세	남자	만 125세	여자	만 126세	남자	만 126세	여자
만 127세	남자	만 127세	여자	만 128세	남자	만 128세	여자	만 129세	남자	만 129세	여자
만 130세	남자	만 130세	여자	만 131세	남자	만 131세	여자	만 132세	남자	만 132세	여자
만 133세	남자	만 133세	여자	만 134세	남자	만 134세	여자	만 135세	남자	만 135세	여자
만 136세	남자	만 136세	여자	만 137세	남자	만 137세	여자	만 138세	남자	만 138세	여자
만 139세	남자	만 139세	여자	만 140세	남자	만 140세	여자	만 141세	남자	만 141세	여자
만 142세	남자	만 142세	여자	만 143세	남자	만 143세	여자	만 144세	남자	만 144세	여자
만 145세	남자	만 145세	여자	만 146세	남자	만 146세	여자	만 147세	남자	만 147세	여자
만 148세	남자	만 148세	여자	만 149세	남자	만 149세	여자	만 150세	남자	만 150세	여자
만 151세	남자	만 151세	여자	만 152세	남자	만 152세	여자	만 153세	남자	만 153세	여자
만 154세	남자	만 154세	여자	만 155세	남자	만 155세	여자	만 156세	남자	만 156세	여자
만 157세	남자	만 157세	여자	만 158세	남자	만 158세	여자	만 159세	남자	만 159세	여자
만 160세	남자	만 160세	여자	만 161세	남자	만 161세	여자	만 162세	남자	만 162세	여자
만 163세	남자	만 163세	여자	만 164세	남자	만 164세	여자	만 165세	남자	만 165세	여자
만 166세	남자	만 166세	여자	만 167세	남자	만 167세	여자	만 168세	남자	만 168세	여자
만 169세	남자	만 169세	여자	만 170세	남자	만 170세	여자	만 171세	남자	만 171세	여자
만 172세	남자	만 172세	여자	만 173세	남자	만 173세	여자	만 174세	남자	만 174세	여자
만 175세	남자	만 175세	여자	만 176세	남자	만 176세	여자	만 177세	남자	만 177세	여자
만 178세	남자	만 178세	여자	만 179세	남자	만 179세	여자	만 180세	남자	만 180세	여자
만 181세	남자	만 181세	여자	만 182세	남자	만 182세	여자	만 183세	남자	만 183세	여자
만 184세	남자	만 184세	여자	만 185세	남자	만 185세	여자	만 186세	남자	만 186세	여자
만 187세	남자	만 187세	여자	만 188세	남자	만 188세	여자	만 189세	남자	만 189세	여자
만 190세	남자	만 190세	여자	만 191세	남자	만 191세	여자	만 192세	남자	만 192세	여자
만 193세	남자	만 193세	여자	만 194세	남자	만 194세	여자	만 195세	남자	만 195세	여자
만 196세	남자	만 196세	여자	만 197세	남자	만 197세	여자	만 198세	남자	만 198세	여자
만 199세	남자	만 199세	여자	만 200세	남자	만 200세	여자	만 201세	남자	만 201세	여자
만 202세	남자	만 202세	여자	만 203세	남자	만 203세	여자	만 204세	남자	만 204세	여자
만 205세	남자	만 205세	여자	만 206세	남자	만 206세	여자	만 207세	남자	만 207세	여자
만 208세	남자	만 208세	여자	만 209세	남자	만 209세	여자	만 210세	남자	만 210세	여자
만 211세	남자	만 211세	여자	만 212세	남자	만 212세	여자	만 213세	남자	만 213세	여자
만 214세	남자	만 214세	여자	만 215세	남자	만 215세	여자	만 216세	남자	만 216세	여자
만 217세	남자	만 217세	여자	만 218세	남자	만 218세	여자	만 219세	남자	만 219세	여자
만 220세	남자	만 220세	여자	만 221세	남자	만 221세	여자	만 222세	남자	만 222세	여자
만 223세	남자	만 223세	여자	만 224세	남자	만 224세	여자	만 225세	남자	만 225세	여자
만 226세	남자	만 226세	여자	만 227세	남자	만 227세	여자	만 228세	남자	만 228세	여자
만 229세	남자	만 229세	여자	만 230세	남자	만 230세	여자	만 231세	남자	만 231세	여자
만 232세	남자	만 232세	여자	만 233세	남자	만 233세	여자	만 234세	남자	만 234세	여자
만 235세	남자	만 235세	여자	만 236세	남자	만 236세	여자	만 237세	남자	만 237세	여자
만 238세	남자	만 238세	여자	만 239세	남자	만 239세	여자	만 240세	남자	만 240세	여자
만 241세	남자	만 241세	여자	만 242세	남자	만 242세	여자	만 243세	남자	만 243세	여자
만 244세	남자	만 244세	여자	만 245세	남자	만 245세	여자	만 246세	남자	만 246세	여자
만 247세	남자	만 247세	여자	만 248세	남자	만 248세	여자	만 249세	남자	만 249세	여자
만 250세	남자	만 250세	여자	만 251세	남자	만 251세	여자	만 252세	남자	만 252세	여자
만 253세	남자	만 253세	여자	만 254세	남자	만 254세	여자	만 255세	남자	만 255세	여자
만 256세	남자	만 256세	여자	만 257세	남자	만 257세	여자	만 258세	남자	만 258세	여자
만 259세	남자	만 259세	여자	만 260세	남자	만 260세	여자	만 261세	남자	만 261세	여자
만 262세	남자	만 262세	여자	만 263세	남자	만 263세	여자	만 264세	남자	만 264세	여자
만 265세	남자	만 265세	여자	만 266세	남자	만 266세	여자	만 267세	남자	만 267세	여자
만 268세	남자	만 268세	여자	만 269세	남자	만 269세	여자	만 270세	남자	만 270세	여자
만 271세	남자	만 271세	여자	만 272세	남자	만 272세	여자	만 273세	남자	만 273세	여자
만 274세	남자	만 274세	여자	만 275세	남자	만 275세	여자	만 276세	남자	만 276세	여자
만 277세	남자	만 277세	여자	만 278세	남자	만 278세	여자	만 279세	남자	만 279세	여자
만 280세	남자	만 280세	여자	만 281세	남자	만 281세	여자	만 282세	남자	만 282세	여자
만 283세	남자	만 283세	여자	만 284세	남자	만 284세	여자	만 285세	남자	만 285세	여자
만 286세	남자	만 286세	여자	만 287세	남자	만 287세	여자	만 288세	남자	만 288세	여자
만 289세	남자	만 289세	여자	만 290세	남자	만 290세	여자	만 291세	남자	만 291세	여자
만 292세	남자	만 292세	여자	만 293세	남자	만 293세	여자	만 294세	남자	만 294세	여자
만 295세	남자	만 295세	여자	만 296세	남자	만 296세	여자	만 297세	남자	만 297세	여자
만 298세	남자	만 298세	여자	만 299세	남자	만 299세	여자	만 300세	남자	만 300세	여자
만 301세	남자	만 301세	여자	만 302세	남자	만 302세	여자	만 303세	남자	만 303세	여자
만 304세	남자	만 304세	여자	만 305세	남자	만 305세	여자	만 306세	남자	만 306세	여자
만 307세	남자	만 307세	여자	만 308세	남자	만 308세	여자	만 309세	남자	만 309세	여자
만 310세	남자	만 310세	여자	만 311세	남자	만 311세	여자	만 312세	남자	만 312세	여자
만 313세	남자	만 313세	여자	만 314세	남자	만 314세	여자	만 315세	남자	만 315세	여자
만 316세	남자	만 316세	여자	만 317세	남자	만 317세	여자	만 318세	남자	만 318세	여자
만 319세	남자	만 319세	여자	만 320세	남자	만 320세	여자	만 321세	남자	만 321세	여자
만 322세	남자	만 322세	여자	만 323세	남자	만 323세	여자	만 324세	남자	만 324세	여자
만 325세	남자	만 325세	여자	만 326세	남자	만 326세	여자	만 327세	남자	만 327세	여자
만 328세	남자	만 328세	여자	만 329세	남자	만 329세	여자	만 330세	남자	만 330세	여자
만 331세	남자	만 331세	여자	만 332세	남						

1.3 표준레시피 컨설팅

○ 다음과 같은 경우 센터에서 지원하는 표준레시피 컨설팅 사업을 적극 활용한다.

- 신규 조리원의 경우
- 식재료 관리에 어려움이 있는 경우
- 기관만의 식단운영관리체계를 형성하고자 하는 경우

○ 진행 순서

	구분	내용
1	실태조사	• 표준레시피 사용 가능 여부 확인 • 조리, 배식에 대한 전반적인 사항 확인
2	사전지도	• 표준레시피 작성 및 사용법 - 식재료 구입, 조리, 배식 전과정
3	방문지도	• 1차: 사업 진행 현황 중간 점검 • 2차: 사업 결과 피드백

○ 신청 방법

- 유선 신청(053 - 625 - 5162~3)

2 조리 및 배식 유의사항

2.1 제공메뉴 유형별 조리 유의사항

	음식명	조리법
밥류	잡곡밥	• 잡곡량 5% 이내 사용 • 소화가 용이하도록 충분히 불려 사용
	볶음밥·덮밥	• 채소 크기는 1x1cm 이하로 썰기
국류	국	• 건더기의 크기를 숟가락으로 떠먹을 수 있도록 썰기
주찬류	불고기용(돈육·우육)	• 0.2cm 이하의 두께로 주문하고 양념에 재기 전에 3x3cm 크기로 썰어서 조리
	닭	• 뼈가 제거된 닭가슴살, 닭안심살, 닭다리살 부위로 조리
	생선	• 가급적 순살 생선 사용

음식명		조리법
	해물	- 오징어, 낙지, 주꾸미, 조갯살 정도로만 활용하여 조리 - 충분히 익혀서 조리하되 너무 질기지 않도록 조절
	난류	반드시 노른자까지 완숙으로 익혀서 조리
부찬류	샐러드·쌈채소	- 생채소는 반드시 소독 및 세척하여 조리 - 소스는 배식 직전에 버무려서 제공
	나물무침	짜지 않도록 간에 유의
김치류	배추김치·깍두기	- 맵거나 짜지 않도록 고춧가루 함량에 유의 - 만 1-2세는 백김치 고려
면류	국수잡채	면을 충분히 익혀서 조리
떡류	떡	먹기 좋은 말랑말랑한 상태 확인
전류	전	나물, 해물 등은 1cm 이하로 작게 잘라서 반죽 조리
	견과류·콩류	콩조림 등은 물량을 충분히 하고 푹 익혀서 무르게 조리
기타	표면이 매끄러운 음식	- 메추리알은 푹 익혀서 조리 - 생과일은 반드시 소독 및 세척하여 조리
	찐 음식	충분히 푹 익혀서 조리
	물·음료	- 반드시 정수되거나 끓여서 식힌 물 제공 - 차류(매실차, 오미자차 등) 당일조리 당일소진 원칙준수

2.2 제공메뉴 유형별 배식 유의사항

음식명		배식 방법	
		만 1-2세	만 3-5세
밥류	잡곡밥	- 여러 가지 종류가 섞인 혼합잡곡을 제공하는 것은 지양 - 조, 기장, 수수, 흑미와 같은 부드러운 잡곡 1종류로 제공	
		주 2-3회로 제공 횟수 제한	횟수 제한 없음

음식명		배식 방법	
		만 1-2세	만 3-5세
		한하여 소화력 고려	
	볶음밥·덮밥	• 골고루 섞거나 또는 먹기 좋은 형태로 배식	
국류	국	• 식판에 바로 국을 담으면 국물까지 먹기가 어려울 수 있음(국그릇 권장)	
주찬류	불고기용(돈육·우육)	• 돼지고기(수육, 돈까스용) 저작이 어렵고 쇠고기도 질긴 부위는 섭취가 어려우므로 작게 썰거나 다진 고기를 활용하여 조리	• 스스로 한번 정도 잘라먹거나 저작이 용이한 작은 크기로 제공
	닭	• 반드시 순살 닭고기 제공(뼈 유의)	
	생선	• 배식 전 생선살만 발라서 제공	
	해물	• 반드시 잘게 0.5-1cm 정도로 잘게 잘라서 제공 • 조개는 껍질을 제거하여 살만 발라서 제공 • 건새우는 식감으로 인해 어린 유아는 섭취가 어려움	
	난류	• 삶은 달걀인 경우 반드시 2-4등분으로 잘라서 물·음료와 함께 제공 • 달걀찜 제공 시 중심온도가 너무 뜨겁지 않도록 식혀서 제공	
부찬류	샐러드·쌈채소	• 직접 손으로 쌈을 싸기보다는 3x3cm 정도로 아이들이 먹기 편하게 잘라서 밥과 함께 수저로 먹을 수 있도록 제공 • 상추는 목에 붙을 수 있으니 어린 유아에게 제공 시 주의	
	나물무침	• 2cm 이하 길이로 나물을 잘라서 제공	
김치류	배추김치	• 앞보다는 줄기부분을 잘 먹을 수 있음 • 1X2cm 정도 크기로 작게 잘라서 제공	
	깍두기	• 1X1cm 정도 크기로 작게 잘라서 제공	
면류	국수잡채	• 면을 잘 끊지 못할 수 있으므로 잘게 잘라 숟가락으로 떠먹을 수 있도록 배식	• 포크로 면이 떠지도록 지도

음식명		배식 방법	
		만 1-2세	만 3-5세
떡류	떡	• 떡국의 경우 떡을 1/2정도 사이즈로 작게 잘라서 제공 • 만 1-2세는 조랭이떡이 저작 및 소화가 어려우므로 주의	• 떡이 너무 크지 않도록 제공
		• 찹쌀떡, 새알심, 인절미, 경단 등은 끈적여서 기도를 막을 수 있는 위험이 있으므로 식사시간 동안 반드시 선생님들의 모니터링이 필요(2~4등분으로 작게 잘라서 제공) • 목이 메지 않도록 물·음료와 함께 제공	
전류	전	• 3x3cm 정도의 크기로 제공	• 스스로 한번 정도 잘라 먹을 수 있도록 제공
	견과류·콩류	• 만 1-2세는 제공 시 삼킴 주의	• 알레르기 어린이 확인 후 제공 • 제공 시 잘게 부수거나 얇게 썰어서 제공
기타	표면이 매끄러운 음식	• 메추리알, 방울토마토, 포도 등 표면이 미끄러운 음식은 반드시 2~4등분으로 작게 잘라서 제공 • 씹어서 삼키도록 지도	
	찢 음식	• 찢감자, 찢고구마, 삶은 달걀 등은 펍펍해서 삼키기가 어려우므로, 목이 매지 않도록 물·음료와 함께 제공 • 익히고 배식 전에 껍질을 벗기고 작게 잘라서 제공 • 2x3cm 정도의 한입크기로 잘라서 숟가락과 함께 배식(포크는 부스러짐)	
	물·음료	• 급하게 마시지 않도록 주의 • 컵에 이물질이 없도록 확인하고 물음료를 담아서 제공 • 너무 차거나 뜨겁지 않도록 온도 확인	

3

1인 1회 적정 배식량

구분	만 1-2세	만 3-5세	초등학생
밥	80g	120g	150g
국	90g	140g	175g
주찬	35g	50g	63g
부찬	25g	40g	50g
김치	14g	20g	25g

적정 배식량 예시 사진

[급식 식판사진] 만 1-2세 유아식단(화요일) : 수수밥, 닭은찜나물국, 쇠불고기, 표고버섯볶음, 오이소불탕  만 1-2세	[급식 식판사진] 만 3-5세 유아식단(화요일) : 닭자완, 닭나물국, 쇠불고기, 표고버섯볶음, 오이소불탕  만 3-5세
---	--

[화요일 급식 메뉴 만 1-2세]

메뉴	만 1-2세 배식량 사진	조리 및 배식 시 고려사항
수수밥	 1주걱(80 g)	여러 종류가 섞인 혼합 잡곡은 지양 부드러운 잡곡 1종류로 양은 5% 이내로 사용하여 소화가 용이하도록 물에 충분히 불림
맑은콩나물국	 1국자 + 1/3국자(90 g)	고춧가루 양념 주의 및 제한 되도록 싱겁게 조리
식물고기	 3숟가락(35 g)	어급니가 아직 없는 어린 유아는 저작이 어려우므로, 익힌 후 더 잘게 자르거나, 다진 고기를 활용하여 조리
표고버섯볶음	 2숟가락(25 g)	되도록 싱겁게 조리하고 버섯류 표면이 미끄러우므로 수저로 떠먹을 수 있도록 크기를 작게 잘라서 제공
오이초절임	 가득 1숟가락(14 g)	식초가 너무 강하지 않도록 유의 1×0.5 cm 이하로 작게 잘라서 배식

61

CHAPTER 04 - 가이드라인

[화요일 급식 메뉴 만 3-5세]

메뉴	만 3-5세 배식량 사진	조리 및 배식 시 고려사항
잡곡밥	 1과 1/2주걱(120 g)	잡곡량은 5 % 이내로 사용하고 소화가 용이하도록 물에 충분히 불림
콩나물국	 2국자(140 g)	짜지 않도록 간에 유의하고, 콩나물은 2 cm 이하로 길이가 길지 않고 숟가락으로 건더기를 뜰 수 있도록 조절하여 배식
식물고기	 가득 3숟가락(50 g)	질긴 부위는 저작 및 소화가 어려우므로 불고기용으로 얇은 두께의 쇠고기로 조리하고 배식 전에 더 잘게 잘라서 제공
표고버섯볶음	 4숟가락(40 g)	되도록 싱겁게 조리하고 버섯류 표면이 미끄러우므로 수저로 떠먹을 수 있도록 크기를 작게 잘라서 제공
오이소박이	 2숟가락(20 g)	1×1 cm 정도로 작게 자르고, 고춧가루 양념이 너무 뽕치거나 맵지 않도록 유의하여 배식

60

CHAPTER 04 - 가이드라인

[오후간식 식판사진] 만 1-2세 유아 식단(황요육) : 오렌지고구렐레, 우유  만 1-2세 간식 배식량 조절 및 고려사항 오렌지고구렐레 - 오렌지고구렐레 100g(100g)을 100g(100g)의 우유와 함께 섭취한다. - 고구려의 특징: 맛과 영양을 높이기 위해 고구려를 사용한다. - 고구려의 특징: 맛과 영양을 높이기 위해 고구려를 사용한다. 우유 - 100g(100g)의 우유를 100g(100g)의 우유와 함께 섭취한다. - 100g(100g)의 우유를 100g(100g)의 우유와 함께 섭취한다. 95	[오후간식 식판사진] 만 3-5세 유아 식단(황요육) : 건포도고구렐레, 우유  만 3-5세 간식 배식량 조절 및 고려사항 건포도고구렐레 - 건포도고구렐레 100g(100g)을 100g(100g)의 우유와 함께 섭취한다. - 건포도고구렐레 100g(100g)을 100g(100g)의 우유와 함께 섭취한다. 우유 - 100g(100g)의 우유를 100g(100g)의 우유와 함께 섭취한다. - 100g(100g)의 우유를 100g(100g)의 우유와 함께 섭취한다. 96
만 1-2세 [오전간식 식판사진] 만 1-2세 유아 식단(수요육) : 오렌지, 호상요구르트  만 1-2세 간식 배식량 조절 및 고려사항 오렌지 - 만 1-2세 유아의 경우 100g(100g)의 오렌지를 섭취한다. - 100g(100g)의 오렌지를 100g(100g)의 우유와 함께 섭취한다. 호상요구르트 - 호상요구르트 100g(100g)을 100g(100g)의 우유와 함께 섭취한다. - 호상요구르트 100g(100g)을 100g(100g)의 우유와 함께 섭취한다. 95	만 3-5세 [오전간식 식판사진] 만 3-5세 유아 식단(수요육) : 오렌지, 호상요구르트  만 3-5세 간식 배식량 조절 및 고려사항 오렌지 - 만 3-5세 유아의 경우 100g(100g)의 오렌지를 섭취한다. - 100g(100g)의 오렌지를 100g(100g)의 우유와 함께 섭취한다. 호상요구르트 - 호상요구르트 100g(100g)을 100g(100g)의 우유와 함께 섭취한다. - 호상요구르트 100g(100g)을 100g(100g)의 우유와 함께 섭취한다. 96

4 어린이 기호식품 품질인증표시

어린이 기호식품 품질 인증 확인하세요

안전하고 영양을 고루 갖춘 어린이 기호식품에 대해 품질을 인증하는 제도입니다.

- ▷ 어린이 기호식품 품질인증이란? 안전하고 영양을 고루 갖춘 어린이 기호식품의 제조·가공·유통·판매를 권장하기 위해 식품의약품안전처장이 정한 기준에 적합한 어린이 기호식품에 대하여 품질인증을 주는 제도입니다.
- ▷ 어린이 기호식품 품질인증 제품은 단백질·식이섬유·비타민·무기질 등 영양성분이 강화되며, 식품 타르색소 합성보존료가 첨가되어 있지 않습니다.
- ▷ 어린이 기호식품 품질인증식품 목록은 아래에서 확인할 수 있습니다.

식품안전나라(foodsafetykorea.go.kr) → 건강·영양→어린이·청소년 식생활 안전관리 → 어린이 기호식품 품질인증 → 품질인증식품 목록

PART 4. 영양관리 순회방문

1 영양관리 체크리스트 매뉴얼

1.1 어린이집·유치원

NO	문항	점검기준
1	영양사(면허 소지자)가 작성한 식단 사용	10점: 발행처 및 담당자(팀 또는 영양사)명시 0점: 출처 불분명 또는 다양한 식단의 임의 조합
2	영양사가 작성한 식단을 그대로 사용 (전월 식단표 확인)	10점: 식단 감수 또는 영양사 작성 식단 그대로 사용 5점: 센터 식단과 50% 이상 불일치 0점: 다른 식품군 및 다른 조리법으로 변경
3	식단 표기사항(열량, 단백질, 알레르기 유발물질 표시 등)	5점: 식단 내 열량, 단백질, 알레르기 유발물질 표기 3점: 일부 표기 0점: 모두 표기하지 않음
4	어린이 급식소의 급식 대상자에 적합한 식단 사용	5점: 만1-2세, 만3-5세 식단 구분 사용(연령 기재) + 식단 감수 또는 동일 식품군 및 동일 조리법 변경 3점: 연령 미 기재 0점: 급식대상자에 적합하지 않은 식단(다른 식품군 및 조리법 변경, 이유식 식단 미 구비)
5	어린이 급식소 정보공개포털 등에 사용하는 식단 게시	5점: 정보공개포털 및 공개된장소(게시판)에 사용하는 식단 모두 게시(어린이집에 한함) 0점: 한 개 이상 누락된 경우
6	어린이 보호자에게 사용하는 식단 (변경 식단 포함) 정보 제공	5점: 보호자에게 식단 제공 + 변경 내용 제공 0점: 한 개 이상 누락된 경우
7	식단과 일치하는 급간식 제공 (전월+당월 식단표 확인)	10점: 변경 사유 기록 및 부모 안내 + 동일 식품군 및 조리법으로 50% 이내 변경 5점: 변경 사유 기록 누락 또는 부모 안내 누락(50% 이내 변경) 0점: 다른 식품군 및 조리법 변경, 변경 사유 기록 및 부모 안내 누락
8-1	식품 알레르기에 대한 지침 마련 및 조사 실시	5점: 식품 알레르기에 대한 지침 마련 및 부모 안내 + 조사 실시(내용:알레르기여부, 유발식품, 증상, 대 체식품) 0점: 한 개라도 만족하지 않은 경우
8-2	식품 알레르기에 대한 대처방안 마련	10점: 같은 식품군으로 대체식 제공 및 기록

	*제거식, 대체식, 가정에서 가져온 식품 등 대처방안 매뉴얼 유무	5점: 다른 식품군으로 대체식 제공 및 기록 0점: 대체식 미제공 또는 미기록
9	어린이 급식소에서 식재료의 양, 조리방법 등 참고하여 조리	5점: 센터에서 제공하는 레시피 출력 또는 파일 보관 0점: 그 외
10	어린이 급식소에서 제공되는 국의 권장 염도를 알고, 권장 염도로 제공	5점: 국 염도 0.5% 이하 0점: 국 염도 0.5% 초과
11	영유아의 적정 배식량에 대해 알고, 1인 1회 적정량을 제공	10점: 적정량 제공 + 추가 찬 마련 5점: 일부 제공량 및 추가 찬 부족 0점: 전체 제공량 및 추가 찬 부족
12	영유아의 연령 특성을 고려한 급간식(크기, 맛, 조리형태 등)을 제공	10점: 만1-2세와 만3-5세의 급간식 제공형태가 다름(맛, 크기, 조리형태 확인) 5점: 일부 불만족 0점: 모두 불만족
13	어린이 기호식품의 품질인증표시 인지	5점: 어린이 기호식품 품질인증표시를 알고 있는 경우 0점: 잘 모르는 경우

1.2 기타시설

20인 초과 시설		문항	점검기준
공 통	1	대상자에게 적합한 급·간식 제공	2점: 식단 내 연령 표시 0점: 연령 확인이 되지 않는 경우
	2	어린이 급식소 공개된 장소에 식단 게시	2점: 게시판에 식단 게시 0점: 게시되어 있지 않은 경우
	3	식품 알레르기에 대한 조사 실시	3점: 보호자에게 안내한 식품 알레르기 지침 보관 + 식품 알레르기 조사서 보관 0점: 한 개라도 만족하지 않은 경우
	4	식품 알레르기에 대한 대처방안 마련(면담) *제거식, 대체식, 가정에서 가져온 식품 등, 대처방안 매뉴얼 여부	3점: 같은 식품군으로 대체식 제공 및 기록 1점: 다른 식품군으로 대체식 제공 및 기록 0점: 대체식 미제공 또는 미기록
직 영	5	영양사(면허 소지자)가 작성한 식단을 사용	3점: 식단 내 발행처 표기 및 영양사 이름이 기록된 경우 0점: 식단을 임의적으로 조합하여 사용함
	6	영양사가 작성한 식단을 그대로 사용(전월)	3점: 식단 감수 또는 영양사 작성 식단 그대로 사용 1점: 센터 식단과 50% 이상 불일치 0점: 다른 식품군 및 다른 조리법으로 변경
	7	어린이급식소에서 제공되는 국의 권장 염도를 알고, 권장 염도로 제공	2점: 국 염도 0.6~0.7% 0점: 국 염도 0.6~0.7% 벗어남

20인 초과 시설		문항	점검기준
	8	급식대상자에 맞는 적정량 제공	2점: 적정배식량 제공 또는 여분 음식 구비 시 2점 1점: 일부 부족 0점: 모두 부족

20인 이하 시설		문항	점검기준
공 통	1	대상자에게 적합한 급·간식 제공	5점: 식단 내 초등학교용 표시 0점: 연령 확인이 되지 않는 경우
	2	식품 알레르기에 대한 조사 실시	5점: 보호자에게 안내한 식품 알레르기 지침 보관 + 식품 알레르기 조사서 보관 0점: 한 개라도 만족하지 않은 경우
	3	식품 알레르기에 대한 대처방안 마련(면담) *제거식, 대체식, 가정에서 가져온 식품 등, 대처방안 매뉴얼 여부	5점: 같은 식품군으로 대체식 제공 및 기록 3점: 다른 식품군으로 대체식 제공 및 기록 0점: 대체식 미제공 또는 미기록
직 영	4	영양사(면허 소지자)가 작성한 식단을 사용	5점: 식단 내 발행처 표기 및 영양사 이름이 기록된 경우 0점: 식단을 임의적으로 조합하여 사용함

2 영양관리 컨설팅

2.1 대상

- 등록기관 중 컨설팅을 희망하는 기관
- 행정 처분을 받은 기관(필수)

2.2 진행방법

	구분	내용
1	신청	• 어린이 급식소 컨설팅 신고서 작성 • 센터 메일 또는 팩스 발송
2	진행	• (기본) 어린이 급식소 관리법 지도 • (심화) 취약항목 집중 관리 지도
3	결과지 제공	• 컨설팅 결과지 발송

2.3 세부내용

	구분	내용
1	식단	• 영양사가 작성한 식단을 기관에 맞게 사용하는 방법 • 식단감수 활용법 • 올바른 식단 정보 공시
2	급식제공	• 식단 변경 시 대처방법 • 식품알레르기 관리법
3	조리	• 표준레시피 활용법 • 클린이팅레시피 바로보기 • 저염 급식을 위한 조리방법
4	배식	• 1인 1회 적정 배식량 교육 • 조리 및 배식 시 주의사항
5	기타사항	• 어린이 기호식품 품질인증표시 안내

PART 5. 참고자료, 서식

1 참고자료 - 2024년 식단 운영 방향

1.1 2024년 식단 운영

- 나와 지구의 건강을 함께 생각하는 클린 이팅(Clean Eating) 식단을 제공한다.
 - ※ 클린 이팅이란? 최대한 자연 상태에 가까운 식재료를 선택하고 섭취하는 식습관으로 채식주의와는 달리 육류를 섭취하지만 복지 인증을 받은 질 좋은 단백질과 지방을 골라서 섭취
- 식단 운영 방향: 가공식품과 나트륨·당 섭취 줄이기
 - 1) 저염 수제 김치: 매월 둘째 주 수요일 제공
 - 2) 마이나슈 식단 제공: 월 1회 덜 달게, 덜 짜게, 더 맛있게 한 끼 식단 넷째 주 화요일 제공
 - 3) 냉동 가공식품 주 1회 이하 제공
 - 4) 식단 파일 내 식단 안내문, 국 염도 일지, 클린이팅·표준레시피 QR코드 제공
 - 5) 초등 식단 대상 다색다미의 날 운영
- 매주 수요일, 토요일은 기호도를 반영한 일품 메뉴를 제공한다.(만 1-2세 전용 식단의 수요일은 격주로 일품 제공)
- 어린이의 소화기관 발달 차이를 고려하여 만 1-2세 백미밥, 만 3-5세 잡곡밥을 제공한다.
- 주 3회 이상 무기질과 비타민 등의 영양소 파괴를 최소화한 신선 간식을 제공한다.
- 칼슘 섭취를 위해 1일 1회 이상 우유 및 유제품을 간식으로 제공한다.
- 어린이 기호식품 품질인증 표시 홍보를 위해 월 1회 이상 액상발효유 및 호상발효유를 제공한다.
- 2024년 식단 운영 방향은 3월 식단부터 적용한다.

1.2 2024년 레시피 운영

- 클린이팅레시피를 매월 제공한다.
- 클린이팅레시피에는 클린이팅 식단 레시피 안내, 저염 수제 김치 레시피를 포함한다.
- 식단표내 클린이팅·표준레시피 QR코드를 제공한다.
- 표준레시피 내 보존식 기록표를 제공한다.

1.3 생일·방학·대체·조리사대체식단

○ 생일식단 12종

구분		1	2	3	4	5	6
오전간식		모듬버섯죽	단호박죽	누룽지죽	당근잡쌀죽	녹두죽	쇠고기죽⑤⑥⑬
점심		백미밥/기장밥 들깨미역국⑤⑥ 돼지불고기 ⑤⑥⑩ 양배추찜&양념장 ⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥/참쌀현미밥 바지락미역국 ⑤⑥⑬ 치즈달걀비 ②⑤⑥⑬ 브로콜리두부무침 ⑤ 배추김치⑨	백미밥/수수밥 참치미역국⑤⑥ 훈제오리구이& 머스타드소스①⑤ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥/보리밥 쇠고기미역국 ⑤⑥⑬ 돼지고기잡채 ⑤⑥⑩ 양념두부구이⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥/차조밥 새우살미역국 ⑤⑥⑨ 쇠갈비찜⑤⑥⑬ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥/흑미밥 감자미역국⑤⑥ 오징어볶음⑤⑥⑬ 채소달걀찜① 배추김치⑨
오후간식		케이크①②⑥ /우유②	케이크①②⑥ /우유②	케이크①②⑥ /우유②	케이크①②⑥ /우유②	케이크①②⑥ /액상발효유②	케이크①②⑥ /우유②
열량(kcal) /단백질(g)	만 1-2세	411/15	416/16	413/16	430/15	441/14	431/18
	만 3-5세	633/23	646/25	634/25	660/24	677/21	663/28

구분		7	8	9	10	11	12
오전간식		애호박죽	양배추죽	달걀죽①	브로콜리죽	돈채소죽⑩	시금치죽⑤⑥
점심		백미밥/수수밥 조갯살미역국⑤⑥ 영양찜닭⑤⑥⑬ 연근흑임자소스무침 ①⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥/현미밥 복어미역국⑤⑥ 돼지고기장조림 ⑤⑥⑩ 숙주맛살무침 ①⑤⑥⑧ 배추김치⑨	백미밥/기장밥 새알미역국⑤⑥ 오리불고기⑤⑥ 감자단호박조림 ⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥/흑미밥 미역국⑤⑥ 쇠고기버섯볶음 ⑤⑥⑬ 깻잎무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥/차조밥 쇠고기미역국 ⑤⑥⑬ 메추리알장조림 ①⑤⑥ 멸치당근볶음⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥/참쌀현미밥 건새우미역국 ⑤⑥⑨ 돼지고기볶음 ⑤⑥⑩⑫ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식		케이크①②⑥ /우유②	케이크①②⑥ /우유②	케이크①②⑥ /우유②	케이크①②⑥ /우유②	케이크①②⑥ /우유②	케이크①②⑥ /우유②
열량(kcal) /단백질(g)	만 1-2세	434/15	406/16	439/15	397/13	438/18	405/16
	만 3-5세	665/23	623/25	674/23	610/20	674/28	629/25

○ 하계 방학식단

구분	월	화	수	목	금	토
오전간식	타락죽②	참깨죽	미역죽⑤⑥	돈채소죽⑩	닭죽⑮	콩나물죽⑤
점심	참치마요덮밥 ①⑤⑥⑫ 부추맑은국 달걀간장조림 ⑤⑥⑮ 배추김치⑨	쇠고기콩나물비빔밥 ⑤⑥⑮ 두부버섯국⑤⑥ 메추리알장조림 ①⑤⑥ 배추김치⑨	돈육카레라이스 ⑤⑥⑩ 배추된장국⑤⑥ 갈릭버터새우볶음 ②⑨ 양배추오이피클	잔치국수 ①⑤⑥⑮ 백미밥1/2 감자비엔나조림 ⑤⑥⑩ 배추김치⑨	달걀채소볶음밥 ①⑤⑥ 유부맑은국⑤⑥ 함박스테이크&소스 ①⑤⑥⑩⑮ 배추김치⑨	돼지불고기덮밥 ⑤⑥⑩ 오이냉국⑤⑥ 브로콜리두부무침 ①⑤ 배추김치⑨
오후간식	참외/우유②	단팥빵①②⑥ /우유②	전옥수수/우유②	바람떡/우유②	포도/우유②	햇도그①⑤⑥⑩/ 액상발효유②
열량(kcal) /단백질(g)	만 1-2세	432/22	412/18	419/20	427/16	414/18
	만 3-5세	665/33	634/27	645/30	657/25	637/28

구분	월	화	수	목	금	토
오전간식	참치죽	순두부죽⑤	양배추죽	흑임자죽	시금치죽⑤⑥	새우죽⑤⑥⑨
점심	짜장밥⑤⑮ 달걀실핏국 ①⑤⑥ 물만두 & 간장 ⑤⑥⑩ 배추김치⑨	오므라이스 ①⑤⑫ 애호박된장국⑤⑥ 새우채소볶음⑤⑨ 배추김치⑨	토마토스파게티 ⑤⑥⑩⑫ 백미밥1/2 오징어묵국⑤⑥⑦ 미트볼채소조림 ①⑤⑥⑮ 무피클	쇠고기콩나물밥* 양념장⑤⑥⑮ 복어무침국①⑤⑥ 어묵채소볶음⑤⑥ 배추김치⑨	돈까스*소스 ①⑤⑥⑩⑫ 백미밥1/2 미니우동⑤⑥ 마카로니샐러드 ①⑤⑥ 배추김치⑨	간장달걀비빔음밥 ⑤⑥⑮ 미역국⑤⑥ 단호박두부조림 ⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	토마토⑫/우유②	시리얼/우유②	수박/우유②	증편/우유②	복숭아⑪/우유②	소보로빵①②⑥ /우유②
열량(kcal) /단백질(g)	만 1-2세	420/18	420/17	439/18	426/17	418/17
	만 3-5세	646/28	645/26	675/27	655/25	642/26

○ 동계 방학식단

구분		월	화	수	목	금	토
오전간식		타락죽②	배추죽	흑임자죽	미역죽⑤⑥	참치채소죽	영양잡곡죽
점심		사골떡국 ①⑤⑥	돈채소볶음밥 ⑤⑩	마파두부덮밥 ⑤⑥⑩⑪	우동⑤⑥	돼지불고기덮밥 ⑤⑥⑩	쇠고기카레라이스 ⑤⑥⑪
		백미밥1/2	맑은버섯국⑤⑥	시래기된장국⑤⑥	백미밥1/2	무챗국⑤⑥	청경채맑은국
		새우브로콜리볶음 ⑤⑨	달걀장조림①⑤⑥	멸치견과볶음 ⑤⑥⑭	닭고기채소볶음 ⑤⑥⑮	맛살오이샐러드 ①⑤⑥⑧	우엉들깨소스무침 ①⑤⑥
		배추김치⑨	배추김치⑨	배추김치⑨	배추김치⑨	배추김치⑨	배추김치⑨
오후간식		바나나/우유②	팔짚빵⑥/우유②	배/우유②	시리얼/우유②	굴/우유②	증편/우유②
열량(kcal) /단백질(g)	만 1-2세	394/17	412/18	390/15	423/15	403/17	422/13
	만 3-5세	606/26	633/27	601/23	651/23	620/27	648/20

구분		월	화	수	목	금	토
오전간식		단호박죽②	닭죽⑮	장국죽⑤⑥⑮	당근참쌀죽	옥수수죽②	현미생선죽
점심		채소비빔밥⑤⑥ 배추된장국⑤⑥ 동그랑땡구이 ①⑤⑥⑩ 깍두기⑨	바지락칼국수 ⑤⑥⑮ 백미밥1/2 물만두⑤⑥⑩ 배추김치⑨	훈제오리부추볶음 밥⑤⑮ 콩나물국⑤ 고구마조림⑤⑥ 배추김치⑨	짜장밥⑤⑩ 복엇국⑤⑥ 어묵볶음⑤⑥ 배추김치⑨	달걀양파덮밥 ①⑤⑥ 미역국⑤⑥ 두부구이&양념장 ⑤⑥ 배추김치⑨	미트볼스파게티 ⑤⑥⑩⑫⑮ 백미밥1/2 미소국⑤⑥ 양상추샐러드①⑤ 배추김치⑨
오후간식		키위/우유②	참치주먹밥⑤ /우유②	딸기/우유②	백설기/우유②	사과/우유②	바나나쉐이크②
열량(kcal) /단백질(g)	만 1-2세	419/16	425/16	412/14	404/14	434/17	413/14
	만 3-5세	644/24	653/24	634/21	621/21	668/26	635/22

○ 대체식단 12종

구분		1	2	3	4	5	6
오전간식		흑임자죽	참치죽	채소죽	팽이버섯죽	단호박죽②	순두부죽⑤
점심		백미밥/수수밥 떡국① 돼지불고기⑤⑥⑩ 애호박새우살볶음 ⑤⑥⑨ 배추김치⑨	백미밥/보리밥 두부된장국⑤⑥ 돼지고기잡채 ⑤⑥⑩ 새송이버섯조림 ⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥/차조밥 새우살맑은국⑨ 돼지고기장조림 ⑤⑥⑩ 어묵양배추볶음 ⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥/현미밥 황태콩나물국⑤ 쇠고기굴소스볶음 ⑤⑥⑩ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥/기장밥 미역된장국⑤⑥ 쇠고기감자조림 ⑤⑥⑩ 브로콜리깨무침 배추김치⑨	백미밥/찰쌀현미밥 숙갓어묵국⑤⑥ 닭채소볶음 ⑤⑥⑩ 오이사과무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식		사과/우유②	미숫가루우유②	바나나/우유②	달걀채소주먹밥 ①⑤/우유②	포도/우유②	단팥빵①②⑥ /우유②
열량(kcal) /단백질(g)	만1-2세	406/18	413/17	401/19	436/15	414/14	423/17
	만3-5세	622/27	634/26	616/29	671/23	637/22	657/27

구분		7	8	9	10	11	12
오전간식		고구마죽	쇠고기죽⑤⑥⑩	옥수수죽	당근참쌀죽	양배추죽	참깨죽
점심		백미밥/흑미밥 유부맑은국⑤⑥ 영양찜닭 ⑤⑥⑩ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥/기장밥 근대된장국⑤⑥ 오리불고기⑤⑥ 감자채볶음⑤ 배추김치⑨	백미밥/수수밥 쇠고기묵국⑤⑥⑩ 오징어볶음⑤⑥⑩ 맛살콩나물무침 ①⑤⑥⑧ 배추김치⑨	백미밥/차조밥 만둣국①⑤⑥⑩ 참치채소볶음⑤ 우엉조림⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥/보리밥 동태탕⑤⑥ 메추리알장조림 ①⑤⑥ 과일콘샐러드② 배추김치⑨	백미밥/현미밥 시금치된장국⑤⑥ 고등어구이⑤⑥⑦ 달걀채소찜① 배추김치⑨
오후간식		굴/우유②	국수⑤⑥/우유②	키위/우유②	송편/우유②	시리얼/우유②	볶음우동⑤⑥⑩ /우유②
열량(kcal) /단백질(g)	만1-2세	395/16	435/18	413/18	426/19	432/15	428/19
	만3-5세	608/24	668/28	634/28	655/29	664/23	658/29

○ 조리사 대체식단 12종

구분		1	2	3	4	5	6
오전간식		크림스프⑤⑥	당근참쌀죽	참깨죽	누룽지죽	게살죽①⑤⑥⑧	오토밀죽②
점심		백미밥/차조밥 들깨묵국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑩ 김자반⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥/흑미밥 버섯된장국⑤⑥ 메추리알장조림 ①⑤⑥ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	달걀채소볶음밥 ①⑤⑥ 유부국⑤⑥ 함박스테이크 ⑤⑥⑩ 배추김치⑨	백미밥/기장밥 어묵국⑤⑥ 돼지목살구이 ⑤⑥⑩ 상추겉절이⑤⑥ 배추김치⑨	카레라이스⑤⑥⑩ 미역국⑤⑥ 두부샐러드①②⑤ 깍두기⑨	잔치국수①⑤⑥ 백미밥1/2 도토리묵무침⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식		오렌지/우유②	단팥빵①②⑥/ 우유②	사과/우유②	바람떡/우유②	토마토⑫/우유②	김주먹밥/ 우유②
열량(kcal) /단백질(g)	만1-2세	394/16	409/17	413/18	409/16	400/14	426/15
	만3-5세	606/25	629/26	635/28	629/24	616/21	655/22

구분		7	8	9	10	11	12
오전간식		옥수수스프②⑥	순두부죽⑤	쇠고기죽⑤⑥⑩	단호박죽②	참치죽	시금치죽⑤⑥
점심		백미밥/수수밥 배추된장국⑤⑥ 돼지고기장조림 ⑤⑥⑩ 감자채볶음⑤ 깍두기⑨	백미밥/흑미밥 떡국① 훈제오리구이 브로콜리숙회⑤⑥ 배추김치⑨	토마토스파게티 ⑤⑥⑩⑫ 백미밥1/2 미소장국⑤⑥ 마카로니샐러드 ①⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥/차조밥 복엇국⑤⑥ 치즈달걀말이 ①②⑤ 김구이 배추김치⑨	백미밥/기장밥 두부묵국⑤⑥ 달강정 ①⑤⑥⑫ 오이맛살무침 ①⑤⑥⑧ 배추김치⑨	짜장밥⑤⑩ 달걀실팍국 ①⑤⑥ 사과콘샐러드 ①⑤⑥ 단무지⑬
오후간식		배/우유②	머핀①②⑥/ 엑상발효유②	포도/우유②	물만두⑤⑥⑩/ 우유②	바나나/ 엑상발효유②	가래떡구이/ 우유②
열량(kcal) /단백질(g)	만1-2세	430/18	442/16	431/15	420/18	401/18	427/15
	만3-5세	661/28	679/24	663/23	645/27	617/28	656/23

12 서식

구분	서식명	페이지
[서식 1]	식단감수 요청서	30
[서식 2 - ①]	식품알레르기 조사서	31
[서식 2 - ②]	식품 알레르기 급식관리(현황)	32
[서식 3]	급식운영일지	33
[서식 4]	자가 점검 영양관리 체크리스트	34

[서식 1] 식단감수 요청서

식단감수 요청서

신청일자	2024.	연 락 처	전 화	
시 설 명			팩 스	
신 청 자			이메일	
사용하는 식단의 기본 사항 확인				
사용하는 식단종류	❖ 일반식형 ☐ 만 1-2세 ☐ 만 3-5세 ❖ 오전죽식형 ☐ 만 1-2세 ☐ 만 3-5세 ☐ 만 1-2세 전용 ※ 만 1-5세까지 있는 기관은 만 1-2세/만 3-5세 식단에 모두 체크해주세요.			
밥 종류	☐ 백미밥 ☐ 잡곡밥			
토요일	☐ 필요함 ☐ 필요없음			
식단감수 요청 사유				
☐ 기호도가 낮아서 ☐ 단가가 높아서 ☐ 식재료 구매가 어려워서 ☐ 조리가 힘들어서(시설·설비 부족 등) ☐ 기타(원 사정 등)				
일괄 수정 요청				
감수 요청				
날짜	변경 전 메뉴	변경 후 메뉴	비고	

위와 같은 내용으로 식단감수를 요청합니다.

[서식 2 - ①] 식품알레르기 조사서

식품알레르기 조사서

식품알레르기에 대한 실태를 파악하고 발병 등에 대한 예방 조치와 제거식·대체식의 급식 필요 여부 등을 확인하고자 하오니 학부모님들의 협조를 부탁드립니다.

반명		어린이명	
----	--	------	--

1. 식품알레르기 질환 여부: ☐ 예 ☐ 아니오
2. 식품알레르기 질환 여부에 “예” 라고 답하신 분만 예시를 참조해 작성하시면 됩니다.

원인 식품	증상	먹을 때마다 증상이 나타남	섭취 후 증상이 나타날 때까지 시간	극소량을 먹고 반응이 일어남	조리법에 따라 반응이 다름
(예시) 호두	1, 6, 14	1	2	0	X

◆ 증상

1. 두드러기 2. 가려움증 3. 피부발진 4. 습진 5. 얼굴이 부음 6. 눈이 부음 7. 입술 부음
8. 구토 9. 설사 10. 복통 11. 기침 12. 콧물 13. 쌉쌉거림 14. 호흡 곤란 15. 청색증
16. 혈압 저하 17. 의식 저하

◆ 먹을 때마다 증상이 나타나는가?

1. 먹을 때마다 증상이 나타남 2. 가끔 증상이 나타남 3. 다시 먹은 적이 없어서 모름

◆ 섭취 후 증상 발생 시간

1. 30분 미만 2. 30분~2시간 미만 3. 2시간~4시간 미만 4. 4시간 이상 경과 후

병원진단 여부	☐ 진단 받음(진단 시기:) ☐ 진단 받지 않음
희망하는 알레르기 대처방안	☐ 제거식 ☐ 대체식 ☐ 가정에서 도시락 지참 ☐ 기타()
대체가능 식품	

식품알레르기 질환 여부에 대한 변동사항 발생 시 반드시 어린이 급식소로 관련 내용을 알려주시기 바랍니다.

위 내용을 식품알레르기 증상 조사용으로 제출하며 개인정보제공에 동의합니다.

2024년	월	일	보호자	(인 또는 서명)
-------	---	---	-----	-----------

2024년 식품 알레르기 급식관리 현황

FOOD ALLERGY

NO	반명	이름	알레르기 원인 식품	증상	대처방안
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

[서식 3] (예시) 급식운영일지

(예 시) 급 식 운 영 일 지

기관명		결 재	담당	원장
작성일	2024년 1월 1일 금요일			

급식 인원	만 0세	만 1세	만 2세	만 3세	만 4세	만 5세	소계	교직원	총 인원

식단명		검 식		변경 메뉴 및 사유	알레르기 대처방안 (대체식, 제거식)
		평가	보완사항		
오전간식					
점 심					
오후간식					
※ 검식: 맛, 이물·이취, 식기구 상태에 대한 평가를 (양호: O 보통: △ 불량: X)으로 표기					
보존식	실시 여부	☐ 오전간식 ☐ 점심 ☐ 오후간식 (☐ 알레르기 대체식 또는 제거식)			
	폐기 예정일	2023년 월 일 (요일)			
	※ 조리·제공한 식품의 매회 1인분 분량(150g 이상 권장)을 -18℃ 이하 144시간 이상 보관 ※ 알레르기 대체식 및 제거식도 보관 대상				

기타사항

[서식 4] 자가 점검 영양관리 체크리스트

2024년 어린이 급식소 자가 점검 영양관리 체크리스트

항 목		배 점	
식단			
1	영양사(면허 소지자)가 작성한 식단을 사용 □ 10점: 발행처 + 담당자(팀 또는 영양사)	10-0	
2	영양사가 작성한 식단을 그대로 사용(전월 식단 확인) □ 10점: 센터 식단표와 비교(50% 미만 불일치)	10-5-0	
3	식단 표기사항(열량, 단백질, 알레르기 유발물질 표시 등) * 센터 외 식단 사용 시 알레르기 유발물질 표시 유무	5-3-0	
4	어린이 급식소의 급식대상자에 적합한 식단 사용(당월 식단 확인) □ 5점: 연령 구분(만 1-2세, 만 3-5세)식단 사용 + 연령 표시(유치원 생략가능) + 감수 또는 동일 식품군 및 동일 조리법 변경	5-3-0	
5	어린이 급식소 정보공개포털 등에 사용하는 식단 게시 □ 5점: 급식소 게시판 및 정보공개포털 게시	5-0	
6	어린이 보호자에게 사용하는 식단(변경 식단 포함) 정보 제공 □ 5점: 식단표 제공 + 급·간식 내용 공개(사진) + 변경 식단 알림	5-0	
급식제공			
7	식단과 일치하는 급·간식을 제공(전월 + 당월 식단표 확인) □ 10점: 변경 사항 급식일지 기록 + 변경 사유 부모 안내	10-5-0	
8. 식품 알레르기에 대한 조사를 실시 및 급식 제공에 반영			
8-1	식품 알레르기에 대한 지침 마련 및 조사 실시 * 조사내용: 식품 알레르기 여부, 원인식품, 증상, 대체가능 식품	5-0	
8-2	식품 알레르기에 대한 대처방안 마련 (면담) * 제거식, 대체식, 가정에서 가져온 식품 등, 대처방안 매뉴얼 유무 □ 10점: 같은 식품군으로 대체 및 기록	10-5-0	
조리			
9	어린이 급식소에서 식재료의 양, 조리방법 등 참고하여 조리 □ 5점: 센터에서 제공하는 레시피 출력 또는 파일 보관	5-0	
10	어린이 급식소에서 제공되는 국의 권장 염도를 알고, 권장 염도로 제공 □ 5점: 0.5% 이하	5-0	
배식			
11	영유아의 적정 배식량에 대해 알고, 1인 1회 적정량을 제공	10-5-0	
12	영유아의 연령 특성을 고려한 급·간식(크기, 맛, 조리형태 등)을 제공	10-5-0	
기타사항			
13	어린이 기호식품의 품질인증표시 인지	5-0	
총 점		100점	