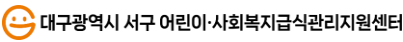


2025년 12월 아동복지시설 식단  
만 6-11세

발행일: 2025년 11월 14일  
발행처: 영양·기획팀



기관명:

이 식단은 식생활안전관리원의 자료를 활용하여 개발되었습니다.

구분	1[월]		2[화]		3[수]		4[목]		5[금]		6[토]	
아침		크로와상샌드위치 ①②⑤⑥⑩⑫⑮⑯		치즈주먹밥 ②⑤		양송이수프 ②⑤⑥⑮⑯		채소전빵 ①②⑤⑥⑩⑮⑯		잔멸치주먹밥 ⑤		호밀빵 ①②⑤⑥/달기잼
		우유 ②		보리차		마늘빵 ①②⑤⑥		우유 ②		옥수수차		우유 ②
점심		잡곡밥		백미밥		기장밥		잔치국수 ⑤⑥		참쌀현미밥		흑미밥
		조갯살된장국 ⑤⑥⑯		무채양파국 ⑤⑥		감자옹심이국 ⑤⑥		작은백미밥		청국장찌개 ⑤⑥		소고기묵국 ⑯
		두부조림 ⑤⑥		갈치살구이 ⑤⑥		채소달걀찜 ①		고로케 ⑤/케찹 ⑫		대구살간장조림 ⑤⑥		과일소스두부탕수 ⑤
		시금치나물 ⑤⑥		상추사과무침 ⑤⑥		연근튀김 ⑤⑥		양상추샐러드/오리엔탈드레싱 ⑤⑥		당근양파볶음 ⑤⑥		콩나물무침 ⑤⑥
저녁		깍두기 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨		깍두기 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨
		달걀채소볶음밥 ①⑤⑥		수수밥		백미밥		백미밥		백미밥		백미밥
		부추맑은국		김치국 ⑤⑥⑨		두부된장국 ⑤⑥		청경채맑은국		달걀양파국 ①⑤⑥		우거지들깨국 ⑤⑥
		김말이튀김 ⑤		훈제오리구이 ②⑤⑥⑯		돈육어묵볶음 ①⑤⑥⑧⑨⑯		닭가슴살버터구이 ②⑮		소불고기 ⑤⑥⑯		고구마닭갈비 ⑤⑥⑮
저녁간식		배추김치 ⑤⑥⑨		숙주나물 ⑤⑥		상추파채무침 ⑤⑥		브로콜리숙회/흑임자소스 ①⑤⑥⑯		파프리카오이무침		애호박나물 ⑤⑥
				깍두기 ⑤⑥⑨		깍두기 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨		깍두기 ⑤⑥⑨
		크림소스스파게티 ①②⑤⑥⑩⑫⑮⑯		꿀떡		카스텔라 ①②⑤⑥		바나나		으깬고구마범벅 ①⑤⑥⑯		백설기
열량/단백질		2046/74		1764/65		2048/68		2043/70		1553/63		1806/76
〈원산지 표시〉												
쌀												
잡쌀	현미	진쌀	밥	죽	누룽지	기타 쌀가공품						
산	산	산	산	산	산	산						
배추김치				콩류								
배추	얼갈이배추	봄동배추	고춧가루	두부류	콩국수	콩비지						
산	산	산	산	산	산	산						
소고기												
한우	육우	젓소	돼지고기	닭고기	양고기	오리고기	염소고기(유산양포함)					
산	산	산	산	산	산	산	산					
수산물												
낙지	고등어	갈치	명태(동태)	오징어	꽃게	다랑어	주꾸미					
산	산	산	산	산	산	산	산					
식육/어육가공품												
햄												
산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	
원산지 표시품목	쌀 [쌀 가공품포함,잡쌀,현미,진쌀,밥,죽,누룽지포함] / 배추김치[배추(얼갈이배추,봄동배추 포함), 고춧가루] / 콩 [두부류,콩국수,콩비지] 소고기 [국내산 육종구분-한우,육우,젓소] / 돼지고기 / 닭고기 / 양고기 / 오리고기 / 염소고기(유산양포함) 수산물 [낙지, 광어(넙치), 뱀장어, 우럭(조피불락), 참돔, 미꾸라지, 고등어, 갈치, 명태(동태), 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미], 가리비, 우렁쉥이, 전복, 방어 및 부세						알레르기 유발식품 표시	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳잣 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.				

구분	7[일]	8[월]	9[화]	10[수]	11[목]	12[금]	13[토]
아침	유부초밥 ①②⑤⑥	모닝빵샌드위치 ①②⑤⑥⑩⑮㉟	김치주먹밥 ⑤⑥⑨	고구마또띠아 ①②⑤⑥	햄채소주먹밥 ①②⑤⑥⑩⑫⑮㉟	찰보리밥 ①②⑤⑥	건새우주먹밥 ⑨
	작두콩차	우유 ②	보리차	우유 ②		우유 ②	보리차
점심	백미밥	잡곡밥	백미밥	백미밥	오므라이스 ①⑤⑫㉟	백미밥	기장밥
	감자맑은국 ⑤⑥	미역국 ⑤⑥	순두부찌개 ①⑤	배춧국 ⑤⑥	실파미소장국 ⑤⑥	닭곰탕 ㉟	속갓된장국 ⑤⑥
	새송이달걀전 ①⑤⑥	소고기채소조림 ⑤⑥㉟	닭강정 ①⑤⑥⑫⑮	돈육볶음 ⑤⑥⑩⑫	찐만두 ①②⑤⑥⑩⑮㉟	어묵볶음 ①⑤⑥⑧⑨⑩	소고기잡채 ⑤⑥㉟
	참치채소볶음 ⑤⑥㉟	두부채소전 ①⑤⑥	아욱나물무침 ⑤⑥	단호박꿀찐	배추김치 ⑤⑥⑨	청경채나물 ⑤⑥	청포묵김무침 ⑤⑥
	배추김치 ⑤⑥⑨	배추김치 ⑤⑥⑨	깍두기 ⑤⑥⑨	깍두기 ⑤⑥⑨		깍두기 ⑤⑥⑨	깍두기 ⑤⑥⑨
저녁	차조밥	백미밥	백미밥	수수밥	잡곡밥	흑미밥	백미밥
	시금치된장국 ⑤⑥	양송이수프 ②⑤⑥⑮㉟	다시마뭉국 ⑤⑥	떡국	육개장 ⑤⑥㉟	바지락국 ㉟	숙주맑은국
	삼겹살구이 ㉟	생선가스 ①⑤⑥/타르소스 ①②⑤⑥	오징어볶음 ⑤⑥㉟	완자조림 ①⑤⑥⑩	임연수엿장조림 ⑤⑥	두부양배추채전 ①⑤	돼지고기구이 ⑤⑩
	우영채조림 ⑤⑥	마카로니샐러드 ①⑤⑥㉟	부추무침	호두마늘종볶음 ⑤⑥⑭	들깨무나물 ⑤⑥	팽이버섯나물 ⑤⑥	감자조림 ⑤⑥
저녁간식	배추김치 ⑤⑥⑨	깍두기 ⑤⑥⑨	배추김치 ⑤⑥⑨	깍두기 ⑤⑥⑨	깍두기 ⑤⑥⑨	배추김치 ⑤⑥⑨	배추김치 ⑤⑥⑨
	마들렌 ①②⑤⑥	로제소스스파게티 ①②⑤⑥⑫⑮㉟㉟	우유미숫가루 ②	찐밤	쌀씨리얼/우유 ②	가래떡구이/조청	송편
열량/단백질	우유 ②			우유 ②		옥수수차	우유 ②
	2012/75	1921/75	1852/82	1920/83	2063/74	1764/64	1982/71
〈원산지 표시〉							
쌀							
잡쌀	현미	찐쌀	밥	죽	누룽지	기타 쌀가공품	
산	산	산	산	산	산	산	산
배추김치				콩류			
배추	얼갈이배추	봄동배추	고춧가루	두부류	콩국수	콩비지	
산	산	산	산	산	산	산	
소고기							
한우	육우	젓소	돼지고기	닭고기	양고기	오리고기	염소고기(유산양포함)
산	산	산	산	산	산	산	산
수산물							
낙지	고등어	갈치	명태(동태)	오징어	꽃게	다랑어	주꾸미
산	산	산	산	산	산	산	산
식육/어육가공품							
햄	생선가스						
산	산	산	산	산	산	산	산
원산지 표시품목	쌀 [쌀 가공품포함,잡쌀,현미,찐쌀,밥,죽,누룽지포함] / 배추김치[배추(얼갈이배추,봄동배추 포함), 고춧가루] / 콩 [두부류,콩국수,콩비지] 소고기 [국내산 육종구분-한우,육우,젓소] / 돼지고기 / 닭고기 / 양고기 / 오리고기 / 염소고기(유산양포함) 수산물 [낙지, 광어(넙치), 뱀장어, 우럭(조피불락), 참돔, 미꾸라지, 고등어, 갈치, 명태(동태), 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미], 가리비, 우렁챙이, 전복, 방어 및 부세				알레르기 유발식품 표시		①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ㉟자 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

구분	14[일]	15[월]	16[화]	17[수]	18[목]	19[금]	20[토]
아침	잼샌드위치 ①②⑤⑥ 우유 ②	김가루죽먹밥 ⑤ 옥수수차	잉글리쉬머핀 ①②⑤⑥ 오렌지주스	우영주먹밥 ⑤⑥ 보리차	미니와플 ①②⑤⑥ 우유 ②	달걀당근볶음밥 ①⑤ 작두콩차	단팥빵 ①②⑤⑥ 우유 ②
	찰쌀현미밥 김치국 ⑤⑥⑨ 고등어살카레구이 ⑤⑥⑦ 연두부 ⑤/흑임자소스 ①⑤⑥⑩ 깍두기 ⑤⑥⑨	백미밥 시래기맑은국 오리주물럭 ⑤⑥ 도토리묵무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥③	수수밥 느타리버섯국 ⑤⑥ 두부부침 ⑤⑥ 견과류멸치볶음 ⑤⑥⑭ 배추김치 ⑤⑥⑨	잡곡밥 콩나물국 ⑤ 파프리카달걀말이 ①⑤ 연근조림 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨	오이소면비빔국수 ⑤⑥⑩ 작은백미밥 우동국물 ⑤⑥ 고구마튀김 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨	잡곡밥 김팍국 ①⑤⑥ 닭가슴살브로콜리볶음 ⑤⑥⑮ 호박고지나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨	백미밥 어묵국 ①⑤⑥⑧⑨⑩ 돼지갈비찜 ⑤⑥⑩ 유채나물무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨
저녁	백미밥 사골팍국 ②⑤⑩⑮ 달걀채소꼭집 ①⑤⑥⑫ 맛살볶음 ①⑤⑥⑧ 배추김치 ⑤⑥⑨	짜장밥 ②⑤⑥⑩⑮⑯ 들깨묵국 ⑤⑥ 춘권튀김 ①②⑤⑥⑩⑮⑯ 굴 배추김치 ⑤⑥③	백미밥 얼갈이된장국 ⑤⑥ 소고기장조림 ⑤⑥⑮ 상추유자청무침 깍두기 ⑤⑥⑨	찰쌀현미밥 시금치맑은국 ⑤⑥ 찜닭 ⑤⑥⑮ 참깨브로콜리무침 배추김치 ⑤⑥⑨	백미밥 유부장국 ①②⑤⑥ 해물찜 ⑤⑥⑨⑩⑮ 매추리알장조림 ①⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨	흑미밥 양배추된장국 ⑤⑥ 마파두부 ⑤⑥⑩ 쫄면채소무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨	백미밥 참치김치찌개 ⑤⑥⑨⑯ 시금치달걀찜 ① 호두마늘중볶음 ⑤⑥⑭ 깍두기 ⑤⑥⑨
	저녁간식 노란시루떡 오미자차	밤식빵 ①②④⑤⑥⑯ 우유 ②	웨이감자구이 ② 우유 ②	모닝빵 ①②⑤⑥/딸기잼 우유 ②	수제블루베리우유 ②	단호박견과류찜 ④⑭⑯ 매실차	우유미숫가루 ②
열량/단백질	1684/65	1913/61	1709/74	1913/69	1879/91	2028/75	1932/89
〈원산지 표시〉							
쌀							
찰쌀	현미	찐쌀	밥	죽	누룽지	기타 쌀가공품	
산	산	산	산	산	산	산	
배추김치				콩류			
배추	얼갈이배추	봄등배추	고춧가루	두부류	콩국수	콩비지	
산	산	산	산	산	산	산	
소고기							
한우	육우	젓소	돼지고기	닭고기	양고기	오리고기	염소고기(유산양포함)
산	산	산	산	산	산	산	산
수산물							
낙지	고등어	갈치	명태(동태)	오징어	꽃게	다랑어	주꾸미
산	산	산	산	산	산	산	산
식육/어육가공품							
산	산	산	산	산	산	산	산
원산지 표시품목							
쌀 [쌀 가공품포함,찰쌀,현미,찐쌀,밥,죽,누룽지포함] / 배추김치[배추(얼갈이배추,봄등배추 포함), 고춧가루] / 콩 [두부류,콩국수,콩비지] 소고기 [국내산 육종구분-한우,육우,젓소] / 돼지고기 / 닭고기 / 양고기 / 오리고기 / 염소고기(유산양포함) 수산물 [낙지, 광어(넙치), 뱀장어, 우럭(조피불럭), 참돔, 미꾸라지, 고등어, 갈치, 명태(동태), 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미], 가리비, 우렁쉥이, 전복, 방어 및 부세					알레르기 유발식품 표시		①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳잣 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.

구분	21[일]	22[월] 동지	23[화]	24[수]	25[목] 크리스마스	26[금]	27[토]
아침	참치주먹밥 ⑤⑥㉔ 보리차	소보로빵 ①②④⑤⑥ 우유 ②	두부주먹밥 ⑤ 작두콩차	당근라페샌드위치 ①②⑤⑥ 액상발효유 ②	꼬마김밥 ⑤⑬ 보리차	밤식빵 ①②④⑤⑥㉔ 우유 ②	소고기우영주먹밥 ⑤⑥㉔ 옥수수차
점심	기장밥 근대된장국 ⑤⑥ 두부조림 ⑤⑥ 버섯탕수 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨	흑미밥 만둣국 ①②⑤⑥⑩㉔㉕ 대구살전 ①⑤⑥ 아삭이고추된장무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨	백미밥 채소닭고기국 ⑤⑥⑬ 치즈오믈렛 ①②⑤ 웨이감자구이 ② 배추김치 ⑤⑥⑨	백미밥 게살탕 ①⑤⑥⑧⑨ 소고기애호박볶음 ⑤㉔ 건파래무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨	오징어해물덮밥 ②⑤⑥⑨⑩⑫⑬⑭㉔ 숙주된장국 ⑤⑥ 감자샐러드 ①⑤⑥㉔ 깍두기 ⑤⑥⑨	백미밥 부추말은국 소고기구이 ⑤㉔ 강낭콩조림 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨	잡쌀현미밥 아욱된장국 ⑤⑥ 고등어살엿장조림 ⑤⑥⑦ 세발나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨
저녁	수수밥 홍합탕 ㉔ 닭가슴살부추볶음 ⑤⑥⑬ 무생채 배추김치 ⑤⑥⑨	백미밥 달걀팥국 ① 소고기우동볶음 ⑤⑥㉔㉕ 오이나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨	백미밥 청국장찌개 ⑤⑥ 돼지고기콩나물찜 ⑤⑥⑩ 파프리카무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨	잡쌀현미밥 양송이맑은국 고막살채소무침 ⑤⑥㉔ 고구마맛탕 ⑤ 깍두기 ⑤⑥⑨	백미밥 순두부찌개 ①⑤ 돼지불고기 ⑤⑥⑩ 갯잎나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨	잡곡밥 버섯찌개 떡갈비구이 ⑤⑥⑩㉔ 연두부샐러드 ⑤/오리엔탈드레싱 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨	백미밥 새우살미역국 ⑤⑥⑨ 닭가슴살숙주볶음 ⑤⑥⑬ 고사리나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨
저녁간식	수제비 ⑥	팔죽 물김치 ⑤⑥⑨	호박떡 우유 ②	슈크림빵 ①②⑤⑥ 우유 ②	삼은달걀 ① 사과주스	찐고구마 우유 ②	식빵토스트 ①②⑤⑥ 우유 ②
열량/단백질	1807/75	1992/76	1899/74	2155/76	1674/80	1928/67	1689/76
〈원산지 표시〉							
쌀							
잡쌀	현미	찐쌀	밥	죽	누룽지	기타 쌀가공품	
산	산	산	산	산	산	산	
배추김치				콩류			
배추	얼갈이배추	봄동배추	고춧가루	두부류	콩국수	콩비지	
산	산	산	산	산	산	산	
소고기							
한우	육우	젓소	돼지고기	닭고기	양고기	오리고기	염소고기(유산양포함)
산	산	산	산	산	산	산	산
수산물							
낙지	고등어	갈치	명태(동태)	오징어	꽃게	다랑어	주꾸미
산	산	산	산	산	산	산	산
식육/어육가공품							
떡갈비							
산	산	산	산	산	산	산	산
원산지 표시품목							
	쌀 [쌀 가공품포함,잡쌀,현미,찐쌀,밥,죽,누룽지포함] / 배추김치[배추(얼갈이배추,봄동배추 포함), 고춧가루] / 콩 [두부류,콩국수,콩비지] 소고기 [국내산 육종구분-한우,육우,젓소] / 돼지고기 / 닭고기 / 양고기 / 오리고기 / 염소고기(유산양포함) 수산물 [낙지, 광어(넙치), 뱀장어, 우럭(조피불락), 참돔, 미꾸라지, 고등어, 갈치, 명태(동태), 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미], 가리비, 우렁챙이, 전복, 방어 및 부세				알레르기 유발식품 표시	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ㉔㉕ ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.	

구분	28[일]	29[월]	30[화]	31[수]			
아침	롤빵 ①②⑤⑥	잔멸치주먹밥 ⑤	잼치즈샌드위치 ①②⑤⑥	소고기주먹밥 ⑤㉔			
	우유 ②	포도주스	액상발효유 ②	보리차			
점심	수수밥	백미밥	잡곡밥	옥미밥			
	순두부찌개 ①⑤	북엇국 ⑤⑥	새알심미역국 ⑤⑥	콩나물국 ⑤			
	달걀장조림 ①⑤⑥	돼지고기강정 ①⑤⑥⑩⑫	두부양념구이 ⑤⑥	닭가슴살굴소스볶음 ⑤⑥⑮㉔			
	애호박전 ①⑤⑥	느타리버섯볶음 ⑤⑥	감자채볶음 ⑤⑥	브로콜리두부무침 ⑤			
	배추김치 ⑤⑥⑨	배추김치 ⑤⑥⑨	배추김치 ⑤⑥⑨	깍두기 ⑤⑥⑨			
저녁	백미밥	새우간장덮밥 ⑤⑥⑨	기장밥	백미밥			
	조갯살맑은국 ㉔	미소장국 ⑤⑥	오징어찌개 ⑤⑥⑯	육개장 ⑤⑥㉔			
	소고기궁중떡볶이 ⑤⑥㉔	청경채나물 ⑤⑥	옥수수달걀말이 ①⑤	순살가자미찜 ⑤⑥			
	양배추나물 ⑤⑥	배추김치 ⑤⑥⑨	비빔만두 ①②⑤⑥⑩㉔㉔	양배추유자청샐러드			
저녁간식	깍두기 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨	깍두기 ⑤⑥⑨			
	한라봉	청포도	방울토마토 ⑫	피자빵 ②⑥⑩⑫㉔			
열량/단백질	1869/85	1678/76	1976/79	1826/81			
〈원산지 표시〉							
쌀							
참쌀	현미	찐쌀	밥	죽	누룽지	기타 쌀가공품	
산	산	산	산	산	산	산	
배추김치				콩류			
배추	얼갈이배추	봄동배추	고춧가루	두부류	콩국수	콩비지	
산	산	산	산	산	산	산	
소고기							
한우	육우	젓소	돼지고기	닭고기	양고기	오리고기	염소고기(유산양포함)
산	산	산	산	산	산	산	산
수산물							
낙지	고등어	갈치	명태(동태)	오징어	꽃게	다랑어	주꾸미
산	산	산	산	산	산	산	산
식육/어육가공품							
산	산	산	산	산	산	산	산
원산지 표시품목							
	쌀 [쌀 가공품포함,참쌀,현미,찐쌀,밥,죽,누룽지포함] / 배추김치[배추(얼갈이배추,봄동배추 포함), 고춧가루] / 콩 [두부류,콩국수,콩비지] 소고기 [국내산 육종구분-한우,육우,젓소] / 돼지고기 / 닭고기 / 양고기 / 오리고기 / 염소고기(유산양포함) 수산물 [낙지, 광어(넙치), 뱀장어, 우럭(조피불럭), 참돔, 미꾸라지, 고등어, 갈치, 명태(동태), 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미], 가리비, 우렁챙이, 전복, 방어 및 부세				알레르기 유발식품 표시		①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.