




<div> <div>2026년 2월 아동복지시설 식단</div> <div>만 6-11세</div> </div>				<div> <div>발행일: 2026년 1월 15일</div> <div>발행처: 영양·기획팀</div> </div>	<div>  <div>대구광역시 서구 어린이·사회복지급식관리지원센터</div> </div>
기관명:				이 식단은 식생활안전관리원의 자료를 활용하여 개발되었습니다.	


구분	1[일]	2[월]	3[화]	4[수]	5[목]	6[금]	7[토]
아침	김치주먹밥 ⑤⑥⑨ 보리차	밤식빵 ①②④⑤⑥⑩ 우유 ②	견새우주먹밥 ⑨ 보리차	모닝빵샌드위치 ①②⑤⑥⑩⑫⑬ 우유 ②	후리가게주먹밥 ⑤ 보리차	파배기 ①②⑤⑥ 우유 ②	우영감자주먹밥 ⑤⑥ 보리차
점심	떡국 작은백미밥 대구살조림 ⑤⑥ 부추무침 배추김치 ⑤⑥⑨	백미밥 숙갓맑은국 돼지갈비찜 ⑤⑥⑩ 불동유자청무침 ⑤⑥ 깍두기 ⑤⑥⑨	백미밥 감자맑은국 ⑤⑥ 메추리알장조림 ①⑤⑥ 견과류꿀볶음 ④⑤⑥⑭ 깍두기 ⑤⑥⑨	완두콩밥 시금치된장국 ⑤⑥ 닭가슴살피망볶음 ⑤⑥⑬ 애호박전 ①⑤⑥ 깍두기 ⑤⑥⑨	갈국수 ⑥ 작은백미밥 양상추딸기샐러드(요거트) ② 배추김치 ⑤⑥⑨	수수밥 우거지된장국 ⑤⑥ 두부완자전 ①⑤⑥ 멸치조림 ⑤⑥ 깍두기 ⑤⑥⑨	백미밥 콩나물국 ⑤ 돼지고기마늘구이 ⑤⑩ 얼갈이나물 ⑤⑥ 깍두기 ⑤⑥⑨
저녁	백미밥 아욱된장국 ⑤⑥ 닭볶음탕 ⑤⑥⑬ 시래기나물 ⑤⑥ 깍두기 ⑤⑥⑨	소고기연근볶음밥 ⑤⑥⑩ 달걀국 ① 사과샐러드(발사믹드레싱) 배추김치 ⑤⑥⑨	기장밥 들깨무쌈국 연두부 ⑤/양념장 ⑤⑥ 진미채무침 ⑤⑥⑩ 배추김치 ⑤⑥⑨	백미밥 양송이맑은국 돼지고기강정 ①⑤⑥⑩⑫ 건파래자반 ⑤ 배추김치 ⑤⑥⑨	백미밥 참치김치찌개 ⑤⑥⑨⑩ 육수수달걀말이 ①⑤ 감자채볶음 ⑤⑥ 깍두기 ⑤⑥⑨	백미밥 채개장 ⑤⑥ 소고기볶음 ⑤⑥⑩ 김구이 ⑤/달래양념장 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨	기장밥 종합샐미역국 ⑤⑥⑩ 토마토달걀볶음 ①⑤⑫ 물만두튀김 ①②⑤⑥⑩⑬⑭ 배추김치 ⑤⑥⑨
저녁간식	프렌치토스트 ①②⑤⑥ 우유 ②	딸기 플레인요구르트 ②	롤빵 ①②⑤⑥ 우유 ②	블루베리 호상요구르트 ②	우유미숫가루 ②⑤⑥	증편 두유 ⑤	마들렌 ①②⑤⑥ 우유 ②
열량/단백질	1695/71	1911/77	1998/71	1847/82	1902/71	2018/78	1877/64

원산지 표시							
쌀							
찹쌀	현미		전쌀		밥		죽
산	산	산	산	산	산	산	산
배추김치				콩류			
배추	얼갈이배추		봄동배추		고춧가루		두부류
산	산	산	산	산	산	산	산
소고기				육류			
한우	육우		젓소		돼지고기		닭고기
산	산	산	산	산	산	산	산
수산물				채소			
낙지	고등어		갈치		명태(동태)		오징어
산	산	산	산	산	산	산	산
식육/어육가공품							
햄	소시지		소시지		소시지		소시지
산	산	산	산	산	산	산	산

원산지 표시품목	쌀 [쌀 가공품포함, 찹쌀, 현미, 전쌀, 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), 뽕장어, 우럭(조피볼락), 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 ⑭오드 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.
----------	--	--------------	--

2026년 2월 아동복지시설 식단 만 6-11세				발행일: 2026년 1월 15일 발행처: 영양·기획팀		 대구광역시 서구 어린이·사회복지급식관리지원센터											
기관명:				이 식단은 식생활안전관리원의 자료를 활용하여 개발되었습니다.													
구분	8[일]		9[월]		10[화]		11[수]		12[목]		13[금]		14[토]				
아침	샌드위치 ①②⑤⑥⑩⑮⑯ 두유 ⑤		잔멸치주먹밥 ⑤ 보리차		단호박샌드위치 ①②⑤⑥⑩ 액상발효유 ②		시리얼 ⑤⑥ 우유 ②		치즈주먹밥 ②⑤ 보리차		소보로빵 ①②⑤⑥ 우유 ②		꼬마김밥 ⑤ 보리차				
	백미밥 아욱맑은국 ⑤⑥ 고등어살구이 ⑤⑥⑦ 견과류시금치무침 ⑤⑥⑭ 깍두기 ⑤⑥⑨		흑미밥 매생이굴국 ⑤⑥⑯ 소고기버섯볶음 ⑤⑥⑯ 달걀찜 ① 배추김치 ⑤⑥⑨		잡쌀현미밥 냉이된장국 ⑤⑥ 훈제오리구이 ②⑤⑥⑯ 고구마맛탕 ⑤ 배추김치 ⑤⑥⑨		백미밥 순두부찌개 ①⑤ 새우살채소볶음 ⑤⑨ 새송이조림 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨		돼지고기잡채덮밥 ⑤⑥⑩ 실파장국 ⑤⑥ 코울슬로샐러드 ①⑤⑥⑯ 배추김치 ⑤⑥⑨		백미밥 달래된장국 ⑤⑥ 달걀채소폭찜 ①⑤⑥⑫ 명엽채조림 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨		잡곡밥 닭개장 ⑤⑥⑮ 소고기부추볶음 ⑤⑥⑯ 오이무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨				
점심	백미밥 팽이버섯맑은국 ⑤⑥ 순살찜닭 ⑤⑥⑮ 돌나물무침 배추김치 ⑤⑥⑨		마파두부덮밥 ⑤⑥⑩ 맑은장국 ⑤⑥ 양배추감자채전 ⑤⑥ 바나나사과키위샐러드 ② 깍두기 ⑤⑥⑨		백미밥 봄동맑은국 ⑨ 간장돼지불고기 ⑤⑥⑩ 파프리카볶음 ⑤⑥ 깍두기 ⑤⑥⑨		백미밥 소고기묵국 ⑤⑥⑯ 브로콜리달걀볶음 ①⑤ 우엉채조림 ⑤⑥ 깍두기 ⑤⑥⑨		백미밥 감자고추장찌개 ⑤⑥ 닭가슴살청경채조림 ⑤⑥⑮ 도토리묵무침 ⑤⑥ 깍두기 ⑤⑥⑨		기장밥 맑은애호박국 ⑤⑥ 오징어볶음 ⑤⑥⑯ 콩나물무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑤⑥⑨		백미밥 부추맑은국 등갈비구이 ⑤⑥⑩ 무생채 배추김치 ⑤⑥⑨				
	저녁간식		시리얼 ⑤⑥ 우유 ②		잼샌드위치 ①②⑤⑥ 우유 ②		떡볶이 ①⑤⑥⑧⑨⑰ 우유 ②		단감 호상요구르트 ②		약식 ⑤⑥ 우유 ②		크림소스스파게티 ②⑤⑥⑫⑰ 과배기 ①②⑤⑥ 우유 ②				
열량/단백질	1822/80		1855/70		1974/69		1675/78		1892/65		1926/76		1864/75				
〈원산지 표시〉																	
쌀																	
찰쌀		현미		전쌀		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		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			
원산지 표시품목																	
쌀 [쌀 가공품포함,찰쌀,현미,전쌀,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), 뽕장어, 우럭(조피볼락), 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) ⑲잣 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.	

2026년 2월 아동복지시설 식단 만 6-11세				발행일: 2026년 1월 15일 발행처: 영양·기획팀		 대구광역시 서구 어린이·사회복지급식관리지원센터																					
기관명:				이 식단은 식생활안전관리원의 자료를 활용하여 개발되었습니다.																							
구분	15[일]		16[월]		17[화]		18[수]		19[목]		20[금]		21[토]														
아침	채소찜빵 ①②⑤⑥⑩⑬⑭		참치주먹밥 ⑤⑥⑭		마늘빵 ①②⑤⑥		멸치주먹밥 ⑤		호밀빵 ①②⑥/딸기잼		뱅어포시금치주먹밥 ⑤⑥		핫케이크 ①②⑤⑥														
	액상발효유 ②		보리차		크림수프 ②⑤⑥⑮⑯		보리차		우유 ②		보리차		우유 ②														
점심	완두콩밥		백미밥		흑미밥		백미밥		오므라이스 ①⑤⑫⑮		차조밥		백미밥														
	만둣국 ①②⑤⑥⑩⑬⑭		버섯찌개		어묵탕 ①⑤⑥⑧⑨⑰		김국 ⑤⑥⑨		미소장국 ⑤⑥		숙주맑은국		들깨미역국 ⑤⑥														
	삼치살조림 ⑤⑥		닭가슴살미나리볶음 ⑤⑥⑮		두부탕수 ⑤⑥		돼지목살구이 ⑩		치킨텐더 ①②⑤⑥⑮		두부찜 ⑤/김치볶음 ⑤⑥⑨		달걀비 ⑤⑥⑮														
	푸실리샐러드 ②⑤⑥⑩⑫⑮⑯		취나물무침 ⑤⑥		참나물무침 ⑤⑥		연근조림 ⑤⑥		깍두기 ⑤⑥⑨		느타리버섯조림 ⑤⑥		고구마튀김 ⑤⑥														
저녁	배추김치 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨		깍두기 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨														
	백미밥		잔치국수 ⑤⑥		백미밥		참쌀연미밥		백미밥		백미밥		흑미밥														
	달걀찜국 ①		작은백미밥		달걀떡국 ①		근대맑은국 ⑤⑥		김치국 ⑤⑥⑨		온도토리묵국 ⑤⑥⑨		숙된장국 ⑤⑥														
	두부구이 ⑤/간장 ⑤⑥		도라지오이무침 ⑤⑥		소고기찜살구이 ⑤⑯		오리주물럭 ⑤⑥		갈치살구이 ⑤		파돼지불고기 ⑤⑥⑩		치즈달걀말이 ①②⑤														
저녁간식	깍임순나물볶음 ⑤⑥		물만두튀김 ①②⑤⑥⑩⑬⑭⑯		강낭콩조림 ⑤⑥		단호박꿀찜		미나리나물 ⑤⑥		쫄면채소무침 ⑤⑥		탕평채 ⑤⑥														
	깍두기 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨		깍두기 ⑤⑥⑨		깍두기 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨														
	군고구마		식빵토스트 ①②⑤⑥		수제블루베리요거트 ②		가래떡구이/조청		치즈스틱 ①②⑤⑥		마들렌 ①②⑤⑥		알감자버터구이 ②														
열량/단백질	우유 ②		우유 ②		우유 ②		우유 ②		매실차		우유 ②		두유 ⑤														
열량/단백질	1951/81		1989/77		2139/66		1792/66		1883/85		2180/71		1976/68														
〈원산지 표시〉																											
쌀																											
찰쌀	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																											
치킨텐더																											
산	산			산			산			산			산			산			산								
원산지 표시품목														알레르기 유발식품 표시													
쌀 [쌀 가공품포함,찰쌀,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), 뽕장어, 우럭(조피볼락), 참돔, 미꾸라지, 고등어, 갈치, 명태(동태), 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 아귀, 주꾸미], 가리비, 우렁챙이, 전복, 방어 및 부세														①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 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.													

2026년 2월 아동복지시설 식단 만 6-11세				발행일: 2026년 1월 15일 발행처: 영양·기획팀		 대구광역시 서구 어린이·사회복지급식관리지원센터																					
기관명:				이 식단은 식생활안전관리원의 자료를 활용하여 개발되었습니다.																							
구분	22[일]		23[월]		24[화]		25[수]		26[목]		27[금]		28[토]														
아침	채소주먹밥 ⑤		베이글 ①②⑤⑥/크림치즈 ②		김가루주먹밥 ⑤⑥		당근라페샌드위치 ①②⑤⑥㉔		햄채소주먹밥 ①②⑤⑥㉔⑫⑮㉔		모닝빵샌드위치 ①②⑤⑥㉔⑫⑮㉔		치즈주먹밥 ②⑤														
	옥수수차		우유 ②		작두콩차		액상발효유 ②		보리차		우유 ②		보리차														
점심	잡쌀현미밥		백미밥		백미밥		기장밥		치킨마요덮밥 ①⑤⑥㉔⑫⑮㉔㉔		백미밥		잡쌀현미밥														
	감자국 ⑤⑥		유부김치국 ⑤⑥⑨		육개장 ⑤⑥㉔		유채된장국 ⑤⑥		우동국물 ⑤⑥		맑은콩나물국 ⑤		김치찌개 ⑤⑥⑨														
	소고기깻잎볶음 ⑤⑥㉔		콘달갈찜 ①		대구살전 ①⑤⑥		돼지고기수육 ㉔		푸실리샐러드(토마토소스) ②⑤⑥㉔⑫⑮㉔		고등어살조림 ⑤⑥⑦		새송이달걀전 ①⑤⑥														
	세발나물 ⑤⑥		돈육파프리카잡채 ⑤⑥㉔		브로콜리숙회(흑임자소스) ①⑤⑥㉔		양배추숙쌈/쌈장 ⑤⑥		배추김치 ⑤⑥⑨		찐만두 ①②⑤⑥㉔㉔㉔		크래미채소볶음 ①⑤⑥⑧														
	깍두기 ⑤⑥⑨		깍두기 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨		깍두기 ⑤⑥⑨				배추김치 ⑤⑥⑨		깍두기 ⑤⑥⑨														
	백미밥		새우간장덮밥 ⑤⑥⑨		잡곡밥		백미밥		백미밥		잡곡밥		백미밥														
저녁	표고버섯탕 ①⑨		무채국 ⑤⑥		다시마뽕국 ⑤⑥		봄동맑은국 ⑨		오징어뽕국 ⑤⑥㉔		닭곰탕 ㉔		미역된장국 ⑤⑥														
	두부양념조림 ⑤⑥		춘권튀김 ①②⑤⑥㉔㉔㉔		간장닭강정 ①⑤⑥㉔		소고기호두조림 ⑤⑥㉔㉔		두부채소볶음 ⑤⑥		소고기궁중떡볶이 ⑤⑥㉔		오삼불고기 ⑤⑥㉔㉔														
	잔멸치볶음 ⑤⑥		배추김치 ⑤⑥⑨		상추부추무침 ⑤⑥		애호박볶음 ⑤⑥		연근조림 ⑤⑥		근대나물 ⑤⑥		연두부 ⑤/흑임자소스 ①⑤⑥㉔														
	배추김치 ⑤⑥⑨				배추김치 ⑤⑥⑨		깍두기 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨		깍두기 ⑤⑥⑨		배추김치 ⑤⑥⑨														
저녁간식	시리얼 ⑤⑥		백설기		우유미숫가루 ②⑤⑥		절편		크로와상 ①②⑤⑥		키위		찐빵 ①②⑤⑥														
	우유 ②		두유 ⑤				우유 ②		우유 ②		호상발효유 ②		우유 ②														
열량/단백질	1685/72		2113/92		1999/77		1802/71		2011/75		1960/98		1956/73														
〈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											
산	산			산			산			산			산			산											
수산물																											
낙지	고등어			갈치			명태(동태)			오징어			꽃게			다랑어											
산	산			산			산			산			산			산											
식육/어육가공품																											
햄																											
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), 뽕장어, 우럭(조피볼락), 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) ⑳잣 ※ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다.						