



6월 1주_일반식

2025년

사회복지팀

	조식	중식	석식	간식	
일 1일	백미밥 만둣국 채소달걀스크램블 연근조림 브로콜리숙회 배추김치	백미밥 근대된장국 돈육편마늘볶음 호박잎찜 양상추샐러드*키워드레싱 배추김치	백미밥 쇠고기뭇국 가자미구이 가지나물 참나물무침 배추김치	오전	저지방우유
월 2일	백미밥 꽃게탕 연두부*양념장 쪽파나물 동부묵김무침 배추김치	백미밥 유부장국 쇠고기배추찜 숙주무침 돌나물초무침 배추김치	백미밥 무뼈우거지탕 닭살전 명이나물 시금치무침 배추김치	오전	검은콩두유
화 3일	백미밥 콩비지백탕 오징어간장조림 도라지나물 숙갓무침 배추김치	백미밥 육개장 달걀찜 죽순채볶음 취나물무침 배추김치	백미밥 미역국 제육볶음 콘샐러드 상추겉절이 배추김치	오전	떠먹는 요구르트
수 4일 [일품요리]	백미밥 시래깃국 닭살새송이버섯볶음 마늘쫄조림 세발나물 배추김치	잔반 없는 날 [일품요리] 돈육짜장밥 콩나물국 오이무침 배추김치	백미밥 사골팓국 고등어무조림 햄감자채볶음 미나리무침 배추김치	오전	매실차
목 5일	백미밥 어묵국 달걀고추장조림 고사리볶음 애호박나물 배추김치	백미밥 아욱된장국 임연수구이 궁채나물 실곤약채소무침 배추김치	백미밥 순두부국 쇠고기가지볶음 파리고추찜 툇무침 배추김치	오전	이온음료
금 6일 [현충일]	백미밥 김치국 돈육굴소스조림 머위대볶음 청경채무침 동치미	백미밥 우동장국 영양찜닭 아몬드채실치볶음 고춧잎무침 배추김치	백미밥 알탕 생선까스*타르타르소스🔔 곤드레나물 치커리사과무침 배추김치	오전	생강라떼
토 7일	백미밥 콩가루숙국 차돌박이숙주찜 깻순볶음 열무무침 배추김치	백미밥 부대찌개 두부조림 양배추볶음 비름나물 배추김치	백미밥 들깨수제비국 오리로소구이 부추무침 쌈무 배추김치	오전	두유
일 8일	백미밥 콩가루숙국 차돌박이숙주찜 깻순볶음 열무무침 배추김치	백미밥 부대찌개 두부조림 양배추볶음 비름나물 배추김치	백미밥 들깨수제비국 오리로소구이 부추무침 쌈무 배추김치	오전	두유

[원산지 표시]

- 쌀 : 밥 (산), 현 미 (산), 찰 쌀 (산), 누룽지(산)
- 콩류 : 두부류 (산), 연 두 부 (산), 순 두 부 (산), 콩비지 (산)
- 육류 : 쇠고기 (산), 돼지고기 (산), 오리고기 (산)
- 수산물 : 낙 지 (산), 고 등 어 (산), 갈치 (산), 명태,동태(산), 꽃게 (산), 참치(다랑어) (산), 주꾸미 (산)
- 배추김치 : 배 추 (산), 고춧가루 (산)
- 식육/어육 가공품 : 훈제오리 (산), 두부스테이크 (산), 떡 갈 비 (산), 어묵 (산), 게맛살(산), 너비아니 (산), 돈까스 (산),
탕수육 (산), 함박스테이크 (산), 동그랑땡 (산), 햄 (산), 핫도그(산), 닭 강 정 (산), 해물완자 (산)



송파구 어린이·사회복지급식관리지원센터



6월 2주_일반식

2025년

사회복지팀

	조식	중식	석식	간식	
일 8일 열량/ 단백질 1968/88	백미밥 달걀찜국 캔콩치김치찌 우영채볶음 참나물무침 동치미	백미밥 온도토리묵국 순살닭갈비 고구마순볶음 미니새송이버섯나물 배추김치	백미밥 근대된장국 돈육장조림 파프리카잡채 맛살샐러드 배추김치	오전 오후	미숫가루우유 크래커 *메밀차
월 9일 열량/ 단백질 1825/77	백미밥 참치추어탕 달걀찜 브로콜리볶음 가지무침 배추김치	백미밥 애호박새우젓국 쇠불고기 건파래볶음 쪽파겉절이 배추김치	백미밥 북엇국 마파두부 숙갓튀김 시금치나물 배추김치	오전 오후	두유 찐옥수수 *결명자차
화 10일 열량/ 단백질 1958/86	백미밥 우거지해장국 닭살단호박조림 도라지볶음 돌나물초무침 배추김치	백미밥 무채국 돈수육*쌈장 동부묵김무침 상추겉절이 배추김치	백미밥 육개장 순살아귀찜 취나물무침 죽순유자청무침 배추김치	오전 오후	떠먹는 요구르트 자른토마토
수 11일 [일품요리] 열량/ 단백질 1810/86	백미밥 콩비지찌개 너비아니볶음 명이나물 콩나물무침 배추김치	잔반 없는 날 [일품요리] 닭갈국수 찐만두*초간장 오이무침 배추김치	백미밥 미역국 달걀말이 햄마늘종볶음 시래기나물 배추김치	오전 오후	저지방우유 참외
목 12일 열량/ 단백질 1977/67	백미밥 감자된장국 두부양념조림 당근채볶음 청경채무침 배추김치	백미밥 표고버섯국 돈육사태고추장찜 애호박볶음 얼갈이나물 배추김치	백미밥 쇠고기대파국 삼치구이 궁채나물 치커리무침 배추김치	오전 오후	이온음료 소보로빵 *보리차
금 13일 열량/ 단백질 1889/72	백미밥 어묵국 달걀스크램블 고사리볶음 세발무침 배추김치	백미밥 맑은유부국 오징어볶음 늪은호박채전 고춧잎나물 배추김치	백미밥 꽃게탕 닭다리살콩가루찜 양상추샐러드*발사믹 오이고추무침 배추김치	오전 오후	검은콩두유 찐고구마 *둥글레차
토 14일 열량/ 단백질 1982/75	백미밥 맑은배춧국 동태살무조림 비름나물 톳무침 배추김치	백미밥 아욱된장국 쇠고기깻잎볶음 양배추숙쌈 부추무침 배추김치	백미밥 수제비국 들기름두부구이 연근조림 열무무침 배추김치	오전 오후	대추차 치즈

[원산지 표시]

- 쌀 : 밥 (산), 현 미 (산), 찰 쌀 (산), 누룽지(산)
- 콩류 : 두부류 (산), 연 두 부 (산), 순 두 부 (산), 콩비지 (산)
- 육류 : 쇠고기 (산), 돼지고기 (산), 오리고기 (산)
- 수산물 : 낙 지 (산), 고 등 어 (산), 갈치 (산), 명태,동태(산), 꽃게(산), 참치(다랑어) (산), 주꾸미 (산)
- 배추김치 : 배 추 (산), 고춧가루 (산)
- 식육/어육 가공품 : 훈제오리 (산), 두부스테이크 (산), 떡 갈 비 (산), 어묵 (산), 게맛살(산), 너비아니 (산), 돈까스 (산),
탕수육 (산), 함박스테이크 (산), 동그랑땡 (산), 햄 (산), 핫도그(산), 닭 강 정 (산), 해물완자 (산)



송파구 어린이·사회복지급식관리지원센터



6월 3주_일반식

2025년

사회복지팀

	조식	중식	석식	간식	
일 15일 열량/ 단백질 1968/88	백미밥 온도토리묵국 돈육양파볶음 우엉조림 미나리무침 배추김치	백미밥 참치김치찌개 채소달걀찜 느타리버섯볶음 토마토어린잎무침 동치미	백미밥 설렁탕 순대볶음 새우살조림 쪽파나물 배추김치	오전	미숫가루우유
월 16일 열량/ 단백질 1825/77	백미밥 근대된장국 차돌박이숙주찜 도라지볶음 곰취나물 배추김치	백미밥 옹심이국 닭살카레조림 죽순채볶음 시금치무침 배추김치	백미밥 북엇국 제육볶음 파프리카무침 브로콜리숙회 배추김치	오전	마시는요구르트
화 17일 열량/ 단백질 1958/86	백미밥 달걀팻국 온두부*참깨소스 아몬드채식치볶음 참나물무침 배추김치	백미밥 우거지해장국 쇠고기장조림 맛살볶음 돌나물무침 배추김치	백미밥 부대찌개 고등어양념구이 가지나물 상추무침 배추김치	오전	두유
수 18일 [일품요리] 열량/ 단백질 1810/86	백미밥 오징어국 돈육굴소스볶음 청경채나물 콩나물무침 배추김치	잔반 없는 날 [일품요리] 곤드레비빔밥 청국장찌개 달걀후라이 배추김치	백미밥 무쌈국 오리주물럭 고구마순볶음 부추콩가루무침 배추김치	오전	도라지차
목 19일 열량/ 단백질 1977/67	백미밥 콩비지백탕 가자미양념조림 명이나물 실곤약채소무침 배추김치	백미밥 미역국 파채쇠불고기 알감자고추장조림 취나물무침 배추김치	백미밥 시래깃국 동그랑땡구이 베이컨애호박볶음 오이무침 배추김치	오전	유자차
금 20일 열량/ 단백질 1889/72	백미밥 표고버섯국 닭다리살볶음 깻잎나물 치커리유자청무침 배추김치	백미밥 육개장 임연수구이 마늘쫄조림 파리고추된장무침 배추김치	백미밥 물만둣국 마파두부 단호박범벅 숙갓무침 배추김치	오전	저지방우유
토 21일 열량/ 단백질 1982/75	백미밥 꽃게탕 달걀스크램블 건파래볶음 궁채나물 배추김치	백미밥 콩나물국 돈수육*새우젓 참기름묵은지볶음 비름나물 깍두기	백미밥 유부장국 쇠고기양배추볶음 콘샐러드 열무무침 배추김치	오전	생강라떼
				오후	비스킷 *보리차

[원산지 표시]

- 쌀 : 밥 (산), 현 미 (산), 찰 쌀 (산), 누룽지(산)
- 콩류 : 두부류 (산), 연 두 부 (산), 순 두 부 (산), 콩비지 (산)
- 육류 : 쇠고기 (산), 돼지고기 (산), 오리고기 (산)
- 수산물 : 낙 지 (산), 고 등 어 (산), 갈치 (산), 명태,동태(산), 꽃게(산), 참치(다랑어) (산), 주꾸미 (산)
- 배추김치 : 배 추 (산), 고춧가루 (산)
- 식육/어육 가공품 : 훈제오리 (산), 두부스테이크 (산), 떡 갈 비 (산), 어묵 (산), 게맛살(산), 너비아니 (산), 돈까스 (산),
탕수육 (산), 함박스테이크 (산), 동그랑땡 (산), 햄 (산), 핫도그(산), 닭 강 정 (산), 해물완자 (산)



송파구 어린이·사회복지급식관리지원센터



6월 4주_일반식

2025년

사회복지팀

	조식	중식	석식	간식	
일 22일 열량/ 단백질 1971/89	백미밥 북엇국 돈육사태고추장찜 우영채볶음 동부묵김무침 배추김치	백미밥 어묵국 너비아니볶음 얼갈이나물 고춧잎된장무침 배추김치	백미밥 수제비국 동태살전 📢 새우살칠리볶음 케일무침 배추김치	오전	검은콩두유
월 23일 열량/ 단백질 1769/83	백미밥 알탕 닭살느타리버섯조림 고사리볶음 곤드레나물 배추김치	백미밥 애호박새우전국 돈육양파볶음 도라지나물 미나리무침 배추김치	백미밥 우거지해장국 김달걀말이 맛살브로콜리볶음 숙주무침 배추김치	오전	미숫가루우유
화 24일 열량/ 단백질 1648/67	백미밥 닭곰탕 돈민찌두부조림 연근조림 청경채나물 배추김치	백미밥 옹심이국 오징어볶음 시금치나물 양상추샐러드*발사믹 배추김치	백미밥 호박잎된장국 쇠고기배추찜 당근채볶음 쪽파겉절이 배추김치	오전	떠먹는 요구르트
수 25일 [일품요리] 열량/ 단백질 1763/61	백미밥 참치김치찌개 달걀장조림 죽순채볶음 가지무침 열무김치	잔반 없는 날 [일품요리] 잔치국수 메밀전병 단무지무침 배추김치	백미밥 무쌈국 제육볶음 곰취나물 상추무침 배추김치	오전	모과차
목 26일 열량/ 단백질 2012/90	백미밥 달걀찜국 쇠불고기 건파래볶음 세발나물 배추김치	백미밥 부대찌개 들기름두부구이 아몬드채실치볶음 참나물무침 배추김치	백미밥 온도토리묵국 찜닭 늪은호박채전 오이무침 배추김치	오전	저지방우유
금 27일 열량/ 단백질 1658/68	백미밥 아욱된장국 고등어무조림 감자채볶음 숙갓무침 배추김치	백미밥 콩나물국 돈육파채볶음 토마토샐러드*오리엔탈 양배추숙쌈 배추김치	백미밥 만둣국 달걀스크램블 고구마순볶음 취나물무침 배추김치	오전	두유
토 28일 열량/ 단백질 1840/63	백미밥 사골찜국 순대볶음 실곤약채소무침 부추무침 배추김치	백미밥 미역국 순살달걀비 애호박볶음 근대나물 배추김치	백미밥 표고버섯국 두부조림 베이컨파프리카볶음 치커리사과무침 배추김치	오전	이온음료
				오후	찐옥수수 *보리차

[원산지 표시]

- 쌀 : 밥 (산), 현 미 (산), 찰 쌀 (산), 누룽지(산)
- 콩류 : 두부류 (산), 연 두 부 (산), 순 두 부 (산), 콩비지 (산)
- 육류 : 쇠고기 (산), 돼지고기 (산), 오리고기 (산)
- 수산물 : 낙 지 (산), 고 등 어 (산), 갈치 (산), 명태,동태(산), 꽃게(산), 참치(다랑어) (산), 주꾸미 (산)
- 배추김치 : 배 추 (산), 고춧가루 (산)
- 식육/어육 가공품 : 훈제오리 (산), 두부스테이크 (산), 떡 갈 비 (산), 어묵 (산), 게맛살(산), 너비아니 (산), 돈까스 (산),
탕수육 (산), 함박스테이크 (산), 동그랑땡 (산), 햄 (산), 핫도그(산), 닭 강 정 (산), 해물완자 (산)



송파구 어린이·사회복지급식관리지원센터



6월 5주_일반식

2025년

사회복지팀

	조식	중식	석식	간식	
일 29일	백미밥 어묵국 달걀찜 새우살마늘종볶음 비름나물 배추김치	백미밥 육개장 캔콩치묵은지조림 우영채볶음 궁채나물 깍두기	백미밥 청국장찌개 돈육편마늘볶음 브로콜리숙회 오이고추무침 배추김치	오전	매실차
월 30일	백미밥 북엇국 닭살카레볶음 가지나물 열무무침 배추김치	백미밥 들깨무쌈국 마파두부 깍두기 햄콩나물무침 배추김치	백미밥 웅심이국 쇠고기육전 곤드레나물 미나리무침 배추김치	오전	검은콩두유
열량/ 단백질 1776/82			오후	치즈	
열량/ 단백질 1763/86			오후	수박	



매주 수요일은 “잔반 없는 날”로

음식물 쓰레기를 줄여 건강과 환경을 지켜요!



조리 및 제공 시 주의사항



6/6 생선까스

생선까스에 가시가 있을 수 있으니 **주의하여 제공**해주세요.



6/22 동태살전

동태살에 **가시가 없는지 확인 후** 제공해주세요.

식단 사용 만족도 조사



※ 참여방법: QR코드를 촬영하여 네이버 폼 링크 접속

송파구 어린이·사회복지급식관리지원센터

[원산지 표시]

- 쌀 : 밥 (산), 현 미 (산), 찰 쌀 (산), 누룽지(산)
- 콩류 : 두부류 (산), 연 두 부 (산), 순 두 부 (산), 콩비지 (산)
- 육류 : 쇠고기 (산), 돼지고기 (산), 오리고기 (산)
- 수산물 : 낙 지 (산), 고 등 어 (산), 갈치 (산), 명태,동태(산), 꽃게(산), 참치(다랑어) (산), 주꾸미 (산)
- 배추김치 : 배 추 (산), 고춧가루 (산)
- 식육/어육 가공품 : 훈제오리 (산), 두부스테이크 (산), 떡 갈 비 (산), 어묵 (산), 게맛살(산), 너비아니 (산), 돈까스 (산),
탕수육 (산), 함박스테이크 (산), 동그랑땡 (산), 햄 (산), 핫도그(산), 닭 강 정 (산), 해물완자 (산)



송파구 어린이·사회복지급식관리지원센터