

□ 발행처 : 수성구 어린이사회복지급식관리지원센터

□ 발행일 : 2026년 2월 19일

□ 발행인 : 영양팀 영양사

□ 출 처 : 식생활안전관리원

2026년 3월 표준식 식단

수성구 어린이·사회복지급식관리지원센터

시설명:어르신노인요양시설

구분	1[일] 삼일절	2[월] 대체공휴일	3[화] 정월대보름	4[수]	5[목]	6[금]	7[토]
아침	백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑬ 은두부찜/양념장⑤⑥ 취어채조림⑤⑥ 유채나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 버섯들깨탕⑤⑥ 떡갈비조림⑤⑥⑩⑬ 도라지볶음⑤⑥ 양념깻잎지⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 홍합살맑은국⑬ 달걀장조림①⑤⑥ 잔멸치호두볶음⑤⑥⑭ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 어묵국⑤⑥ 달걀채소볶음⑤⑥⑮ 브로콜리볶음⑤ 오복지들기름무침 배추김치⑨	백미밥 호박새우젓국⑨ 두부조림⑤⑥ 파프리카햄볶음⑤⑥⑮ 우영채볶음⑤⑥ 상추양파무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 물만둣국①⑤⑥⑩ 너비아니구이⑤⑥⑩⑬ 우영채볶음⑤⑥ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 송능 돼지고기채피망볶음⑤⑥⑩ 오이사와무침 도시락김 배추김치⑨
오전간식	검은콩두유⑤	바나나	두유⑤	딸기	검은콩두유⑤	굴	우유미숫가루②⑤⑥
점심	백미밥 대구맑은탕 한식잡채⑤⑥ 강낭콩조림⑤⑥ 부추겉절이⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 근대된장국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑬ 청포묵무침⑤⑥ 김가루실파무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 쇠고기탕국⑤⑥⑬ 조기구이⑤ 이색나물⑤⑥ (콩나물/고사리) 배추김치⑨	백미밥½ 잔치국수⑤⑥⑨ 오징어숙회⑤⑥⑰ 얼갈이겉절이⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 냉이된장국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑮ 명엽채조림⑤⑥ 양배추찜/양념장⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 무채들깨국⑤⑥ 갈치구이⑤⑥ 새송이버섯볶음⑤ 마카로니샐러드①⑤ 배추김치⑨	백미밥 육개장⑤⑥⑬ 두부구이⑤ 가지볶음⑤⑥ 봄동겉절이⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	크래커②⑤⑥⑬ 대추차	찐감자 호상발효유②	팥찐빵②⑤⑥ 오미자차	약과⑤⑥ 엑상발효유②	꿀호떡②④⑤⑥ 매실차	옥수수수프②⑥ 두유⑤	카스텔라①②⑤⑥ 녹차
저녁	백미밥 조갯살맑은국⑤⑥⑬ 오리불고기⑤⑥ 마늘종건새우볶음⑤⑥⑨ 무생채 배추김치⑨	백미밥 복엇국⑤⑥ 양념달걀비⑤⑥⑮ 맛살채소볶음①⑤⑥⑧ 양파초절임⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 순두부찌개⑤ 돼지고기장조림⑤⑥⑮ 애호박베이컨볶음⑩ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 꽃게탕⑤⑥⑧ 미나돈까스/소스①②⑤⑥⑩⑫⑮ 감자채피망볶음⑤ 세발나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 전복미역국⑤⑥⑬ 달걀말이①⑤ 실곤약채소무침⑤⑥ 미나리나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 온도토리묵국⑤⑥⑨ 쇠고기대파볶음⑤⑥⑮ 단호박조림⑤⑥ 비름나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 김치국⑤⑥⑨ 순살안동찜닭⑤⑥⑮ 어묵볶음⑤⑥ 콩나물무침⑤ 깍두기⑨
열량/단백질 (kcal/g)	2127/88	2028/87	2051/99	2200/100	2065/83	2188/79	2092/84
구분	8[일]	9[월]	10[화]	11[수]	12[목]	13[금]	14[토]
아침	백미밥 시금치된장국⑤⑥ 달걀찜① 잔멸치고추장볶음⑤⑥ 방풍나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 쇠고기뭇국⑤⑥⑬ 가자미조림⑤⑥ 마늘종장아찌⑤⑥ 취나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 복엇국⑤⑥ 달걀간장조림⑤⑥⑮ 애호박볶음⑤ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 감자양파국⑤⑥ 연두부/양념장⑤⑥ 새우살굴소스볶음⑤⑥⑨⑮ 숙갓나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 바지락맑은국⑨⑬ 훈제오리채소볶음⑤ 우영조림⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 오징어뭇국⑤⑥⑰ 달걀스크램블①⑤ 어묵볶음⑤⑥ 미나리초무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 송능 쇠고기채소볶음⑤⑥⑮ 감자조림⑤⑥ 양배추나물⑤⑥ 배추김치⑨
오전간식	배	호상발효유②	사과	엑상발효유②	토마토⑫	두유⑤	엑상발효유②
점심	백미밥 콩가루배춧국⑤⑥ 쇠고기장조림⑤⑥⑬ 도라지무침⑤⑥ 상추겉절이⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 닭곰탕⑮ 두부양념조림⑤⑥ 연근흑임자소스무침①⑤⑥ 미나리나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 냉이된장국⑤⑥ 선산적구이⑤⑥⑩⑬ 고사리들깨나물⑤⑥ 봄동겉절이⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 주꾸미달걀⑤⑥ 콩나물국⑤ 치즈달걀말이①②⑤ 과일샐러드② 배추김치⑨	백미밥½ 수제빻국⑤⑥⑨ 돼지고기겉잎볶음⑤⑥⑩ 새송이버섯조림⑤⑥ 돌나물/초장⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 들깨미역국⑤⑥ 미트볼채소조림②⑤⑥⑩⑬ 부추전⑤⑥ 유채고추장나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 배추된장국⑤⑥ 콩초조림⑤⑥ 단호박범벅①②③ 오이양파무침⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	모닝빵샌드위치①②⑤⑥⑧ 두유⑤	전병⑤⑥ 매실차	통밀쿠기①②⑤⑥ 두유⑤	밤식빵②⑤⑥ 생강차	땅콩샌드①②④⑤⑥ 검은콩두유⑤	찐고구마 동글레차	머핀①②⑤⑥ 보리차
저녁	백미밥 유부맑은국⑤⑥ 오징어볶음⑤⑥⑰ 느타리버섯볶음⑤ 돌나물무침 배추김치⑨	백미밥 어묵국⑤⑥ 돼지불고기⑤⑥⑩ 감자채볶음⑤ 오이달래무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 동태전①⑤⑥ 올방개묵무침⑤⑥ 겉잎순나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 떡국①⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑬ 맛살피망볶음①⑤⑥⑧ 무생채 배추김치⑨	백미밥 숙된장국⑤⑥ 고등어구이⑤⑦ 덕덕무침⑤⑥ 숙주나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩비지찌개⑤⑥⑨ 닭볶음탕⑤⑥⑮ 브로콜리볶음⑤ 무말랭이무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 추어탕⑤⑥ 두부달걀구이①⑤⑥ 마늘종베이컨볶음⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥ 깍두기⑨
열량/단백질 (kcal/g)	2039/92	2085/89	2139/79	2200/95	2021/90	2161/82	2200/95

구분	15[일]	16[월]	17[화]	18[수]	19[목]	20[금]	21[토]
아침	백미밥 홍합살맑은국⑤ 돼지고기장조림③⑤⑩ 명엽채볶음⑤⑥ 비름나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 얼갈이된장국⑤⑥ 비엔나피망볶음⑤⑥⑩⑬ 잔멸치볶음⑤⑥ 세발나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 순두부백탕⑤ 게살달걀찜①⑤⑥⑧ 연근조림⑤⑥ 취나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 버섯맑은국⑤⑥ 쇠고기채소볶음③⑤⑬ 브로콜리죽임자소스무침①⑤⑥ 숙주나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 애호박전국⑤⑥⑨ 코다리조림⑤⑥ 우영채볶음⑤⑥ 양념깻잎지⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 들깨미역국⑤⑥ 떡갈비구이⑤ 느타리버섯볶음⑤ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 송능 돼지고기채소볶음⑤⑥⑩ 파리고추찜⑤⑥ 유채나물⑤⑥ 배추김치⑨
오전간식	우유미숫가루②⑤⑥	바나나	호상발효유②	딸기	두유⑤	키위	두유⑤
점심	백미밥 육개장⑤⑥⑬ 닭살채소볶음⑤⑥⑬ 애호박새우젓볶음⑤⑨ 봄동겉절이⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 무채들깨국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑬ 총알새송이버섯초무침⑤⑥ 열무나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 모듬어묵탕⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 청포묵무침⑤⑥ 깻잎/쌈무 배추김치⑨	백미밥½ 닭칼국수⑥⑮ 해물파전⑤⑥⑨⑰ 아삭이고추된장무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 다시마묵국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 부추겉절이⑤⑥ 상추/쌈장⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 근대된장국⑤⑥ 돼지고기김치찜⑤⑨⑩ 맛살샐러드①⑤⑥⑧ 오이양파무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 동태맑은국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 가지볶음⑤⑥ 오징어젓꼭지무침⑦ 배추김치⑨
오후간식	소보로빵①②④⑤⑥ 녹차	물만두/양념장⑤⑥⑩ 두유⑤	치즈빵①②⑤⑥ 메밀차③	호두과자①②⑥⑭ 엑상발효유②	단팥빵①②⑤⑥ 매실차	쌀과자⑤⑥ 검은콩두유⑤	프렌치토스트①②⑤⑥ 통글레차
저녁	백미밥 달걀국① 순대채소볶음⑤⑥⑩ 도라지사과무침⑤⑥ 숙갓나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩나물국⑤ 오징어볶음⑤⑥⑰ 미나리겉절이⑤⑥ 김구이/양념장⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 냉이된장국⑤⑥ 가지미카레구이②③⑥⑩⑬⑮ 고사리나물⑤⑥ 돌나물유자청무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 복엇국⑤⑥ 동그랑땡조림①⑤⑥⑩ 실곤약채소무침⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 김칫국⑤⑥⑨ 두부강정①⑤⑥⑫ 마늘종건새우볶음⑤⑥⑨ 청경채나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 감자고추장찌개⑤⑥ 쇠고기잡채⑤⑥⑬ 불어묵조림⑤⑥ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨	백미밥 사골곰국⑤ 달걀말이①⑤ 건파래자반⑤ 치커리겉절이 깍두기⑨
열량/단백질(kcal/g)	2198/97	2026/85	2016/87	2200/81	2185/116	2200/79	2093/88
구분	22[일]	23[월]	24[화]	25[수]	26[목]	27[금]	28[토]
아침	백미밥 콩나물국⑤ 닭살간장조림⑤⑥⑬ 감자채피망볶음⑤ 청경채무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 홍합살미역국⑤⑥⑨⑮ 참치김치볶음⑤⑨ 온두부찜⑤ 미나리나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 버섯맑은국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑮ 애호박볶음⑤ 궁채나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 물만두국①⑤⑥⑩ 삼치엇장조림⑤⑥ 브로콜리깨무침 비름나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 복엇국⑤⑥ 돼지고기채피망볶음⑤⑥⑩ 숙주나물무침⑤⑥ 된장고추지⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 맑은배춧국⑤⑥ 미트볼토마토소스조림②⑤⑥⑩⑫⑬ 도라지볶음⑤⑥ 참나물무침⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 송능 달걀스크램블①⑤ 잔멸치고추장볶음⑤⑥ 열무나물⑤⑥ 배추김치⑨
오전간식	사과	호상발효유②	두유⑤	배	두유⑤	굴	두유⑤
점심	백미밥 유부맑은국⑤⑥ 생선까스/타르타르소스①⑤⑥ 연근아몬드조림⑤⑥ 얼갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 건설우근대국⑤⑥⑨ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 도토리묵무침⑤⑥ 양파초절임⑤⑥ 배추김치⑨	탄탄재료 백미밥 채개장⑤⑥ 달걀장조림①⑤⑥ 취어채볶음⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 쇠고기콩나물밥/양념장⑤⑥⑬ 냉이된장국⑤⑥ 너비아니구이⑤⑥⑩⑭ 봄동겉절이⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 닭곰탕⑮ 마파감자⑤⑥⑩⑮ 어묵파프리카볶음⑤⑥ 방통나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 콩비지찌개⑤⑥⑨ 낙지볶음⑤⑥ 오이숙장아찌⑤⑥ 양상추샐러드/키위D①⑤ 깍두기⑨	백미밥 시금치된장국⑤⑥ 돼지고기육찜⑤⑥⑩⑫③ 표고버섯조림⑤⑥ 얼갈이겉절이⑤⑥ 깍두기⑨
오후간식	양갱⑤⑥ 두유⑤	약과⑤⑥ 메밀차③	젤리빵①②⑤⑥ 대추차	블루베리셰이크②	찰보리빵①②⑥ 오미자차	찐고구마 엑상발효유②	현미과자⑤⑥ 유자차
저녁	백미밥 무쌈국⑤⑥ 쇠고기대파볶음⑤⑥⑬ 진미채볶음⑤⑥⑰ 브로콜리숙회/초장⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 토란국⑤⑥ 훈제오리구이 고사리나물⑤⑥ 부추겉절이⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 추어탕⑤⑥ 섭산적구이⑤⑥⑩⑬ 우영조림⑤⑥ 김가루무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 김치찌개⑤⑥⑨ 오징어볶음⑤⑥⑰ 가지들깨무침⑤⑥ 양배추나물⑤⑥ 깍두기⑨	백미밥 두부탕국⑤⑥ 쇠고기곤약조림⑤⑥⑬ 새송이버섯전①⑤⑥ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 홍합탕⑨ 순살닭갈비⑤⑥⑮ 마늘종양념조림⑤⑥ 콩나물무침⑤ 배추김치⑨	백미밥 미역국⑤⑥ 고등어구이⑤⑦ 단호박범벅①②③ 양념깻잎지⑤⑥ 배추김치⑨
열량/단백질(kcal/g)	2120/84	2072/94	2085/89	1967/83	2070/91	2194/81	2115/79

구분	29[일]	30[월]	31[화]				
아침	백미밥 어묵국⑤⑥ 오리불고기⑤⑥ 가지볶음⑤⑥ 세발나물⑤⑥ 배추김치⑤	백미밥 오징어묵국⑤⑥⑦ 비엔나소시지계첩볶음 ⑤⑥⑩⑫ 땅콩조림④⑤⑥ 시금치고추장나물⑤⑥ 배추김치⑤	백미밥 콩나물국⑤ 달걀찜① 느타리버섯볶음⑤ 고들빼기무침 배추김치⑤	카카오톡 채널에서 3월 식단표와 조리법을 확인할 수 있어요. 	*식단(간식포함) 에너지 기준 : 1800-2200kcal *1일 단백질 권장섭취량 : 65g *식자재 수급 상황에 따라 메뉴는 변경될 수 있습니다. *알레르기 유발식품 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합포함) ⑳잣 *아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 등의 식품첨가물의 형태로 대부분의 가공식품에 포함되어 있어 표기를 생략하였습니다. *백미밥과 잡곡밥은 서로 대체 가능합니다. *김치류(배추김치, 깍두기, 열무김치, 석박지, 백나박김치 등) 는 서로 대체 가능합니다. *탄탄제로 식단 : 탄소배출을 줄이기 위해 난류, 해산물류, 콩류, 채소류 위주로 구성된 저탄소식단		
오전간식	검은콩두유⑤	딸기	액상발효유②				
점심	백미밥 바지락맑은국⑨⑩ 두부구이/양념장⑤⑥ 명엽채볶음⑤⑥ 미나리겉절이⑤⑥ 배추김치⑤	백미밥 꽃게탕⑤⑥⑧ 순살안동찜닭⑤⑥⑧ 애호박볶음⑤ 방풍나물⑤⑥ 배추김치⑤	백미밥½ 김치수제빻국⑤⑥⑨ 새우까스①⑤⑥⑨ 머위대나물⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 깍두기⑤				
오후간식	파배기①②⑤⑥ 등굴레차	크래커②⑤⑥⑩ 두유⑤	찐단오박 매실차				
저녁	백미밥 시래기된장국⑤⑥ 쇠고기채소볶음⑤⑥⑩ 청포묵무침⑤⑥ 유채나물⑤⑥ 깍두기⑤	백미밥 들깨감자국⑤⑥ 코다리양념찜⑤⑥ 연근튀김⑤⑥ 치커리사과무침⑤⑥ 배추김치⑤	백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑩ 제육볶음⑤⑥⑩ 양배추찜/양념장⑤⑥ 비름나물⑤⑥ 깍두기⑤				
열량/단백질 (kcal/g)	2128/83	2200/123	1897/80				

<원산지 표시>

쌀(밥, 죽, 누룽지)				콩류			콩가공품
백미	현미	흑미	잡쌀	두부	순두부	연두부	콩비지
산	산	산	산	산	산	산	산
배추김치				겉절이			
배추	고춧가루	얼갈이	불통	고춧가루			
산	산	산	산	산	산		
축산물							
쇠고기			돼지고기	닭고기	오리고기		
한우	육우	외국산					
산	산	산	산	산	산		
수산물							
참조기	오징어	꽃게	전복	갈치	명태(동태)	주꾸미	고등어
산	산	산	산	산	산	산	산
수산물							
미꾸라지	명태(코다리)	낙지					
산	산	산					
식육가공품							
떡갈비	베이컨	미니돈가스	햄	너비야니	섭산적	훈제오리	미트볼
돼지고기: 산	돼지고기: 산	돼지고기: 산	돼지고기: 산	돼지고기: 산	돼지고기: 산	오리고기: 산	돼지고기: 산
쇠고기: 산				쇠고기: 산	쇠고기: 산		쇠고기: 산
식육가공품							
비엔나	통그랑뎡	사골(우사골,우잡뼈)					
돼지고기: 산	돼지고기: 산	쇠고기: 산					
쇠고기: 산							
수산물가공품							
오징어젓갈	생선까스	진미채	참치캔				
오징어: 산	명태: 산	오징어: 산	다랑어: 산				

※ 시설에서 사용하는 식재료에 따라 원산지와 식품 알레르기 표시 항목이 다를 수 있으므로 확인 후 수정 사용하세요.

식단 안내문

1. 식단 작성 기준

- 「2025 한국인 영양소 섭취기준」에 준하여 개발하였으며, 1일 필요 에너지, 단백질 권장섭취량은 다음과 같음

구분	2025 한국인영양소섭취기준		한 끼 식사 기준(25-30%)		간식 (10-15%)
	에너지	단백질	에너지	단백질	
65세 이상 남자	2,000kcal	60g	500-600kcal	15-18g	200-300kcal
65세 이상 여자	1,600kcal	50g	400-480kcal	13-15g	160-240kcal

*연식(죽식)은 표준식 또는 중식보다 열량이 낮을 수 있으니, 섭취량을 증가시킬 필요가 있을 경우 식사량 또는 식사횟수를 늘리거나 간식을 제공하시기 바랍니다.

2. 식단 종류 및 주의사항

종류		목적	식단구성 및 주의사항
일반식	표준식	영양적으로 균형 잡힌 식사를 제공함으로써 사회복지시설 대상자들의 영양상태와 건강 및 기능 상태를 유지 및 개선하기 위한 식사	1) 조식, 중식, 석식 / 오전간식, 오후간식으로 구성 2) 밥, 국, 4찬(주찬, 부찬1, 부찬2, 김치)로 구성 3) 칼슘 보충을 위하여 하루 1회 우유 및 유제품을 구성
	중식		1) 중식 / 오전간식, 오후간식으로 구성 2) 밥, 국, 4찬(주찬, 부찬1, 부찬2, 김치)로 구성 3) 칼슘 보충을 위하여 하루 1회 우유 및 유제품을 구성
특수식	연식(죽식)	자극이 없는 식품을 소화하기 쉽도록 부드럽게 조리하여 씹고 삼키기 쉬운 형태로 제공되는 식사	1) 조식 흰죽, 중석식 영양죽 제공 2) 강한 향신료 사용 제한 3) 질기고 딱딱한 음식은 제한하며 부드럽게 조리하여 제공

탄탄제로식단: 탄소배출을 줄이기 위해 난류, 해산물류, 콩류, 채소류 위주로 구성된 저탄소식단

[참고] 임상영양관리지침서 제3판(사단법인 대한영양사협회, 2008)

3. 원산지 표시

- 식품위생법 「농수산물 원산지 표시에 관한 법률」에 따라 원산지를 표기하여야 함

농축수산물(29)	원산지 의무표시 대상품목
농산물 및 가공품(3)	쌀(밥, 죽, 누룽지), 배추김치(배추, 고춧가루), 콩(두부류, 콩국수, 콩비지)
축산물 및 가공품(6)	쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기, 염소
수산물 및 가공품(20)	명태(황태, 북어 등 건조한 것은 제외), 고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조기, 다랑어, 주꾸미, 낙지, 아귀, 넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 전복, 가리비, 방어, 부세, 우렁챙이(명게)

※ 유의사항

- 시설에서 실제 사용·보관하는 원산지 표시대상 품목의 원산지를 확인하여 표기하고, 식재료 수급 후 원산지가 변경 될 경우 변경사항을 기록합니다.

4. 고령친화식품 및 나트륨·당류 저감 식품

고령친화식품이란?

- 고령자의 식품 섭취·소화·흡수·대사 등을 돕기 위해 식품의 물성 및 영양 성분 등이 일정 수준을 충족하도록 제조·가공한 식품
- 1단계(치아섭취) : 고령자의 신체적 특성을 고려하여 치아로 씹어서 섭취 가능한 물성을 가지도록 제조한 고령친화식품을 말함.
- 2단계(잇몸 섭취) : 고령자의 신체적 특성을 고려하여 잇몸으로 으깨어 섭취 가능한 물성을 가지도록 제조한 고령친화식품을 말함.
- 3단계(혀로 섭취) : 고령자의 신체적 특성을 고려하여 혀로 섭취 가능한 물성을 가지도록 제조한 고령친화식품을 말함.

나트륨·당류 저감 식품

- 「나트륨·당류 저감 표시기준」에 따라 '덜, 감소, 줄인, 라이트' 등의 문구가 표시된 제품
- 시중 유통 중인 식품의 세부분류별 나트륨·당류 함량의 평균값 또는 자사유사제품 대비 비교단위와 비교하여 나트륨·당류의 함유 사실 또는 함유 정도를 표시한 **나트륨·당류 저감 식품 우선 사용을 권장함**

[참고] 고령친화식품(한국산업표준)

5. 식단감수 컨설팅

- 식단감수 : 시설의 상황에 따라 식단 변경이 필요할 시, 식단 감수를 통해 변경해드립니다.
- (* 동일 식품군 내에서 동일 조리법으로 변경 시에는 식단 감수 없이 변경하시면 됩니다.)
- 식단감수가 필요한 경우에는 **매월 22일까지** 식단감수요청서를 이메일(dgsuseong@naver.com)로 보내주시기 바랍니다.
- 식단감수 대상
수성구 어린이·사회복지급식관리지원센터의 관리 및 지원을 받는 시설로서 수성구 어린이·사회복지급식관리지원센터에서 제공한 식단을 사용하는 경우

식단감수가 필요한 경우	식단감수 없이 변경 가능한 경우
① 다른 식품군 또는 동일 조리법 의 메뉴로 변경 ex) 채소나물 ↔ 채소튀김(x), 삼치구이 ↔ 삼치조림(x) 달걀말이 ↔ 김구이(x), 오징어볶음 ↔ 치킨샐러드(x) ② 식자재 수급과 관계없이 기관의 특성이나 입소자의 기호에 따라 식단을 변경하는 경우	① 동일 식품군 내에서 동일 조리법 의 메뉴로 변경 ex) 쌀밥 ↔ 잡곡밥(o), 배추김치 ↔ 깍두기(o) 가자미구이 ↔ 삼치구이(o), 숙갓나물 ↔시금치나물(o) ② 우유·유제품, 차류 추가 ③ 과일 및 우유 : 과일의 종류, 유제품의 종류 변경

※ 유의사항

- 식재료 수급이 어려워 동일 식품군 내에서 메뉴를 변경할 경우 반드시 급식운영일지 등에 변경사유를 정확하게 기록합니다.
- 감수절차를 거치지 않고 임의로 식단을 변경하여 발행하는 문제에 대해서는 본 센터에서 책임지지 않습니다.