



2026년 7월 식단표

월	화	수	목	금	토
		1	2	3	4
		양송이스프	단호박죽	옥수수스프	단호박죽
		콩나물국 카레소스 옛날소세지전 단무지 배추김치 760kcal	팽이된장국 돈장조림 어묵볶음 가지나물 배추김치 770kcal	바지락살미역국 함박스테이크&소스 고사리나물 양배추샐러드 배추김치 750kcal	홍합살탕국 두부구이&양념장 감자조림 다시마채무침 배추김치 690kcal
		찐빵	찐고구마	검은콩두유	비피더스
		어묵국 두부조림 도토리묵&양념장 콩나물무침 배추김치 660kcal	콩나물국 고등어구이 연근조림 브로컬리&초장 배추김치 720kcal	근대된장국 닭안심야채볶음 어묵볶음 마늘쫀장아찌 배추김치 660kcal	만둣국 해물완자전 도토리묵야채무침 도시락김 배추김치 730kcal
6	7	8	9	10	11
쇠고기스프	단호박죽	크림스프	단호박죽	양송이스프	단호박죽
열무된장국 간장불고기 실곤약야채무침 콩나물무침 배추김치 720kcal	어묵국 백순대야채볶음 무나물 미역줄기볶음 배추김치 750kcal	조랭이떡국 너비아니구이 무청시래기지짐 오이양파무침 배추김치 905kcal	들깨무채국 콩나물불고기 도토리묵&양념장 단배추나물 배추김치 780kcal	콩가루배춧국 닭간장조림 숙주나물 브로컬리&초장 배추김치 750kcal	<국수데이> 잔치국수 (고명: 어묵, 호박 당근, 볶음김치) 배추김치 850kcal
모닝빵&잼	바나나	두유	찐감자	빅파이&요구르트	사과주스
북어국 떡갈비조림 콩자반 다시마채무침 배추김치 700kcal	맑은순두부찌개 미니돈가스 무말랭이 숙주나물 배추김치 695kcal	시락국 고등어조림 감자채볶음 얼갈이겉절이 배추김치 680kcal	어묵국 미트볼야채조림 실곤약마요무침 호박나물 배추김치 695kcal	계란파국 짜장소스 군만두 단무지무침 배추김치 755kcal	들깨버섯탕 돈채피망볶음 알감자조림 마늘쫀고추장무침 배추김치 720kcal
13	14	15	16	17	18
옥수수스프	단호박죽	쇠고기스프	단호박죽	크림스프	단호박죽
맑은순두부찌개 떡갈비아채조림 코울슬로 고시래기무침 배추김치 780kcal	감자양파국 고등어조림 물만두&초간장 호박나물 배추김치 790kcal	닭다리삼계탕 마늘쫀장아찌 부추겉절이 배추김치 880kcal	건새우무국 방아콩나물찜 감자채볶음 다시마채무침 배추김치 820kcal	오이냉국 돈육두루치기 지리멸치볶음 양배추&쌈장 배추김치 680kcal	유부된장국 두부조림 비엔나야채볶음 오복지무침 배추김치 780kcal
단호박찐빵	모닝빵&잼	찐감자	바나나	마시는유산균	두유
유부된장국 돈장조림 연두부&양념장 양배추샐러드 배추김치 760kcal	들깨미역국 너비아니구이 오징어젓갈무침 무나물 배추김치 690kcal	열무된장국 생선가스&타르소스 알송이조림 콩나물무침 배추김치 760kcal	수제비국 두부구이 우영채조림 무말랭이무침 배추김치 770kcal	감자양파국 매추리알곤약조림 콩자반 브로컬리&초장 배추김치 650kcal	콩나물국 돈육두루치기 간장어묵볶음 양념깻잎지 배추김치 730kcal
20	21	22	23	24	25
양송이스프	단호박죽	옥수수스프	단호박죽	쇠고기스프	단호박죽
들깨미역국 잡채 알송이간장조림 얼갈이겉절이 배추김치 800kcal	사골우거지국 돈채피망볶음 매콤무조림 미역줄기볶음 배추김치 790kcal	어묵국 미니돈가스 연근조림 숙주나물 배추김치 770kcal	근대된장국 콩나물맛살냉채 스모크햄구이 가지나물 배추김치 700kcal	물만둣국 동그랑땡구이 애느타리버섯볶음 오이생채 배추김치 785kcal	<국수데이> 잔치국수 (고명: 어묵, 호박 당근, 볶음김치) 배추김치 850kcal
찐고구마	바나나	모닝빵&잼	찐빵	비피더스	오렌지주스
순두부찌개 함박스테이크조림 멸치볶음 오이지무침 배추김치 750kcal	오징어무국 고등어조림 호박나물 가지나물 배추김치 655kcal	콩가루배춧국 순대야채볶음 계란후라이 다시마채무침 배추김치 740kcal	들깨무채국 닭조림 애느타리볶음 양념깻잎지 배추김치 690kcal	조개살미역국 돈장조림 무생채 양배추&쌈장 배추김치 670kcal	홍합살두부탕국 비엔나야채볶음 알송이조림 숙주나물 배추김치 705kcal
27	28	29	30	31	
크림스프	단호박죽	양송이스프	단호박죽	옥수수스프	
콩나물국 닭조림 도시락김 단배추나물 배추김치 690kcal	시락국 간장불고기 어묵볶음 다시마쌈&전국장 배추김치 750kcal	도토리묵냉국 생선가스&타르소스 호박나물 콩나물무침 배추김치 820kcal	감자수제비국 훈제오리야채볶음 연두부&양념장 숙주나물 배추김치 840kcal	유채된장국 버섯콩나물밥&양념장 감자조림 고시래기무침 배추김치 620kcal	
바나나	찐감자	단호박찐빵	모닝빵&잼	검은콩두유	
맑은쇠고기무국 고등어구이 실곤약초무침 오복지무침 배추김치 660kcal	홍합살탕국 미트볼야채조림 감자조림 양배추샐러드 배추김치 710kcal	조랭이떡국 두부조림 스모크햄구이 무나물 배추김치 750kcal	팽이된장국 너비아니구이 단호박샐러드 미역줄기볶음 배추김치 750kcal	어묵국 간장불고기 콩자반 오이양파무침 배추김치 730kcal	

위 식단은 시장사정에 의해 변경 될 수 있습니다.