

2025년 12월 식단표

일자/요일		01(월)	02(화)	03(수)	04(목)	05(금)	06(토)
아침		잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
		야채스프	단호박죽	유부팽이국	부추계란국	야채스프	북어계란국
		메추리알조림	스크램블	소세지야채볶음	메추리알조림	두부조림	미트볼야채볶음
		콩나물무침	숙주나물	고구마줄기볶음	연근조림	고비나물	콩나물무침
		김자반	도토리묵	콩나물무침	청포묵	새송이버섯볶음	표고버섯볶음
		배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
점심		잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
		소고기미역국	근대된장국	북어콩나물국	냉이된장국	김치콩나물국	순대국
		돈육간장불고기	간장닭볶음탕	매콤돈육불고기	소불고기	훈제오리야채볶음	매콤돈육불고기
		새송이버섯볶음	고비나물	시금치무침	근대무침	부추겉절이	시금치무침
		오이무침	표고버섯볶음	감자채볶음	오이무침	감자조림	미역줄기볶음
		배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
저녁		잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
		어묵탕	해물모듬탕	소고기무국	소고기토란국	근대된장국	사골물만두국
		스모크햄볶음	동그랑땡케찹	순살코다리조림	스크램블	소세지야채볶음	계란말이
		애호박볶음	청경채무침	얼갈이무침	청경채무침	해물모듬무침	고구마줄기볶음
		무생채	어묵볶음	무생채	애호박볶음	어묵볶음	도토리묵
		배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치

일자/요일	07(일)	08(월)	09(화)	10(수)	11(목)	12(금)	13(토)
아침	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	얼갈이된장국	어묵탕	단호박죽	배추된장국	야채스프	북어계란국	얼갈이된장국
	두부조림	메추리알조림	두부조림	소세지야채볶음	메추리알조림	스크램블	두부조림
	숙주나물	콩나물무침	숙주나물	청포묵	숙주나물	청포묵	도토리묵
	브로콜리볶음	브로콜리볶음	시금치무침	미역무침	표고버섯볶음	고구마줄기볶음	브로콜리볶음
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
점심	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	북어미역국	감자계란국	소고기무국	부대찌개	해물모듬탕	들깨무채국	소고기미역국
	순살동태조림	매콤제육볶음	함박스테이크/소스	양념오징어볶음	돈까스/소스	돼지수육	양념오리주물럭
	느타리버섯볶음	고비나물	어묵볶음	연근조림	새송이버섯볶음	어묵볶음	알배추/쌈장
	연근조림	얼갈이겉절이	느타리버섯볶음	봄동겉절이	감자조림	꽃상추/쌈장	근대무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
저녁	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	순두부맑은탕	오징어무국	유부팽이국	순두부맑은탕	어묵탕	고기순대국	유부팽이국
	떡갈비야채볶음	스모크햄볶음	계란말이	동그랑땡구이	콩나물불고기	분홍소세지구이	캔콩치조림
	청포묵	도토리묵	고구마줄기볶음	애호박볶음	무생채	콩나물무침	고비나물
	건새우마늘쫀무침	오이무침	청경채무침	근대무침	파리고추멸치볶음	오이무침	애호박볶음
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치

일자/요일	14(일)	15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금)	20(토)
아침	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	야채스프	야채스프	유부팽이국	단호박죽	소고기무국	야채스프	북어계란국
	소세지야채볶음	메추리알조림	스크램블	소세지야채볶음	메추리알조림	두부조림	미트볼야채볶음
	숙주나물	콩나물무침	숙주나물	고구마줄기볶음	콩나물무침	숙주나물	콩나물무침
	표고버섯볶음	김자반	도토리묵	근대무침	청포묵	새송이버섯볶음	표고버섯볶음
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
점심	콩나물국	얼큰동태탕	냉이된장국	설렁탕	꽃게탕	잔치국수	김치어묵국
	간장돈육불고기	돈육간장불고기	생선까스/타르타르	콩나물낙지볶음	돼지갈비찜	오리훈제야채볶음	소불고기
	참나물무침	새송이버섯볶음	고비나물	시금치무침	느타리버섯볶음	부추겉절이	연근조림
	감자채볶음	참나물무침	표고버섯볶음	감자채볶음	봄동부침개/간장	캔참치무조림	청경채무침
	배추김치	배추된장국	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	소고기무국	어묵탕	해물모듬탕	부추계란국	배추된장국	들깨토란국	사골물만두국
저녁	스크램블	스모크햄볶음	동그랑땡케찹	순살코다리조림	스크램블	소세지야채볶음	계란말이
	건새우마늘쫀볶음	애호박볶음	청경채무침	파래무침	얼갈이무침	해물모듬무침	고구마줄기볶음
	연근조림	무생채	어묵볶음	무생채	애호박볶음	어묵볶음	도토리묵
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치

일자/요일	21(일)	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)	27(토)
아침	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	얼갈이된장국	어묵탕	단호박죽	야채스프	배추된장국	북어계란국	냉이된장국
	두부조림	메추리알조림	두부조림	소세지야채볶음	스크램블	메추리알조림	두부조림
	고비나물	콩나물무침	숙주나물	청포묵	숙주나물	청포묵	도토리묵
	브로콜리볶음	브로콜리볶음	시금치무침	미역무침	표고버섯볶음	고구마줄기볶음	브로콜리볶음
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
점심	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	콩나물국	부추계란국	소고기무국	바지락미역국	어묵탕	고기순대국	소고기미역국
	우삼겹숙주볶음	간장닭볶음탕	매콤제육볶음	돈까스/소스	순살코다리조림	소불고기	매콤오리주물럭
	시금치무침	감자조림	알배추/쌈장	양상추샐러드	새송이버섯볶음	감자채볶음	부추겉절이
	연근조림	얼갈이겉절이	느타리버섯볶음	어묵볶음	고비나물	시금치무침	도라지채무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
저녁	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	순두부맑은탕	오징어무국	유부팽이국	순두부맑은탕	해물모듬탕	들깨무채국	유부팽이국
	떡갈비야채볶음	함박스테이크/소스	계란말이	동그랑땡구이	미트볼야채볶음	스모크햄볶음	캔콩치조림
	청포묵	도토리묵	고구마줄기볶음	애호박볶음	무나물	콩나물무침	건새우마늘쫀볶음
	건새우마늘쫀무침	오이무침	청경채무침	근대무침	파리고추멸치볶음	오이무침	애호박볶음
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치

일자/요일	28(일)	29(월)	30(화)	31(수)			
아침	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥			
	야채스프	야채스프	단호박죽	유부팽이국			
	스크램블	메추리알조림	스크램블	소세지야채볶음			
	숙주나물	콩나물무침	숙주나물	조미김			
	표고버섯볶음	김자반	도토리묵	얼갈이무침			
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치			
점심	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥			
	콩나물국	부추계란국	두부된장국	얼큰동태탕			
	낙지야채볶음	닭갈비	매콤제육볶음	소불고기			
	근대무침	새송이버섯볶음	양배추쌈	봄동겉절이			
	어묵볶음	연근조림	표고버섯볶음	양념깻잎지			
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치			
저녁	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥			
	소고기무국	어묵국	소고기미역국	해물모듬탕			
	소세지야채볶음	스모크햄볶음	동그랑땡케찹	스크램블			
	고비나물	애호박볶음	오이무침	감자조림			
	연근조림	무생채	무나물	어묵볶음			
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치			