

2025년 11월 식단표

일자/요일							01(토)
아침							잡곡밥
							콩나물국
							스크램블
							도토리묵
							브로콜리볶음
							배추김치
점심							잡곡밥
							소고기미역국
							매콤닭볶음탕
							어묵볶음
							연근조림
							배추김치
저녁							잡곡밥
							소고기무국
							동그랑땡구이
							고비나물
							오이무침
							배추김치

일자/요일	02(일)	03(월)	04(화)	05(수)	06(목)	07(금)	08(토)
아침	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	냉이된장국	야채스프	단호박죽	냉이된장국	근대된장국	야채스프	근대된장국
	두부조림	메추리알조림	두부조림	메추리알조림	소세지야채볶음	두부조림	미트볼야채볶음
	건새우마늘쫄볶음	숙주나물	콩나물무침	고구마줄기볶음	연근조림	고비나물	숙주나물
	표고버섯볶음	김자반	도토리묵	숙주나물	청포묵	새송이버섯볶음	표고버섯볶음
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
점심	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	사골물만두국	북어콩나물국	소고기미역국	소고기무국	순두부맑은탕	배추된장국	소고기토란국
	미트볼야채볶음	돈육간장불고기	간장닭볶음탕	순살동태조림	오리불고기	간장닭볶음탕	돈육간장불고기
	콩나물무침	새송이버섯볶음	가지볶음	고비나물	부추겉절이	도토리묵	도라지채볶음
	근대무침	오이무침	감자조림	미역줄기볶음	오이무침	어묵볶음	감자조림
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
저녁	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	유부팽이국	해물모듬탕	유부팽이국	어묵탕	북어미역국	사골물만두국	북어계란국
	계란찜	스모크햄볶음	간장닭볶음탕	돈육간장불고기	스크램블	계란말이	동그랑땡/케찹
	감자조림	애호박볶음	청경채무침	시금치무침	감자채볶음	해물모듬무침	고구마줄기볶음
	도라지채볶음	무생채	어묵볶음	표고버섯볶음	브로콜리볶음	빈대떡	애호박볶음
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치

일자/요일	09(일)	10(월)	11(화)	12(수)	13(목)	14(금)	15(토)
아침	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	얼갈이된장국	어묵탕	단호박죽	야채스프	유부팽이국	배추된장국	야채스프
	두부조림	스크램블	두부조림	소세지야채볶음	메추리알조림	두부조림	스크램블
	건새우마늘쫄무침	콩나물무침	숙주나물	청포묵	숙주나물	가지볶음	도토리묵
	브로콜리볶음	오이무침	시금치무침	가지볶음	표고버섯볶음	청포묵	브로콜리볶음
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
점심	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	김치콩나물국	감자계란국	북어계란국	사골물만두국	오징어무국	김치콩나물국	소고기미역국
	순살코다리조림	제육볶음	간장닭볶음탕	돈까스/소스	훈제오리야채볶음	소불고기	매콤닭볶음탕
	느타리버섯볶음	고비나물	연근조림	어묵볶음	부추겉절이	새송이버섯볶음	어묵볶음
	연근조림	얼갈이무침	느타리버섯볶음	콘샐러드	콩나물잡채	감자채볶음	연근조림
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
저녁	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	유부팽이국	순대국	근대된장국	순두부맑은탕	어묵탕	해물모듬탕	소고기무국
	계란찜	스모크햄볶음	메추리알조림	계란말이	돼지불고기	간장닭볶음탕	동그랑땡구이
	청포묵	도토리묵	고구마줄기볶음	애호박볶음	무생채	콩나물무침	고비나물
	시금치무침	김자반	청경채무침	근대무침	브로콜리볶음	애호박볶음	오이무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치

일자/요일	16(일)	17(월)	18(화)	19(수)	20(목)	21(금)	22(토)
아침	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	냉이된장국	야채스프	단호박죽	냉이된장국	근대된장국	야채스프	근대된장국
	두부조림	메추리알조림	스크램블	메추리알조림	소세지야채볶음	두부조림	미트볼야채볶음
	숙주나물	콩나물무침	숙주나물	고구마줄기볶음	연근조림	고비나물	건새우마늘쫄무침
	표고버섯볶음	김자반	도토리묵	콩나물무침	청포묵	새송이버섯볶음	표고버섯볶음
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
점심	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	콩나물국	소고기미역국	북어콩나물국	소고기무국	북어미역국	소고기토란국	순대국
	미트볼야채볶음	돈육간장불고기	동그랑땡/케찹	오리불고기	수육/모듬쌈	순살코다리조림	돈육간장불고기
	건새우마늘쫄볶음	새송이버섯볶음	가지볶음	부추겉절이	브로콜리볶음	고비나물	도라지채볶음
	근대무침	오이무침	감자조림	무생채	오이무침	미역줄기볶음	감자조림
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
저녁	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	유부팽이국	해물모듬탕	소고기토란국	어묵탕	순두부맑은탕	사골물만두국	북어계란국
	계란찜	스모크햄볶음	간장닭볶음탕	돈육간장불고기	스크램블	계란말이	떡갈비야채볶음
	감자조림	애호박볶음	청경채무침	도라지채무침	감자채볶음	해물모듬무침	고구마줄기볶음
	도라지채볶음	무생채	어묵볶음	표고버섯볶음	애호박볶음	어묵볶음	도토리묵
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치

일자/요일	23(일)	24(월)	25(화)	26(수)	27(목)	28(금)	29(토)
아침	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	얼갈이된장국	어묵탕	단호박죽	야채스프	냉이된장국	북어계란국	야채스프
	두부조림	메추리알조림	두부조림	소세지야채볶음	메추리알조림	두부조림	소세지야채볶음
	숙주나물	콩나물무침	숙주나물	청포묵	숙주나물	청포묵	도토리묵
	브로콜리볶음	김자반	시금치무침	미역무침	표고버섯볶음	고구마줄기볶음	브로콜리볶음
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
점심	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	김치콩나물국	감자계란국	콩나물국	사골물만두국	순대국	김치콩나물국	소고기미역국
	순살동태조림	제육볶음	장어튀김	돈까스/소스	돈육짜장소스	소불고기	매콤닭볶음탕
	느타리버섯볶음	고비나물	연근조림	어묵볶음	감자조림	새송이버섯볶음	어묵볶음
	연근조림	얼갈이무침	느타리버섯볶음	양상추샐러드	청경채무침	감자채볶음	연근조림
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
저녁	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	유부팽이국	오징어무국	유부팽이국	순두부맑은탕	어묵탕	해물모듬탕	유부팽이국
	스크램블	스모크햄볶음	스크램블	계란말이	돼지불고기	간장닭볶음탕	동그랑땡구이
	청포묵	도토리묵	고구마줄기볶음	애호박볶음	무생채	콩나물무침	고비나물
	시금치무침	오이무침	청경채무침	근대무침	브로콜리볶음	오이무침	애호박볶음
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치

일자/요일	30(일)						
아침	잡곡밥						
	근대된장국						
	두부조림						
	숙주나물						
	표고버섯볶음						
	배추김치						
점심	잡곡밥						
	북어콩나물국						
	미트볼야채볶음						
	건새우마늘쫄볶음						
	근대무침						
	배추김치						
저녁	잡곡밥						
	소고기무국						
	스크램블						
	감자조림						
	도라지채볶음						
	배추김치						