

주간식단표

26. 4.

구분			수	목	금	토	일
			1	2	3	4	5
조식			장국밥	장국밥	장국밥	장국밥	장국밥
			청국장	토란국	근대국	재첩국	아욱국
			장어야채	배추리알장조림	방풍나물	맛살샐러드	베이컨야채볶음
			스크램블	버섯볶음	너겟무침	닭볶음	달래부추무침
			무나물	열무침	불고기	오이지무침	코다리조림
			포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
			624kcal/21g	622kcal/21g	623kcal/21g	623kcal/22g	622kcal/20g
죽			쇠고기죽	계란죽	콩죽	녹두죽	새우살야채죽
중식			육미밥	수수밥	쌀밥	오곡밥	귀리밥
			순대국	어묵국수	비빔밥/장국	유부국	미역국
			유린기	수육*새우젓		전복볶음	닭찜
			마늘쫄볶음	묵*장	과일샐러드	생야채무침	더덕무침
			두부*김치	당근양배추라페	새우튀김	호박볶음	스크램블
			포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
			654kcal/22g	652kcal/22g	653kcal/24g	651kcal/24g	651kcal/22g
죽			새우죽	맛살두부죽	야채죽	전복죽	흰죽
석식			장국밥	장국밥	장국밥	장국밥	장국밥
			된장국	콩나물국	김치찌개	감자맑은국	소고기부국
			떡갈비	조기조림	훈제오리볶음	고등조림	연어*샐러드
			시금치	양배추전	양장피	취나물	고사리볶음
			(오이지무침)				
			어묵볶음	얼갈이무침	스크램블	미트볼	어묵볶음
			포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
			621kcal/20g	623kcal/20g	625kcal/22g	622kcal/23g	624kcal/21g
죽			계란죽	전복죽	버섯죽	쇠고기죽	계란죽
간식			식혜	주스	뉴게어	식류음	요플레
			음료			과일	호박죽
			치즈케익	쥬	단팥죽	(원혜향)	
			226kcal	209kcal	255kcal	224kcal	236kcal

** 원산지 표시: 쌀 -국내산 /김치 -국내산 /쇠고기 -호주산,뉴질랜드산 /돈,닭,오리 -국내산 /낙지,미꾸라지 -국내산

영양 -러시아산 /고등어 -국내산 /감치 -파키스탄산 /조기 -중국산 /부추미 -베트남산/ 코다리 -러시아

주간식단표

구분	월	화	수	목	금	토	일
	6	7	8	9	10	11	12
조식	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥
	육개장	스-프	토란국	얼갈이국	미역국	만두국	두부무국
	장조림	버섯볶음	전복조림	불고기	떡갈비	코다리조림	어항가지
	단배추무침	불고기	오이소박이	방풍나물	브로컬리*소스	감자볶음	나리바나무침
	가지양념볶음	자반	무나물	셀러트	죽순볶음	계란찜	갈비살볶음
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	626kcal/21g	624kcal/20g	623kcal/21g	623kcal/22g	623kcal/21g	622kcal/20g	624kcal/21g
죽	야채죽	한방죽	쇠고기죽	버섯죽	죽임자죽	계란죽	아미죽
중식	귀리밥	오곡밥	쌀밥	차즈밥	형미밥	수수밥	오곡밥
	근대국	잡채덮밥	감자탕	해신탕	목사발	된장국	김치국
	제육볶음	계란국	오리*목은지	참나물무침	장어구이	불고기	셀러드돈까스
	감자조림	아귀부추가라아케	고사리볶음	모듬전	양상추샐러드	오이무침	명란마늘홍볶음
	배추전	고구마샐러드/후식	곤약맛살	양파절임/계란찜	꽃빵/고추잡채	국수무침	호박볶음
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	652kcal/23g	653kcal/22g	659kcal/23g	652kcal/23g	654kcal/24g	646kcal/22g	651kcal/22g
죽	수삼죽	새우브로콜리죽	견과죽	호박죽	계살죽	한방죽	전복죽
석식	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥
	미역국	된장국	쇠고기국	어묵국	버섯탕	스프	계란파국
	갈치조림	비프미트팻타	고등조림	제육볶음	탕수육	닭볶음	제육볶음
	너타리볶음	동그랑전	미나리숙주	두부조림	미역줄기볶음	애호박볶음	두부조림
	스크래블	청경채리볶음	베이컨어묵	얼무무침	오이소박이	알조림	취나물
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	622kcal/21g	624kcal/21g	624kcal/21g	622kcal/20g	621kcal/21g	620kcal/21g	627kcal/21g
죽	부추죽	죽임자죽	계란죽	흰쌀야채죽	녹두죽	닭죽	새우쌀죽
간식	두유	하루아케	뉴케어	피크닉	식혜	호박죽	팻산
	수제)만두	아쿠르트			음료	홍삼	음료
	음료		수제)고구마부스	딸기	쿠키		포테이토
	221kcal	257kcal	263kcal	232kcal	228kcal	234kcal	231kcal

** 점심지 표시: 월 -국내산 / 김치 -국내산 / 쇠고기 -호주산, 뉴질랜드산 / 돈, 닭, 오리 -국내산 / 낙지, 아구라지 -국내산

영양 -러시아산 / 고등어 -국내산 / 갈치 -파키스탄산 / 조기 -중국산 / 두부미 -베트남산/ 코다리 -러시아

주간식단표

구분	월	화	수	목(생신)	금	토	일
	13	14	15	16	17	18	19
조식	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥
	토란국	스프	감자국	근대국	김치국	스프	토란국
	블새우볶음	전복야채	베이컨야채볶음	불고기	오이무침	떡갈비조림	동그랑전
	얼갈이	곤콩김무침	만가닥숙순볶음	양파베이컨볶음	계란찜	장조림	연어샐러드
	떡갈비	자반	훈제오리	우영조림	불고기	묵무침	취나물
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	624kcal/21g	621kcal/21g	623kcal/20g	624kcal/21g	622kcal/22g	623kcal/21g	621kcal/21g
죽	흑임자죽	계산부추죽	바섯죽	야채죽	흰죽	물냉야채죽	단호박죽
중식	서리태	귀리밥	율무밥	쌀밥	현미밥	수수밥	점국밥
	곰탕	청국장	미역국	라면	순대국	육개장	커리/장국
	고갈비	제육볶음	갈비찜	치킨	오리볶음	돈카츠	닭찜
	오이스박이	무나물	참나물	샐러드&빵	호박범벅	두부&김치	샐러드
	잡채	계란찜	묵*장	후식	취나물	야채무침	짜사이무침
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	650cal/22g	654kcal/23g	657kcal/24g	653kcal/23g	654kcal/23g	652kcal/22g	654kcal/22g
죽	계란죽	현미죽	흑임자죽	천복죽	쇠고기죽	두부죽	야채죽
석식	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥
	미역국	부대찌개	아욱국	된장국	순두부국	계란국	동태국
	닭갈비	코다리조림	두부&볶음김치	제육볶음	임연수조림	비빔밥	갈비살볶음
	어묵볶음	시금치나물	임연수조림	스크램블	양배추된장부침		감자조림
		(새발나물)					
	야채무침	오이지무침	얼갈이무침	버섯볶음	더덕무침	불고기	얼갈이무침
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	624kcal/21g	622kcal/20g	625kcal/21g	624kcal/21g	624kcal/21g	625kcal/22g	623kcal/20g
죽	흰죽	물냉죽	천복죽	계란죽	새우죽	시금치죽	닭죽
간식	호박죽	홍삼	단팥죽	두유	원	음료	햇살
	요플레	두유	비피더스	과일 (도마토)		쿠키	수제)현감자
				소 케익	식혜	단팥죽	음료
	253kcal	201kcal	255kcal	256kcal	214kcal	230kcal	235kcal

** 원산지 표시: 쌀 -국내산 /김치 -국내산 /쇠고기 -호주산,뉴질랜드산 /돈,닭,오리 -국내산 /낙지,미꾸라지 -국내산
영채 -러시아산 /고등어 -국내산 /갈치 -파키스탄산 /조기 -중국산 /두부미 -베트남산/ 코다리 -러시아

주간식단표

구분	월	화	수	목	금	토	일
	20	21	22	23	24	25	26
조식	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥
	물만두국	미역국	쇠고기무국	된장국	두부국	아욱국	만두국
	쇠고기볶음	수삼무침	베이컨볶음	닭볶음	동그랑전	장조림	코다리조림
	가지나물	훈제오리	갈비살볶음	묵*양념장	오이지	젓갈&과일	감자채볶음
	어묵볶음	스크램블	갈치조림	콩나물잡채	계란찜	얼갈이무침	버섯볶음
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	625kcal/21	624kcal/20g	625kcal/21g	626kcal/21g	624kcal/20g	623kcal/21g	623kcal/21g
죽	수삼죽	계란죽	갯죽	천복죽	호박죽	브로콜리죽	흰죽
중식	현미밥	차즈밥	점국밥	수수밥	귀리밥	오곡밥	귀리밥
	조교탕	설렁탕	커리/ 장국	추어탕	어묵국	스프	육개장
	코다리조림	햄전	돈까스	감자채볶음	폭립	갈치조림	숙주불고기
	도토리묵*장	버섯볶음	새우살샐러드	탕탕이	과일샐러드	돈나물	미역생이볶음
	애호박볶음	도라지볶음	어묵볶음	버섯볶음	두반장가지볶음	막국수무침	연두부*장
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	655kcal/22g	660cal/22g	659kcal/21g	656kcal/24g	655kcal/22g	651cal/23g	648kcal/22g
죽	고구마죽	새우브로콜죽	계란죽	계란죽	새우죽	현미죽	쇠고기죽
석식	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥	점국밥
	두부국	근대국	토란국	미역국	묵국	만가닥양지국	된장찌개
	제육볶음	연어*소스	불고기	고등어조림	삼겹살김치볶음	전복야채조림	가자미양념구이
	곤약무침	떡갈비	두부조림	열무침	단호박S	콩나물무침	무조림
	고사리볶음	시금치나물	미나리무침	완자전	비름나물	젓갈/샐러드	방풍나물
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	628kcal/21g	626kcal/21g	623kcal/21g	625kcal/21g	623kcal/21g	624kcal/21g	622kcal/21g
죽	계산부추죽	쇠고기죽	표고죽	흰살야채죽	천복죽	물냉죽	새우살야채죽
간식	뉴제이	ABC류스	만쥬	요플레	두유	식혜	요플레
	홍삼		음료	포카리		과일	
		수제)~라떼	식혜		비피더스	(참외)	주스
	185kcal	268kcal	231kcal	227kcal	231kcal	231kcal	220kcal

** 원산지 표시: 쌀 -국내산 /김치 -국내산 /쇠고기 -호주산,뉴질랜드산 /돈,닭,오리 -국내산 /낙지,미꾸라지 -국내산
영채 -러시아산 /고등어 -국내산 /갈치 -파키스탄산 /조기 -중국산 /두부미 -베트남산/ 코다리 -러시아

주간식단표

구분	월	화	수	목			
	27	28	29	30			
조식	점심밥	점심밥	점심밥	점심밥			
	유부된장국	복어국	순두부국	물만두			
	갈비살볶음	산적파프류음	훈제오리	닭볶음			
	자반&명란	무나물	열무나물	샐러드			
	부추무침	불고기	연근조림	오이무침			
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치			
	620kcal/21g	623kcal/20g	622kcal/21g	623kcal/20g			
죽	쇠고기죽	죽임자죽	흰쌀아재죽	수삼죽			
중식	귀리밥	오곡밥	율무밥	차조밥			
	토란국	왕갈비탕	미역국	콩나물해장국			
	조기구이	뿌리채소	불고기	월도프샐러드			
	달래야채무침	버섯볶음	취나물	계육두루치기			
	감자조림	묵&장	팽아찌	마늘종파스타			
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치			
	656kcal/23g	654kcal/23g	659kcal/22g	653kcal/22g			
죽	계란죽	새우살죽	녹두죽	죽임자죽			
석식	점심밥	점심밥	점심밥	점심밥			
	콩나물국	시래기국	두부국	쇠고기무국			
	순대볶음	훈제연어	장조림	칸풍기			
	육원전	마카로니샐러드	떡갈비	멕시칸샐러드			
	방풍나물	얼갈이	계란찜	훈제오리			
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치			
	622kcal/21g	622kcal/21g	624kcal/21g	624kcal/21g			
죽	물죽	쇠고기죽	표고죽	야채죽			
간식	식혜	원	햇살	두유			
	치즈케익	수제)연감자		불가리스			
	요플레	윤료	abc쥬스				
	215kcal	236kcal	217kcal	182kcal			

★★ 원산지 표시: 쌀 -국내산 /김치 -국내산 /쇠고기 -호주산, 뉴질랜드산 /돈, 닭, 오리 -국내산 /낙지, 미꾸라지 -국내산

영양데 -러시아산 /고춧가루 -국내산 /알치 -파키스탄산 /조기 -중국산 /후꾸미 -베트남산/ 코다리 -러시아