

주간식단표

26 5.

구분				금	토	일
				1	2	3
조식				잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
				두부국	쇠고기국	곰탕
				떡갈비조림	가지우육음	햄버거스테이크
				무나물	마늘종새우볶음	호박샐러드
				계란찜	자반볶음	브로컬리무침
				포기김치	포기김치	포기김치
				623kcal/21g	622kcal/23g	624kcal/21g
죽				현미죽	새우살야채죽	계란죽
중식				찰밥	귀리밥	오곡밥
				순대국	미역국	청국장
				고갈비	임연수어조림	훈제오리
				취나물	두부구이	영양잡채
				전	무나물	취나물
				포기김치	포기김치	포기김치
				645kcal/23g	637kcal/24g	645kcal/23g
죽				견과죽	물고기죽	수삼죽
석식				잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
				된장국	김치국	스프
				불고기	까스 ~장	연어·샐러드
				동태전	국수샐러드	어묵볶음
				미역줄기	얼갈이무침	나물무침
				포기김치	포기김치	포기김치
				625kcal/21g	624kcal/21g	625kcal/22g
죽				야채죽	참깨알죽	개살부추죽
간식				음료	사과즙	햇살
				수제)맛케익	뉴케어	
				원		요플레
				227kcal	218kcal	220kcal

* 불산지표사: 소불고기(호주산), 소갈비찜(호주산), 소고기국(국내산육우), 소고기 찜계통(국내산육우), 소도가니(국내산육우), 소백(국내산육우), 소사골(국내산육우)
스지(한국), 소고기장조림(독우사육), 소민찌(한국), 소갈비찜(호주산), 소산지(국내산육우), 통육(국내산), 통완자(국내산)
돈삼겹(독일산), 돈갈비(미국산), 닭(국내산), 통태살,통태(러시아산), 대구굴이(외국산), 오징어(중국산), 오징어살채,진미채(베트남), 팽업채(베트남산)
낙지(베트남산), 고등어살, 고등어(국내산), 갈치살, 갈치(베트남)복어(러시아산), 미꾸라지(중국산), 대구알, 통태알 (미국산)
알(국내산) 죽(쌀-국내산), 누룽지(쌀-국내산), 포기김치(배추-국내산, 고춧가루-국내산), 불통배추- 국내산, 알갈이배추- 국내산, 두부(콩- 수입산)
* 어묵신에 제공되는 생선은 1자로 가시를 제거 한 생선살입니다. * 위식단은 불용수급사정이나 식당사정에 의하여 변동이 있을 수 있습니다.

주간식단표

5

구분	월	화	수	목	8(어버이날)	토	일
	4	5	6	7	8	9	10
조식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	토란국	아욱국	스프	곤약무국	감자국	두부국	된장국
	버섯볶음	불고기	제육볶음	훈제오리	가지볶음	베이컨야채볶음	장어
	갈치조림	얼갈이	미역무침	참나물무침	스크램블에그	숙주미나리	호박샐러드
	시금치나물	명란&과일	연근조림	야채젓갈무침	우영조림	버섯볶음	비빔나물
	(부추무침)						
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	626kcal/21g	625kcal/21g	622kcal/21g	624kcal/22g	622kcal/21g	625kcal/22g	623kcal/20g
죽	쇠고기죽	한방죽	버섯죽	부추죽	브로콜리죽	참살림죽	수삼죽
중식	귀리밥	차조밥	보리밥	현미밥	참밥	수수밥	오곡밥
	능동미날곰탕	청국장	칼국수	버섯탕	미역국	어묵국	콩나물해장국
	닭볶음	코다리조림	돈까스	연어샐러드	맛있는 갈비찜	고등어조림	로제닭갈비
	잡채	묵	브로컬리*장	무나물	마늘종돌깨볶음	동그랑전	날치알향파샐러드
	관자그린비볶음	밀,전병	호박볶음	어묵볶음	과일샐러드	오부무침	방풍나물
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	656kcal/22g	652kcal/22g	645kcal/23g	657kcal/22g	652kcal/24g	635kcal/24g	654kcal/24g
죽	녹두죽	견과죽	효박죽	쇠고기죽	한방죽	견과죽	원죽
석식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	동태맑은국	어묵국	얼갈이된장국	육개장	근대국	토란국	만두국
	야채계란버물	두부조림	장어구이	순대볶음	떡갈비	감자채볶음	조기조림
	순대볶음	용과샐러드	감자채볶음	시금치나물	얼갈이무침	김치전	계란찜
				(취나물)			
	얼무나물	모듬전	콩나물무침	연두부*장	불고기	갈비살볶음	도토리묵무침
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	624kcal/21g	623kcal/22g	625kcal/22g	622kcal/22g	624kcal/21g	624kcal/21g	625kcal/22g
죽	계살야채죽	표고죽	원삼생선죽	녹두죽	물개죽	새우살야채죽	견과죽
간식	원	뉴케어	요플레	햇살	두유	주스	두유
	식혜				케익	음료	
		아보카도스프디	주스	호박죽	순 음료	감자	요플레
	215kcal	265kcal	218kcal	232kcal	268kcal	237kcal	221kcal

* 원산지표시 : 쌀-국내산, 배추김치-(배추)국내산, 쇠고기-(사태,전각)호주산,(육심)뉴질랜드산, 돼지고기-국내산, 닭/오리고기-국내산

* 메뉴는 식자재 수급현황에 따라 변경될 수 있습니다.

주간식단표

5

구분	월	화	수	목(생선)	금	토	일
	11	12	13	14	15	16	17
조식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	호박새우젓국	곰국	아욱국	유부국	어묵국	미역국	물만두
	육원전	버섯볶음	가지우볶음	표고볶음	갈비살볶음	전복야채우침	시금치 (샐러드)
	양배추볶음	연두부+장	열무된장우침	계란찜	수삼우침	감자볶음	불고기
	훈제오리	장조림	연근조림	오이소박이	계란찜	오이지우침	콩나물잡채
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	626kcal/21g	623kcal/21g	621kcal/22g	623kcal/22g	624kcal/21g	626kcal/21g	623kcal/21g
죽	새우브로콜리죽	견과죽	전복죽	호박죽	완두죽	계살죽	버섯죽
중식	서리태밥	차조밥	찰밥	귀리밥	현미밥	수수밥	오곡밥
	라면~	추어탕	아욱국	카레/장국	들깨탕	김치국	육개장
	돈까스&칩스	묵우침	강황+보쌈	만두샐러드	닭조림	제육볶음	임연수조림
	꽃맛살우침	탕탕이~	연두부+장	참나물	무나물	무조림	버섯볶음
	오이무침	떡갈비	무나물	후식	김치전	동태전	두부구이+장
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	655kcal/25g	656kcal/25g	658kcal/25g	655kcal/22g	646kcal/25g	653cal/24g	654kcal/23g
죽	계란죽	쇠고기죽	버섯죽	부추죽	두부죽	녹두죽	수삼죽
석식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	콩나물국	북어무국	된장국	소고기미역국	육개장	근대국	스프
	떡갈비	훈제오리	해물볶음	고등어조림	호박볶음	느타리볶음	감자조림
	마카로니샐러드	명란젓/자반	곤약우침	가지볶음	연어샐러드	백순대	고사리
	유채나물	고사리볶음	얼갈이나물	매추리알조림	묵우침	미나리우침	얼갈이우침
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	623kcal/21g	622kcal/22g	625kcal/22g	626kcal/22g	625kcal/21g	624kcal/21g	621kcal/21g
죽	전복죽	녹두죽	원삼생선죽	흑임자죽	물죽	새우살야채죽	계살부추죽
간식	주스	뉴케어	abc주스	홍삼	요플레	햇살	주스
	단팥죽	과일		과일호케이	식혜		음료
		(토마토)	두유	(왕피)		두유	수제)편감자
	245kcal	221kcal	213kcal	255kcal	225kcal	204kcal	231kcal

* 원산지표시 : 쌀-국내산, 배추김치-(배추)국내산, 쇠고기-(사태,전각)호주산,(육성)뉴질랜드산, 돼지고기-국내산, 닭/오리고기-국내산

주간식단표

5

구분	월	화	수	목	금	토	일
	18	19	20	21	22	23	24
조식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	된장국	어묵국	쇠고기무국	스프	동태탕	물만두국	근대국
	장어구이	가지명란볶음	버섯피망볶음	불고기	열무나물	베이컨야채볶음	갈비살볶음
	취나물우침	숙주미삼우침	등그랑명	방종나물	떡갈비	비름나물	표고당근볶음
	메알장조림	떡갈비	오복지	두부숙갓	연근조림	훈제오리	얼갈이우침
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	622kcal/21g	626kcal/22g	623kcal/22g	620kcal/21g	625kcal/22g	625kcal/21g	623kcal/20g
죽	수삼죽	원삼생선죽	녹두죽	쇠고기죽	흑임자죽	찰쌀떡죽	계란죽
중식	귀리밥	차조밥	오곡밥	찰밥	현미밥	수수밥	오곡밥
	홍합탕	등배감자탕	국수	미역(냉)국	곰국	버섯들깨탕	묵사발
	감비빔	미나리우침	훈제닭구이	종립&감자튀김	제육불고기	불고기	치킨볶음
	묵우침	계란찜	얼갈이우침	오이우침	김치전	호박새우젓볶음	호박볶음
	탕탕이	코다리조림	파사이/후식	세발전~	취나물	어묵볶음	전 ~
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	659cal/24g	653kcal/22g	652kcal/23g	656kcal/23g	653kcal/23g	656kcal/22g	654kcal/21g
죽	새우브로콜리죽	견과죽	전복죽	호박죽	원죽	소고기죽	버섯죽
석식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	부대찌개	청국장	육개장	아욱국	탕국	육개장	된장국
	돈까스+장	가자미조림	취나물	갯알고기전	훈제연어	닭볶음	고등어조림
	양배추샐러드	세발나물	감자채볶음	야채볶음	시금치	장조림	열우침
					(청경채우침)		
	열무나물	양장피	연어S	계란찜	곤약우침	얼갈이우침	햄볶음
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	623kcal/221g	624kcal/22g	621kcal/22g	624kcal/21g	624kcal/21g	623kcal/20g	622kcal/22g
죽	흑임자죽	버섯죽	원삼야채죽	녹두죽	야채죽	물죽	야채죽
간식	홍삼	뉴케어	원	두유	식혜	요플레	햇살
	과일	과일	단팥죽	음료	호박죽	음료	과일
	과물라떼~ (메)			수제)샌드위치		쿠기	(토마토)
	240kcal	210kcal	230kcal	235kcal	241kcal	220kcal	205kcal

* 원산지표시 : 쌀-국내산, 배추김치-(배추)국내산, 쇠고기-(사태,전각)호주산,(육성)뉴질랜드산, 돼지고기-국내산, 닭/오리고기-국내산

* 메뉴는 식자재 수급현황에 따라 변경될 수 있습니다.

주간식단표

구분	월	화	수	목	금	토	일
	25	26	27	28	29	30	31
조식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	미역국	스프	순두부국	토란국	물만두국	어묵국	탕국
	버섯볶음	닭볶음	훈제오리	버섯볶음	꼬마버섯	불고기	새우젓호박볶음
	불고기	얼갈이무침	가지볶음	떡갈비	코다리조림	연두부*장	계란찜
	명란/자반	연근조림	스크램블	얼갈이무침	시금치	취나물	참나물
					(호박s)		
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	624kcal/21g	622kcal/21g	623kcal/21g	622kcal/21g	623kcal/21g	624kcal/21g	623kcal/22g
죽	쇠고기죽	부추죽	전복죽	건고죽	현미죽	녹두죽	아재죽
중식	귀리밥	잡곡밥	오곡밥	윤무밥	현미밥	수수밥	보리밥
	묵사발	비빔밥/장국	미역국	부대찌개	버섯탕	묵사발	달밥/장국
	갈치조림		짜글이	닭아재찜	닭볶음	제육볶음	순대*장
	호박볶음	꼬마튀김/ 샐러드	콩나물잡채	치커리겉절이	돌나물*장	부추달래무침	얼무무침
	계란찜	장조림	소박이/후식	어묵볶음	프리타타	감자조림	메추리알조림
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	656kcal/22g	655kcal/23g	653cal/23g	654kcal/22g	653kcal/24g	656kcal/22g	656cal/22g
죽	아재죽	쇠고기죽	호박죽	표고버섯죽	아재죽	전복죽	묵임자죽
석식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	된장국	동태국	두부국	토란국	아욱국	미역국	근대국
	불고기	순대볶음	류산술	돈까스*소스	물만두	코다리조림	닭볶음
	탕수육	김치전	무들깨나물	계란찜	짜사이	얼갈이무침	콩나물무침
	도라지볶음	묵무침	어묵볶음	양배추된장무침	버섯볶음	국수무침	두부구이
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
	625kcal/21g	624kcal/21g	622kcal/21g	623kcal/21g	621kcal/20g	623kcal/21g	623kcal/21g
죽	새우게란죽	돌깨죽	쇠고기죽	계란죽	버섯죽	아재죽	브로콜리죽
간식	홍삼	로카리	요플레	두유	요플레	주스	파스퇴르주스
	식혜	과일		음료	하루야채		
		(참외)	주스	수제) 핫케익		햇살	단팥죽
	202kcal	223kcal	201kcal	231kcal	233kcal	235kcal	255kcal

* 원산지표시 : 쌀-국내산, 배추김치-(배추)국내산, 쇠고기-(사태,전각)호주산,(육심)뉴질랜드산, 돼지고기-국내산, 닭/오리고기-국내산
* 메뉴는 식사제 수급현황에 따라 변경될 수 있습니다.