

♥ 주 간 식 단 표 ♥

영양사: 김 수 애

2025.09.01

~

2025.09.07

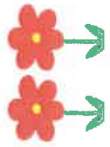
구분	월(9/1)	화(9/2)	수(9/3)	목(9/4)	금(9/5)	토(9/6)	일(9/7)
행복을 여는 아침	흰밥/잡곡밥 무청된장국 새알옹심이만두 마늘쫀조림 도시락김	흰밥/잡곡밥 냉이된장국 돈채피망볶음 콩나물무침 간장깻잎지	흰밥/잡곡밥 무청된장국 아채스크램블 명엽채볶음 방풍나물무침	흰밥/잡곡밥 근대된장국 모듬햄야채볶음 쥬키니나물 궁채나물	흰밥/잡곡밥 무청된장국 돈민짜두부조림 죽순들깨나물 도시락김	흰밥/잡곡밥 이육된장국 부들어묵야채조림 미역줄기나물 고추잎무침	흰밥/잡곡밥 호박감자된장국 파리메란장조림 흑임자브로컬리 콩나물무침
	브로컬리죽	새우살야채죽	바지락죽	브로컬리죽	브로컬리죽	표고야채죽	모듬야채죽
정성이 가득한 점심	흰밥/잡곡밥 건새우미역국 고추장돈불고기 치커리유자샐러드 새송이버섯나물	흰밥/잡곡밥 소고기무국 카레덮밥 비엔나야채볶음 숙주나물	흰밥/잡곡밥 청국장찌개 갈치구이 흑임자연근샐러드 고추잎장아찌	흰밥/잡곡밥 냉이된장국 닭볶음탕 도토리묵야채무침 미역줄기나물	흰밥/잡곡밥 두부콩나물국 생선까스/소스 실근약야채무침 우영채조림	흰밥/잡곡밥 알탕 야채계란찜 굴소스가지볶음 간장깻잎지	흰밥/잡곡밥 유부장국 하이라이스 새우까스/소스 부추단무지무침
	깨죽	모듬야채죽	녹두죽	표고야채죽	깨죽	소고기야채죽	닭야채죽
건강을 생각 하는 저녁	흰밥/잡곡밥 애호박찌개 백순대야채볶음 고구마줄기나물 오이생채	흰밥/잡곡밥 썩갠등태탕 어묵잡채 죽순무침 도시락김	흰밥/잡곡밥 콩나물국 두부스테이크 진미채무침 참깨브로컬리	흰밥/잡곡밥 유부장국 코다리엿장조림 들깨을방개묵무침 도라지무침	흰밥/잡곡밥 내장국밥 왕만두 모듬버섯나물 꼬시래기무침	흰밥/잡곡밥 무청된장국 파채너비아니 김자반볶음 미니리무채무침	흰밥/잡곡밥 콩나물국 훈제오리불고기 해초유자샐러드 새송이버섯나물
	모듬야채죽	닭야채죽	모듬야채죽	모듬야채죽	표고야채죽	해물죽	표고야채죽

★ 쇠고기-호주산(예외, 사골, 집뼈-국내산), 돼지고기-국내산(예외, 수육-오스트리아산), 닭고기-국내산(예외, 닭정육-브리질산), 오리고기-국내산///

김치-배추국산 고추가루중국산, 쌀-국내산///오징어-아르헨티나산, (조기, 낙지, 홍합살, 바지락, 새우, 꽃게-중국산), (갈치-세내 갈산), (코다리, 가자미, 명태(동태탕용))-러시아산,

(우렁이, 자반, 삼치-국내산), (임연수-미국산), (콩치-대만산), (간소용른새우-베트남산)

★★★★★위의 식단은 식재료 수급 사정에 따라 달라질 수 있습니다.★★★★★



♥ 주 간 식 단 표 ♥

영양사: 김 수 애

2025.09.08

~

2025.9.14

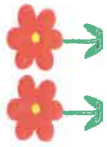
구분	월(9/8)	화(9/9)	수(9/10)	목(9/11)	금(9/12)	토(9/13)	일(9/14)
행복을 어는 아침	흰밥/잡곡밥 냉이된장국 새알옹심이만두 마늘쫄조림 도시락김	흰밥/잡곡밥 무청된장국 돈채피망볶음 콩나물무침 간장깻잎지	흰밥/잡곡밥 근대된장국 아채스크램블 명엽채볶음 방풍나물무침	흰밥/잡곡밥 무청된장국 모듬햄아채볶음 쥬키니나물 궁채나물	흰밥/잡곡밥 아욱된장국 돈민짜두부조림 죽순들깨나물 도시락김	흰밥/잡곡밥 무청된장국 부들어묵아채조림 미역줄기나물 고추잎무침	흰밥/잡곡밥 호박감자된장국 파리메란장조림 흑임자브로컬리 숙주나물무침
	브로컬리죽	새우살아채죽	바지락죽	브로컬리죽	브로컬리죽	표고아채죽	모듬아채죽
	정성이 가득한 점심	흰밥/잡곡밥 북어국 한식돈갈비찜 오색청포묵무침 고사리들깨나물	흰밥/잡곡밥 들깨미역국 청경채우물고기 한식잡채 미나리무생채	흰밥/잡곡밥 아욱된장국 오징어아채볶음 상추쌈/쌈장 콩나물무침	흰밥/잡곡밥 유부장국 간장찜닭 불어묵아채조림 부추오이무침	흰밥/잡곡밥 콩비지찌개 떡갈비아채조림 건새우마늘쫄조림 무말랭이무침	흰밥/잡곡밥 건새우미역국 오징어아채볶음 고구마줄기나물 김자반볶음
건강을 생각 하는 저녁	깨죽	모듬아채죽	녹두죽	표고아채죽	깨죽	소고기아채죽	닭아채죽
	흰밥/잡곡밥 콩나물국 꽂치김치조림 햄마늘쫄조림 쥬키니나물	흰밥/잡곡밥 유부장국 합박스테이크 만다린샐러드 숙주나물	흰밥/잡곡밥 근대된장국 해물알찜 비름나물무침 도시락김	흰밥/잡곡밥 바지락탕 오리불고기 도토리묵아채무침 가지나물볶음	흰밥/잡곡밥 버섯순두부탕 조기구이 진미채무침 고구마줄기나물	흰밥/잡곡밥 토란탕 삼치무조림 숙주나물무침 양념깻잎지	흰밥/잡곡밥 콩나물국 참스테이크 뿌리채소조림 열무두부무침
	모듬아채죽	닭아채죽	모듬아채죽	모듬아채죽	표고아채죽	해물죽	표고아채죽

★ 쇠고기-호주산(예외, 시골, 잡뼈-국내산), 돼지고기-국내산(예외, 수육-오스트리아산), 닭고기-국내산(예외, 닭정육-브릴질산), 오리고기-국내산//

김치-배추국산 고추가루중국산, 쌀-국내산//오징어-아르헨티나산, (조기, 낙지, 홍합살, 바지락, 새우, 꽃게-중국산), (갈치-세내갈산), (코다리, 가자미, 명태(동태탕용))-러시아산,

(우렁이, 자반, 삼치-국내산), (임연수-미국산), (콩치-대만산), (간소용른새우-베트남산)

★★★★★위의 식단은 식재료 수급 사정에 따라 달라질 수 있습니다.★★★★★



♥ 주 간 식 단 표 ♥

영양사: 김 수 애

2025.9.15

~

2025.9.21

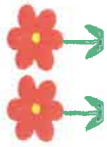
구분	월(9/15)	화(9/16)	수(9/17)	목(9/18)	금(9/19)	토(9/20)	일(9/21)
행복을 여는 아침	흰밥/잡곡밥 냉이된장국 새알응심이만두 마늘쫀조림 도시락김	흰밥/잡곡밥 무청된장국 돈치파망볶음 콩나물무침 간장깻잎지	흰밥/잡곡밥 근대된장국 오리훈제볶음 명엽채볶음 방풍나물무침	흰밥/잡곡밥 무청된장국 모듬햄야채볶음 쥬키니나물 궁채나물	흰밥/잡곡밥 아욱된장국 돈민찌두부조림 죽순들깨나물 도시락김	흰밥/잡곡밥 무청된장국 부들어묵야채조림 미역줄기나물 도라지무침	흰밥/잡곡밥 호박감자된장국 파리메란장조림 흑임자브로컬리 콩나물무침
	브로컬리죽	새우살야채죽	바지락죽	브로컬리죽	브로컬리죽	표고야채죽	모듬야채죽
정성이 가득한 점심	흰밥/잡곡밥 청국장찌개 제육볶음 치커리유자샐러드 감자채볶음	흰밥/잡곡밥 순두부맑은국 치킨까스/소스 들나물초무침 느타리버섯나물	흰밥/잡곡밥 무청된장국 제란스크램블 콩나물/무생채 상추채/김가루	흰밥/잡곡밥 숙갓어묵국 닭갈비 호박나물 도라지초무침	흰밥/잡곡밥 두부김치찌개 임연수구이 연근조림 고추잎무침	흰밥/잡곡밥 냉이된장국 표고돈사태찜 숙주나물무침 양념깻잎지	흰밥/잡곡밥 토란탕 콩치김치조림 오색청포묵무침 고사리들깨나물
	깨죽	모듬야채죽	녹두죽	표고야채죽	깨죽	소고기야채죽	닭야채죽
건강을 생각 하는 저녁	흰밥/잡곡밥 꽃게탕 야채계란찜 명태회야채무침 비름나물무침	흰밥/잡곡밥 냉이된장국 쭈꾸미야채볶음 호박고지나물 깻잎순나물	흰밥/잡곡밥 들깨미역국 한방수육 바지락살초무침 열무된장나물	흰밥/잡곡밥 나가사끼찜봉국 편육양장피 호박고지나물 자반무침	흰밥/잡곡밥 샤브샤브국 두부스테이크 마늘쫀조림 무생채무침	흰밥/잡곡밥 유부장국 갈치시래기조림 느타리버섯나물 취나물무침	흰밥/잡곡밥 콩나물국 훈제오리불고기 고구마줄기나물 미나리무채무침
	모듬야채죽	닭야채죽	모듬야채죽	모듬야채죽	표고야채죽	해물죽	표고야채죽

★ 쇠고기-호주산(예외, 사골, 잡뼈-국내산), 돼지고기-국내산(예외, 수육-오스트리아산), 닭고기-국내산(예외, 닭정육-브라질산), 오리고기-국내산///

김치-배추국산 고춧가루중국산, 쌀-국내산///오징어-아르헨티나산, (조기, 낙지, 홍합살, 바지락, 새우, 꽃게-중국산), (갈치-세내 갈산), (코다리, 가자미, 명태(동태탕용))-러시아산,

(우렁이, 자반, 삼치-국내산), (임연수-미국산), (콩치-대만산), (간소용른새우-베트남산)

★★★★★위의 식단은 식재료 수급 사정에 따라 달라질 수 있습니다.★★★★★



♥ 주 간 식 단 표 ♥

영양사: 김 수 애

2025.9.22

~

2025.9.28

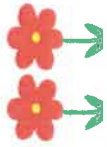
구분	월(9/22)	화(9/23)	수(9/24)	목(9/25)	금(9/26)	토(9/27)	일(9/28)
행복을 여는 아침	흰밥/잡곡밥 냉이된장국 새알응심이만두 마늘쫀조림 도시락김	흰밥/잡곡밥 무청된장국 돈채피망볶음 콩나물무침 간장깻잎지	흰밥/잡곡밥 근대된장국 아채스크램블 명엽채볶음 방풍나물무침	흰밥/잡곡밥 무청된장국 모듬햄아채볶음 쥬키니나물 궁채나물	흰밥/잡곡밥 아욱된장국 토민찌두부조림 죽순들깨나물 열무된장나물	흰밥/잡곡밥 무청된장국 부들어묵아채조림 미역줄기나물 고추잎무침	흰밥/잡곡밥 호박감자된장국 파리메란장조림 흑임자브로컬리 콩나물무침
	브로컬리죽	새우살아채죽	바지락죽	브로컬리죽	브로컬리죽	표고아채죽	모듬아채죽
	흰밥/잡곡밥 소고기무국 파리메란조림 우렁살아채무침 미역줄기볶음	흰밥/잡곡밥 아욱된장국 달볶음탕 숙주나물무침 마늘쫀조림	흰밥/잡곡밥 파계란국 짜장덮밥 비엔나아채볶음 부추단무지무침	흰밥/잡곡밥 호박감자된장국 오리훈제아채볶음 멸치건과조림 무생채	흰밥/잡곡밥 장어탕 미트볼아채조림 명엽채볶음 도시락김	흰밥/잡곡밥 콩나물국 코다리무조림 불어묵볶음 모듬장아찌	흰밥/잡곡밥 유부장국 우불고기숙주볶음 해초유자샐러드 무생채무침
	깨죽	모듬아채죽	단호박죽	표고아채죽	깨죽	소고기아채죽	달아채죽
건강을 생각 하는 저녁	흰밥/잡곡밥 유부장국 오징어삼겹볶음 연두부/양념장 열무된장나물	흰밥/잡곡밥 해물찜볶 참쌀탕수육 알감자조림 오이생채	흰밥/잡곡밥 미역국 조기구이 도토리묵아채무침 콩나물무침	흰밥/잡곡밥 소고기무국 고기잡채 도라지무침 깻잎순나물	흰밥/잡곡밥 무청된장국 바싹불고기 더덕아채무침 해초샐러드	흰밥/잡곡밥 바지락탕 데리야끼닭조림 감자채볶음 방풍나물무침	흰밥/잡곡밥 콩나물국 생선까스/소스 모듬버섯나물 오이생채
	모듬아채죽	달아채죽	모듬아채죽	모듬아채죽	표고아채죽	해물죽	표고아채죽
	모듬아채죽	모듬아채죽	모듬아채죽	모듬아채죽	표고아채죽	표고아채죽	표고아채죽
	모듬아채죽	모듬아채죽	모듬아채죽	모듬아채죽	표고아채죽	표고아채죽	표고아채죽

★ 쇠고기-호주산(예외, 시골, 잡뼈-국내산), 돼지고기-국내산(예외, 수육-오스트리아산), 닭고기-국내산(예외, 닭정육-브리질산), 오리고기-국내산///

김치-배추국산, 고추가루중국산, 쌀-국내산///오징어-아르헨티나산, (조기, 낙지, 홍합살, 바지락, 새우, 꽃게-중국산), (갈치-세내갈산), (코다리, 가자미, 명태(동태탕용))-러시아산),

(우렁이, 자반, 삼치-국내산), (임연수-미국산), (콩치-대만산), (간소용른새우-베트남산)

★★★★★★★★위의 식단은 식재료 수급 시정에 따라 달라질 수 있습니다.★★★★★★★★



♥ 주 간 식 단 표 ♥

영양사: 김 수 애

2025.9.29

~

2025.9.30

구분	월(9/29)	화(9/30)				
행복을 여는 아침	흰밥/잡곡밥 냉이된장국 새알응심이만두 마늘쫀조림 도시락김	흰밥/잡곡밥 무청된장국 돈채피망볶음 콩나물무침 간장깻잎지				
	브로컬리죽	새우살야채죽				
정성이 가득한 점심	흰밥/잡곡밥 근대된장국 콩나물해물찜 올방개묵김무침 간장깻잎지	흰밥/잡곡밥 복어국 간장돈불고기 상추쌈/쌈장 미나리무생채				
	깨죽	모듬야채죽				
건강을 생각 하는 저녁	흰밥/잡곡밥 등뼈탕 야채계란찜 열무된장나물 김자반무침	흰밥/잡곡밥 콩나물국 오징어야채무침 왕만두 비름나물무침				
	모듬야채죽	달야채죽				

★ 쇠고기-호주산(예외, 시골, 잡뼈-국내산), 돼지고기-국내산(예외, 수육-오스트리아산), 닭고기-국내산(예외, 닭정육-브라질산), 오리고기-국내산///
김치-배추국산, 고추가루중국산, 쌀-국내산///오징어-아르헨티나산, (조기, 낙지, 홍합살, 바지락, 새우, 꽃게-중국산), (갈치-세내갈산), (코다리, 가자미, 명태(동태탕용))-러시아산),
(우렁이, 자반, 삼치-국내산), (임연수-미국산), (콩치-대만산), (간소용큰새우-베트남산)
★★★★★위의 식단은 식재료 수급 사정에 따라 달라질 수 있습니다.★★★★★