♥주 간 식 단 표♥

영양사: 김 수 애 2025.11.01 ~ 2025.11.02

구분						토(11/1)	일(11/2)
행복을 여는 아침						흰밥/잡곡밥 아욱된장국 부들어묵야채조림 미역줄기나물 도라지무침	흰밥/잡곡밥 호박감자된장국 계란장조림 참깨브로컬리 콩나물무침
						표고야채죽	모듬야채죽
정성이 가득한 점심						흰밥/잡곡밥 무청된장국 순살닭갈비 청포묵김무침 숙주나물무침	흰밥/잡곡밥 미역국 갈치구이 고사리들깨나물 고추잎무침
						소고기야채죽	닭야채죽
건강을 생각하는 저녁						흰밥/잡곡밥 들깨무채국 조기구이 진미채무침 시금치나물	흰밥/잡곡밥 냉이된장국 간장돈불고기 돌나물겉절이 부추무생채
						해물죽	표고야채죽

★ 쇠고기-호주산(예외,사골,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),(꽁치-대만산),(깐쇼용큰새우-베트남산)
★★★★★★★★위의 식단은 식재료 수급 사정에 따라 달라질 수 있습니다.★★★★★★★★

♥주 간 식 단 표♥

영양사: 김 수 애 2025.11.03 ~ 2025.11.09

구분	월(11/3)	화(11/4)	수(11/5)	목(11/6)	금(11/7)	토(11/8)	일(11/9)
행복을 여는 아침	흰밥/잡곡밥 아욱된장국 닭가슴살야채볶음 마늘쫑조림 김자반볶음	흰밥/잡곡밥 무청된장국 돈채피망볶음 숙주나물무침 간장깻잎지	흰밥/잡곡밥 근대된장국 야채스크램블 명엽채볶음 비름나물무침	흰밥/잡곡밥 냉이된장국 모듬햄야채볶음 고구마줄기나물 오이생채	흰밥/잡곡밥 아욱된장국 돈민찌두부조림 죽순들깨나물 도시락김	흰밥/잡곡밥 무청된장국 부들어묵야채조림 미역줄기나물 고추잎무침	흰밥/잡곡밥 감자된장국 삼치구이 흑임자브로컬리 콩나물무침
	브로컬리죽	새우살야채죽	바지락죽	브로컬리죽	브로컬리죽	표고야채죽	모듬야채죽
정성이 가득한 점심	흰밥/잡곡밥 뼈해장국 순두부/양념장 흑임자연근샐러드 모듬버섯나물	흰밥/잡곡밥 유부장국 카레소스 메란볼어묵볶음 시금치나물	흰밥/잡곡밥 무청된장국 가자미구이 도토리묵야채무침 콩나물무침	흰밥/잡곡밥 건새우미역국 한식갈비찜 돌나물겉절이 고사리들깨나물	흰밥/잡곡밥 콩비지찌개 생선까스/소스 치커리유자무침 뿌리채소조림	흰밥/잡곡밥 청국장찌개 꽈리메란장조림 우렁살야채무침 마늘쫑조림	흰밥/잡곡밥 토란탕 돈사태찜 해초유자샐러드 느타리버섯나물
	깨죽	모듬야채죽	단호박죽	표고야채죽	녹두죽	소고기야채죽	닭야채죽
건강을 생각하는 저녁	흰밥/잡곡밥 근대된장국 코다리엿장조림 들깨올방개묵 오이생채	흰밥/잡곡밥 콩나물국 오리불고기 양배추찜/양념장 꼬시래기무침	흰밥/잡곡밥 토란탕 쭈꾸미삼겹볶음 파래자반무침 미나리무생채	흰밥/잡곡밥 쑥갓동태탕 미트볼야채조림 쥬키니나물 열무된장나물	흰밥/잡곡밥 내장국밥 왕만두 사각어묵볶음 도라지무침	흰밥/잡곡밥 유부장국 꽁치김치조림 감자채볶음 비름나물무침	흰밥/잡곡밥 파계란국 두부스테이크 진미채볶음 시금치나물
	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 고추가루중국산,쌀-국내산///오징어-아르헨티나산,(조기,낙지,홍합살,바지락,새우,꽃게-중국산),(갈치-세네갈산),(코다리,가자미,명태(동태탕용)-러시아산),
(우렁이,자반,삼치-국내산),(임연수-미국산),(꽁치-대만산),(깐쇼용큰새우-베트남산)
★★★★★★★★위의 식단은 식재료 수급 사정에 따라 달라질 수 있습니다.★★★★★★★

♥주 간 식 단 표♥

영양사: 김 수 애 2025.11.10 ~ 2025.11.16

구분	월(11/10)	화(11/11)	수(11/12)	목(11/13)	금(11/14)	토(11/15)	일(11/16)
행복을 여는 아침	흰밥/잡곡밥 냉이된장국 닭가슴살야채볶음 마늘쫑조림 고추잎무침	흰밥/잡곡밥 무청된장국 돈채피망볶음 토란대들깨나물 간장깻잎지	흰밥/잡곡밥 근대된장국 새알옹심이만두 명엽채볶음 방풍나물무침	흰밥/잡곡밥 무청된장국 모듬햄야채볶음 고구마줄기나물 오이생채	흰밥/잡곡밥 아욱된장국 돈민찌두부조림 죽순들깨나물 도시락김	흰밥/잡곡밥 무청된장국 부들어묵야채조림 미역줄기나물 도라지무침	흰밥/잡곡밥 호박감자된장국 꽈리메란조림 흑임자브로컬리 오이생채
	브로컬리죽	새우살야채죽	바지락죽	브로컬리죽	브로컬리죽	표고야채죽	모듬야채죽
정성이 가득한 점심	흰밥/잡곡밥 근대된장국 떡갈비야채조림 두반장가지볶음 참나물겉절이	흰밥/잡곡밥 김치콩나물국 갈치구이 오색청포묵무침 열무된장나물	흰밥/잡곡밥 들깨미역국 청경채우불고기 한식잡채 시금치나물	흰밥/잡곡밥 순두부찌개 야채계란찜 햄감자채볶음 콩나물무침	흰밥/잡곡밥 무청된장국 제육볶음 상추쌈/쌈장 호박고지나물	흰밥/잡곡밥 유부장국 짜장소스 소세지야채볶음 취나물무침	흰밥/잡곡밥 순살감자탕 온두부/부추장 시금치나물 도시락김
	깨죽	모듬야채죽	단호박죽	표고야채죽	깨죽	소고기야채죽	닭야채죽
건강을 생각하는 저녁	흰밥/잡곡밥 들깨무채국 해물알찜 호박고지나물 김자반볶음	흰밥/잡곡밥 아욱된장국 간장찜닭 죽순초무침 숙주나물무침	흰밥/잡곡밥 애호박찌개 백순대야채볶음 더덕야채무침 고구마줄기나물	흰밥/잡곡밥 유부장국 함박스테이크 돌나물샐러드 새송이버섯나물	흰밥/잡곡밥 고추장찌개 순살고등어구이 우엉유자조림 깻잎순겉절이	흰밥/잡곡밥 소고기무국 오징어야채무침 토란대들깨나물 비름나물무침	흰밥/잡곡밥 유부장국 오리불고기 죽순들깨나물 꼬시래기무침
	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 고추가루중국산,쌀-국내산///오징어-아르헨티나산,(조기,낙지,홍합살,바지락,새우,꽃게-중국산),(갈치-세네갈산),(코다리,가자미,명태(동태탕용)-러시아산),
(우렁이,자반,삼치-국내산),(임연수-미국산),(꽁치-대만산),(깐쇼용큰새우-베트남산)
★★★★★★★★위의 식단은 식재료 수급 사정에 따라 달라질 수 있습니다.★★★★★★★★

♥주 간 식 단 표♥

영양사: 김 수 애 2025.11.17 ~ 2025.11.23

구분	월(11/17)	화(11/18)	수(11/19)	목(11/20)	금(11/21)	토(11/22)	일(11/23)
행복을 여는 아침	흰밥/잡곡밥 근대된장국 야채스크램블 명엽채볶음 비름나물무침	흰밥/잡곡밥 아욱된장국 돈채피망볶음 시금치나물 간장깻잎지	흰밥/잡곡밥 근대된장국 우민찌두부조림 진미채무침 세발나물무침	흰밥/잡곡밥 무청된장국 모듬햄야채볶음 고구마줄기나물 오이생채	흰밥/잡곡밥 냉이된장국 닭가슴살야채볶음 마늘쫑조림 김자반볶음	흰밥/잡곡밥 무청된장국 부들어묵야채조림 비름나물무침 고추잎무침	흰밥/잡곡밥 감자호박된장국 돈민찌두부조림 고구마줄기나물 오이생채
	브로컬리죽	새우살야채죽	바지락죽	브로컬리죽	브로컬리죽	표고야채죽	모듬야채죽
정성이 가득한 점심	흰밥/잡곡밥 토란탕 닭볶음탕 우엉채조림 취나물무침	흰밥/잡곡밥 들깨무채국 오징어야채볶음 사각어묵조림 쪽파김무침	흰밥/잡곡밥 냉이된장국 계란스크램블 콩나물/무생채 호박나물/김가루	흰밥/잡곡밥 북엇국 간장불고기 상추쌈/쌈장 느타리버섯볶음	흰밥/잡곡밥 장어탕 꽈리메란장조림 고사리나물 미역줄기나물	흰밥/잡곡밥 아욱된장국 고등어무조림 흑임자브로컬리 콩나물무침	흰밥/잡곡밥 토란탕 청경채우불고기 시금치나물무침 미나리무생채
	깨죽	모듬야채죽	단호박죽	표고야채죽	깨죽	소고기야채죽	닭야채죽
건강을 생각하는 저녁	흰밥/잡곡밥 무청된장국 궁중너비아니 고들빼기무침 청경채나물	흰밥/잡곡밥 육개장 버섯잡채 가지나물무침 참나물겉절이	흰밥/잡곡밥 들깨미역국 한방수육 바지락살초무침 방풍나물	흰밥/잡곡밥 냉이된장국 조기구이 도토리묵/양념장 도라지나물	흰밥/잡곡밥 유부장국 오리훈제볶음 열무된장나물 오복지무침	흰밥/잡곡밥 해물짬뽕 찹쌀탕수육 알감자조림 양념깻잎지	흰밥/잡곡밥 들깨무채국 갈치구이 돌나물초무침 파래자반무침
	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 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),(꽁치-대만산),(깐쇼용큰새우-베트남산)
★★★★★★★★위의 식단은 식재료 수급 사정에 따라 달라질 수 있습니다.★★★★★★★★

♥주 간 식 단 표♥

영양사: 김 수 애 2025.11.24 ~ 2025.11.30

구분	월(11/24)	화(11/25)	수(11/26)	목(11/27)	금(11/28)	토(11/29)	일(11/30)
행복을 여는 아침	흰밥/잡곡밥 무청된장국 돈채피망볶음 세발나물무침 고추잎무침	흰밥/잡곡밥 아욱된장국 야채스크램블 진미채무침 비름나물무침	흰밥/잡곡밥 근대된장국 우민찌두부조림 방풍나물무침 도시락김	흰밥/잡곡밥 무청된장국 모듬햄야채볶음 고구마줄기나물 죽순무침	흰밥/잡곡밥 냉이된장국 부들어묵야채조림 닭가슴살야채볶음 비름나물무침	흰밥/잡곡밥 무청된장국 닭가슴살야채볶음 메밀묵/양념장 도라지무침	흰밥/잡곡밥 호박감자된장국 꽈리메란장조림 흑임자브로컬리 콩나물무침
	브로컬리죽	새우살야채죽	바지락죽	브로컬리죽	브로컬리죽	표고야채죽	모듬야채죽
정성이 가득한 점심	흰밥/잡곡밥 건새우미역국 간장닭조림 명엽채볶음 도라지초무침	흰밥/잡곡밥 꽃게탕 함박스테이크/소스 해초유자샐러드 감자채볶음	흰밥/잡곡밥 어묵국 오리불고기 견과멸치볶음 토란대들깨나물	흰밥/잡곡밥 두부김치찌개 삼치구이 시금치나물 오이양파무침	흰밥/잡곡밥 근대된장국 치킨까스/소스 두반장가지볶음 숙주나물무침	흰밥/잡곡밥 홍합무국 돈사태찜 죽순들깨나물 참나물무침	흰밥/잡곡밥 미역국 찹스테이크 알감자조림 새우살애호박나물
	깨죽	모듬야채죽	단호박죽	표고야채죽	깨죽	소고기야채죽	닭야채죽
건강을 생각하는 저녁	흰밥/잡곡밥 계란국 하이라이스 불고기고로케 오이생채	흰밥/잡곡밥 들깨무채국 갈치시래기조림 노타리버섯나물 취나물무침	흰밥/잡곡밥 무청된장국 새우까스/소스 참깨브로컬리무침 고사리나물	흰밥/잡곡밥 맑은버섯탕 제육볶음 연두부/양념장 얼갈이된장나물	흰밥/잡곡밥 등뼈탕 야채계란찜 열무된장나물 김자반무침	흰밥/잡곡밥 샤브샤브국 두브스테이크 마늘쫑조림 무생채무침	흰밥/잡곡밥 들깨무채국 오징어야채볶음 새송이버섯나물 참나물겉절이
	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 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),(꽁치-대만산),(깐쇼용큰새우-베트남산)
★★★★★★★★위의 식단은 식재료 수급 사정에 따라 달라질 수 있습니다.★★★★★★★★