

결 재	담 당	원 장

주간식단표

< 2025년 7월 1주 >

요 일	아 침	간식	점 심	간 식	저 녁
6/30 월	잡곡밥 어묵탕 돈육채피망볶음 시금치나물 꼬들단무지무침 배추김치	배즙	차조밥 소고기버섯찌개 파리고추계란장조림 숙주미나리나물 오복지무침 배추김치	토마토	백미밥 돈육콩비지찌개 베이컨감자채볶음 오이무침 고들빼기무침 배추김치
7/1 화	잡곡밥 도토리묵채국 비엔나파인애플볶음 청경채된장무침 파래자반 배추김치	배즙	기장밥 모듬된장찌개 콩나물불고기 상추쌈&쌈장 쪽파김무침 배추김치	크라운 산도 망고쥬스	백미밥 미역국 굴소스닭살볶음 머위대들깨볶음 오이지무침 배추김치
7/2 수	잡곡밥 복어계란국 꽃말살어묵조림 소고기가지볶음 브로콜리&초장 배추김치	배즙	흑미밥 오이냉국 등갈비김치찜 실곤약채소무침 김구이 배추김치	푸딩	백미밥 매콤소고기국 간고등어구이 참나물무침 꼬들단무지무침 배추김치
7/3 목	잡곡밥 청국장두부찌개 베이컨스크램블에그 얼갈이된장무침 간장깻잎지 배추김치	배즙	채소라면(밥) 찐만두&초간장 단무지무침 배추김치	요플레	백미밥 호박잎장국 돈육간장불고기 비름나물 무생채 배추김치
7/4 금	잡곡밥 부추물만두국 미트볼피망조림 애호박나물 고추잎나물 배추김치	배즙	차조밥 순두부김치찌개 대구까스&타르타르 도토리묵새싹무침 오복지무침 배추김치	아이스크림	백미밥 콩나물국 가자미살무조림 마늘쫄조림 김구이 배추김치
7/5 토	백미밥 홍합살부추국 햄스크램블에그 아몬드멸치볶음 도시락김 배추김치	배즙	백미밥 콩나물국 제육볶음 어묵볶음 간장깻잎지 배추김치	율무차	백미밥 육개장 부추전 청포묵야채무침 청경채겉절이 배추김치
7/6 일	백미밥 유부팽이국 산적조림 무짬지무침 오이양파무침 배추김치	배즙	백미밥 소고기무국 마파두부 감자조림 마늘쫄볶음 배추김치	유자차	백미밥 얼큰김치국 돈까스&소스 아삭이쌈장무침 꽃마살샐러드 배추김치

원산지표기

쌀 (밥)	배추김치	소고기/차돌박이/소갈비		사골,잡뼈,선지	낙지
국내산	배추,고추가루:국내산	국내산육우		국내산한우	베트남산
*돼지고기,돈등뼈,돈등갈비,닭고기,오리고기,콩(콩비지.청국장),오징어,미꾸라지,광어,갈치순살,아귀,전복은 “국내산”					
갈치	명태,코다리,동태	꾸꾸미	어묵(연육)	참치(가다랑어)	꽃게 콩류 (순두부,두부)
세네갈산	러시아산	중국산	수입산	원양산	중국산 외국산

♥ 상기 식단은 식자재 수급에 따라 변경될 수 있습니다. ♥

결 재	담 당	원 장



요 일	아 침	간식	점 심	간 식	저 녁
7/7 월	잡곡밥 아욱국 떡갈비피망조림 건취나물볶음 꼬들단무지무침 배추김치	배즙	차조밥 북어무국 오리훈제양파찜 치커리부추무침 오복지무침 배추김치	수박	백미밥 소고기무국 삼치무조림 브로콜리초장무침 고들빼기무침 배추김치
7/8 화	잡곡밥 도토리묵채국 새우살스크램블에그 가지양파볶음 파래자반 배추김치	배즙	기장밥 순대국 불어묵만살볶음 아삭이오이무침 쪽파김무침 배추김치	오예스 식혜	백미밥 들깨미역국 닭다리양념조림 감자샐러드 오이지무침 배추김치
7/9 수	잡곡밥 황태채국 뼈없는미니바베큐조림 깨순나물 김구이 배추김치	배즙	기장밥 오징어호박찌개 파리고추계란장조림 상추겉절이 오이지무침 배추김치	푸딩	백미밥 근대국 닭살골소스볶음 오이생채 파래자반 배추김치
7/10 목	잡곡밥 유부김치국 비엔나파인애플볶음 시금치무침 간장깻잎지 배추김치	배즙	열무보리비빔밥 청국장두부찌개 계란후라이 파래자반(어르신) 배추김치	요플레	백미밥 모듬버섯장국 돈육고추장불고기 청경채나물 꼬들단무지무침 배추김치
7/11 금	잡곡밥 감자양파국 돈육안심장조림 얼갈이나물 고추잎나물 배추김치	배즙	차조밥 대파육개장 온두부&참치김치볶음 콩나물잡채 오복지무침 배추김치	찐감자 요구르트	백미밥 계란파국 간고등어구이 새송이버섯볶음 고들빼기무침 배추김치
7/12 토	백미밥 맑은콩나물국 옛날소시지전 아몬드멸치볶음 열무무침 배추김치	배즙	백미밥 홍합살부추국 카레라이스 청경채나물 단무지무침 배추김치	울무차	백미밥 고추장찌개 돼지간장불고기 감자채볶음 고추잎무침 배추김치
7/13 일	백미밥 근대국 해물동그랑땡 시래기된장찌침 양념깻잎지 배추김치	배즙	백미밥 김치찌개 돼지갈비찜 마늘쫄볶음 고들빼기무침 배추김치	유자차	백미밥 소고기무국 마파두부 어묵볶음 연근흑임자무침 배추김치

◆ 원 산 지 표 기 ◆						
쌀 (밥,죽)	배추김치	소고기/차돌박이/소갈비		사골,잡뼈,선지	낙지	
국내산	배추,고추가루:국내산	국내산육우		국내산한우	배두,남산	
*돼지고기,돈등뼈,돈등갈비,닭고기,오리고기,콩(콩비지,청국장),오징어,미꾸라지,광어,갈치순살,아귀,전복은 “국내산”						
갈치	명태,코다리,동태	꾸꾸미	어묵(연육)	참치(가다랑어)	꽃게	콩류 (순두부,두부)
세네갈산	러시아산	중국산	수입산	원양산	중국산	외국산

♥ 상기 식단은 식자재 수급에 따라 변경될 수 있습니다. ♥

결재	담당	원장

주간식단표

< 2025년 7월 3주 >

요일	아침	간식	점심	간식	저녁
7/14 월	잡곡밥 돈육콩비지찌개 크래미채소볶음 김구이 꼬들단무지무침 배추김치	배즙	차조밥 미역오이냉국 등갈비김치찜 숙주나물 오복지무침 배추김치	바나나	백미밥 낙지연포탕 야채계란말이 비름나물 고들빼기무침 배추김치
7/15 화	잡곡밥 어묵탕 돈육양배추볶음 청포묵김무침 파래자반 배추김치	배즙	기장밥 매운버섯찌개 순살돈까스&소스 양상추어린잎샐러드 쪽파김무침 배추김치	비빔국수	백미밥 아욱국 햄감자조림 마늘쫄면새우볶음 오이지무침 배추김치
7/16 수	잡곡밥 물만두국 참치캔야채볶음 브로콜리&초장 간장깻잎지 배추김치	배즙	물냉면 수육&쌈무 김다시마튀각(어르신) 열무김치 배추김치	수박	백미밥 바지락미역국 콩치캔무조림 근대나물 김구이 배추김치
7/17 목	백미밥 냉이된장국 돈채고추장볶음 브로콜리&초장 간장깻잎지 배추김치	배즙	백미밥 호박새우전국 탕수육 우영채조림 오이양파무침 배추김치	요플레	백미밥 홍합살부추국 콩치김치찜 온두부 콩나물무침 배추김치
7/18 금	잡곡밥 유부팽이장국 마파두부 느타리들깨볶음 고추잎나물 배추김치	배즙	차조밥 등뼈감자탕 고등어고구마줄기조림 오이썩갠무침 오복지무침 배추김치	카스타드 망고쥬스	백미밥 콩나물국 돈육채피망볶음 양배추나물 김구이 배추김치
7/19 토	백미밥 오이냉국 닭가슴살야채볶음 치커리겉절이 콩자반 배추김치	배즙	백미밥 참치김치찌개 미트볼야채조림 콩나물무침 양념깻잎지 배추김치	율무차	백미밥 순두부백탕 제육볶음 백목이겨자무침 궁채장아찌 배추김치
7/20 일 (초복)	백미밥 순두부찌개 옛날소시지전 열무된장무침 도시락김 배추김치	배즙	백미밥 얼큰어묵국 돈육파프리카볶음 도라지무생채 콩나물무침 배추김치	유자차	백미밥 우거지된장국 치킨너겟&소스 청경채나물 마카로니샐러드 배추김치

◆ 원 산 지 표 기 ◆						
쌀 (밥,죽)	배추김치	소고기/차돌박이/소갈비		사골,잡뼈,선지	낙지	
국내산	배추,고추가루:국내산	국내산육우		국내산한우	베트남산	
*돼지고기,돈등뼈,돈등갈비,닭고기,오리고기,콩(콩비지,청국장),오징어,미꾸라지,광어,갈치순살,아귀,전복은 “국내산”						
갈치	명태,코다리,동태	꾸꾸미	어묵(연육)	참치(가다랑어)	꽃게	홍류 (순두부,두부)
세네갈산	러시아산	중국산	수입산	원양산	중국산	외국산

♥ 상기 식단은 식자재 수급에 따라 변경될 수 있습니다. ♥

결 재	담 당	원 장



요 일	아 침	간식	점 심	간 식	저 녁
7/21 월	잡곡밥 황태무국 소세지야채볶음 청경채된장무침 고들단무지무침 배추김치	배즙	차조밥 호박요창국 닭볶음탕 청포묵숙주무침 오복지무침 배추김치	참외	백미밥 유부팽이맑은국 어묵맛살볶음 머위대들깨볶음 고들빼기무침 배추김치
7/22 화	잡곡밥 콩나물국 새송이에추리알조림 근대나물 파래자반 배추김치	배즙	기장밥 모듬된장찌개 달고기두부전&어린잎 해초파프리카초무침 쪽파김무침 배추김치	요플레	백미밥 돈육콩비지찌개 제육볶음 숙주미나리나물 오이지무침 배추김치
7/23 수	잡곡밥 유부팽이장국 크래미채소볶음 마늘쫄조림 간장깻잎지 배추김치	배즙	기장밥 부대찌개 제육볶음 실곤약오이무침 김구이 배추김치	찐계란 요쿠르트	백미밥 어묵무국 곤드레나물전병 단무지무침 오복지무침 배추김치
7/24 목	잡곡밥 도토리묵채국 햄브로콜리볶음 깨순나물 고추잎나물 배추김치	배즙	소고기콩나물밥 미역국 어묵잡채 멸치고추장볶음 배추김치	쿨피스	백미밥 근대국 오리훈제야채볶음 노각무침 고들단무지무침 배추김치
7/25 금	잡곡밥 소고기웃국 마파두부 무채장아찌무침 파래자반 배추김치	배즙	차조밥 가지냉국 돼지갈비떡찜 알감자조림 오이지무침 배추김치	수박화채	백미밥 계란파국 임연수무조림 브로콜리&초장 고들빼기무침 배추김치
7/26 토	백미밥 미역국 소세지케찹볶음 우영채조림 도시락김 배추김치	배즙	백미밥 호박새우젓국 미트볼라따뚜이 감자채볶음 마늘쫄무침 배추김치	울무차	백미밥 해물짬뽕국 짜장라이스 오이양파무침 단무지무침 배추김치
7/27 일	백미밥 맑은어묵국 돈민찌두부조림 아몬드멸치볶음 도시락김 배추김치	배즙	백미밥 창국장 새우동그랑땡 청포묵야채무침 양념깻잎지 배추김치	유자차	백미밥 유부장국 제육볶음 얼갈이나물 콩나물무침 배추김치

◆ 원 산 지 표 기 ◆						
쌀 (밥,죽)	배추김치	소고기/차돌박이/소갈비		사골,잡뼈,선지		낙지
국내산	배추,고추가루:국내산	국내산육우		국내산한우		베트남산
*돼지고기,돈등뼈,돈등갈비,닭고기,오리고기,콩(콩비지,청국장),오징어,미꾸라지,광어,갈치순살,아귀,전복은 “국내산”						
갈치	명태,코다리,동태	꾸꾸미	어묵(연육)	참치(가다랑어)	꽃게	홍류 (순두부,유부)
세네갈산	러시아산	중국산	수입산	원양산	중국산	외국산

♥ 상기 식단은 식자재 수급에 따라 변경될 수 있습니다. ♥

결 재	담 당	원 장

주간식단표

< 2025년 7월 5주~8월 1주 >

요 일	아 침	간식	점 심	간 식	저 녁
7/28 월	잡곡밥 들깨마역국 함박스테이크&소스 시금치나물 꼬들단무지무침 배추김치	배즙	차조밥 냉육말이 소고기낙지불고기 상추&쌈장 오복지무침 배추김치	바나나	백미밥 콩나물국 고등어무조림 오이생채 고들빼기무침 배추김치
7/29 화	잡곡밥 열무된장국 돈육채피망볶음 청경채된장무침 파래자반 배추김치	배즙	기장밥 돈육두부김치찌개 생선까스&타르타르 치커리유자청무침 쪽파김무침 배추김치	오예스 식혜	백미밥 감자다시마국 동그랑땡&오미전 우영채조림 오이지무침 배추김치
7/30 수 (중복)	잡곡밥 아욱국 뼈없는미니바베큐조림 콩나물무침 간장깻잎지 배추김치	배즙	삼계탕 어묵야채볶음(어르신) 고추.오이스틱&쌈장 석박지 배추김치	푸딩	백미밥 콩비지찌개 돈육간장불고기 비름나물 꼬들단무지무침 배추김치
7/31 목	잡곡밥 호박새우젓국 새우살스크램블에그 느타리버섯볶음 파래자반 배추김치	배즙	기장밥 모듬버섯장국 온두부&돈육볶음김치 마늘쫄면새우볶음 오이지무침 배추김치	요플레	백미밥 들깨마역국 찐만두&양념장 햄감자채볶음 고들빼기무침 배추김치
8/1 금	잡곡밥 계란파국 돈육안심장조림 열무된장무침 고추잎나물 배추김치	배즙	차조밥 매콤소고기국 콩치캔무조림 가지양념무침 김구이 배추김치	단호박죽	백미밥 청국장두부찌개 순대야채볶음 청포묵숙주무침 오복지무침 배추김치
8/2 토		배즙		율무차	
8/3 일		배즙		유자차	

원산지표기

◆ 원 산 지 표 기 ◆						
쌀 (밥,죽)	배추김치	소고기/차돌박이/소갈비		사골,잡뼈,선지	낙지	
국내산	배추,고추가루:국내산	국내산육우		국내산한우	베트남산	
*돼지고기,돈등뼈,돈등갈비,닭고기,오리고기,콩(콩비지.청국장),오징어,미꾸라지,광어,갈치순살,아귀,전복은 “국내산”						
갈치	명태,코다리,동태	꾸꾸미	어묵(연육)	참치(가다랑어)	꽃게	콩류 (순두부,두부)
세네갈산	러시아산	중국산	수입산	원양산	중국산	외국산

♥ 상기 식단은 식자재 수급에 따라 변경될 수 있습니다. ♥