

주간식단표

기간: 2026.08.31 ~ 2026.09.06.(일)

일자	08월31일(월)	09월01일(화)	09월02일(수)	09월03일(목)	09월04일(금)	09월05일(토)	09월06일(일)
조식	야채죽	현미죽	브로콜리죽	단호박죽	참깨죽	야채죽	옥수수죽
	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	크림스프	유부무맑은국	바지락미역국	들깨버섯국	계란두부국	크림스프	청국장찌개
	참치마파두부	미트볼데리야끼조림	베이컨 감자채 볶음	떡갈비구이	해물동그랑땡케찹조림	스크램블드 에그 숙주볶음	미트볼굴소스조림
	어묵피망볶음	애호박양파볶음	숙주부추무침	아삭이된장무침	열무들깨지짐	양배추나물	느타리볶음
	단무지무침	검은콩조림	김자반	실파팽이버섯볶음	고춧잎장아찌	김자반	된장깻잎장아찌
	배추김치/백김치	배추김치/백김치	배추김치/백김치	배추김치/백김치	배추김치/백김치	배추김치/백김치	배추김치/백김치
오전 간식	고소한 두유	플레인 요거트	검은깨 두유	요거트	아몬드잣 두유	플레인 요거트	고칼술 두유
	경관식: 야채주스	경관식: 도라지배즙	경관식: 야채주스	경관식: 도라지배즙	경관식: 야채주스	경관식: 도라지배즙	경관식: 야채주스
중식	삼계죽	황태죽	소고기죽	삼계죽	황태죽	소고기죽	삼계죽
	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	들깨미역국	황태 계란 두부국	우거지 된장국	김치콩나물국	닭가슴살 미역국	소고기미역국	들깨미역국
	겉살고추장구이/편마늘구	김치해물전	오리훈제야채볶음	차돌박이 숙주볶음	야채계란찜	삼치구이	닭살당면볶음
	쌈채.아삭이/쌈장	돈채 잡채	쫄면채소무침/망고바	편마늘 표고볶음	궁채들깨조림/사과	양상추샐러드	무채무침
	콩나물무침/파인애플	야채 치즈볼 샐러드	비트무쌈/허니머스타드	브로콜리찜/초고추장/꿀배	연두부/석박지	애호박나물/갯김치	양배추찜쌈/쌈장
	배추김치/백김치	배추김치/백김치	배추김치/백김치	배추김치/백김치	배추김치/백김치	배추김치/백김치	배추김치/백김치
오후 간식	바나나	오렌지	사과	배	바나나	토마토	사과
	사과주스	복숭아주스	사과주스	당근주스	토마토주스	포도주스	경관식: 사과주스
석식	야채죽	플레인죽	클로렐라죽	야채죽	클로렐라죽	클로렐라죽	플레인죽
	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	두부된장국	들깨감자국	순두부 찌개	닭미역국	오뎅무국	황태콩나물국	콩나물국
	닭살 감자조림	너비아니피망볶음	가자미무우조림	임연수 카레구이	돈육양파볶음	소고기 메추리알조림	두부양념구이
	계란장조림	청경채나물	취나물 무침	소세지야채볶음	삼색콩나물무침	잔멸치 편마늘볶음	오뎅피망볶음
	치커리 겉절이	연근흑임자샐러드	마늘쫄무침	간장깻잎지	감자채볶음	무 생채	건새우마늘쫄볶음
	배추김치/백김치	배추김치/백김치	배추김치/백김치	배추김치/백김치	배추김치/백김치	배추김치/백김치	배추김치/백김치
원산지	농산물 ①쌀: 국내산 ②배추김치(배추,고춧가루): 국내산 ③두부, 순두부, 콩비지, 청국장(대두): 외국산, 연두부(대두):국내산						
	축산물 ①쇠고기: 호주산 ②카레용 쇠고기: 미국산 ③돼지고기: 국내산 ④대패삼겹살용 돼지고기: 네덜란드산 ⑤닭고기: 국내산						
	축산물 가공품 ①베이컨(돈육): 외국산 ②훈제오리(오리육): 국내산, 중국산 ③동그랑땡(돈육): 국내산 ④미니돈가스(돈육,계육): 국내산 ⑤연양바싹불고기(돈육): 외국산 ⑥미트볼(계육): 국내산						
	⑦함박스테이크(돈육): 외국산, 국내산 (우육): 국내산, 호주산 ⑧고기산적(계육,돈육): 국내산 ⑨떡갈비(돈육): 국내산 ⑩순대(돈육): 국내산 ⑪돈가스(돈육): 국내산 ⑫치킨가스(계육): 국내산						
원산지	⑬너비아니(돈육,계육): 국내산 ⑭탕수육(돈육):국산						
	수산물 ①낙지: 베트남산 ②명태: 러시아산 ③고등어: 국내산 ④갈치: 국내산 ⑤오징어: 아르헨티나산 ⑥꽃게: 중국산 ⑦참조기: 중국산 ⑧아귀: 중국산 ⑨주꾸미: 베트남산 ⑩전복: 외국산						
원산지	수산물가공품 ①콩치캔(콩치): 국내산 ②고등어캔(고등어): 국내산 ③참치캔(가다랑어): 원양산 ④동태전(동태): 러시아산 ⑤생선가스(대구): 중국산						

※ 식단은 식자재 수급 상황에 따라 변동될 수 있습니다.