

주간식단표

2026년8월17일 ~ 2026년8월23일

요 일 날 짜	월(8/17)	화(8/18)	수(8/19)	목(8/20)	금(8/21)	토(8/22)	일(8/23)
행복을 여는 아침	잡곡밥/땅콩죽 북어무채국 새우살숙주볶음 알감자조림 비타장아찌무침 배추김치	잡곡밥/검정깨죽 근대된장국 돈민찌감자조림 애호박새우젓볶음 청경채무침 배추김치	잡곡밥/흰죽 우거지콩비지탕 닭가슴살양배추쌈 팽이맛살볶음 고추잎무침 배추김치	잡곡밥/잡곡죽 숙주맑은국 참치두부조림 건새우마늘쫀볶음 양념깻잎지 배추김치	잡곡밥/오트밀야채죽 크림스프 시금치양파계란볶음 표고무조림 브로콜리흑임자무침 배추김치	잡곡밥/참깨죽 매운콩나물국 애호박베이컨볶음 새송이들깨무침 양배추참소스무침 배추김치	잡곡밥/콩죽 누룽지탕 고기산적조림 그린빈스볶음 오징어젓갈무침 배추김치
정성이 가득한 점심	잡곡밥/들깨죽 열무된장국 콩나물불고기 계란찜 미역초무침 배추김치	잡곡밥/두부야채죽 들깨미역국 순살닭김치찜 잡채어묵볶음 도라지무침 배추김치	잡곡밥/대추죽 순살감자탕 돈육메추리알장조림 표고탕수*소스 얼갈이무침 배추김치	잡곡밥/감자들깨죽 어묵국 돈육시래기찜 새송이 조림 오이부추무침 배추김치	잡곡밥/녹두죽 얼큰닭무국 마파두부 콩나물잡채 고들빼기무침 배추김치	잡곡밥/미역죽 아욱된장국 코다리무조림 느타리버섯볶음 노각무침 배추김치	잡곡밥/소고기야채죽 꽃게탕 모듬소세지볶음 미역줄기볶음 땅콩조림 배추김치
오후간식	찐고구마/매실주스	인절미과자/요구르트	딸기요플레	미니단팥빵/우유	찐감자/식혜	황도	증편/주스
건강을 생각하는 저녁	잡곡밥/참치야채죽 유부우동국 미트볼케찹볶음 연두부*양념장 비타민토마토무침 배추김치	잡곡밥/양배추죽 야채샤브국 가지미양념조림 죽순채피망볶음 고사리들깨나물 배추김치	잡곡밥/단호박죽 오징어무국 돈육가지볶음 쥬키니호박볶음 김가루부추무침 배추김치	잡곡밥/버섯야채죽 순두부찌개 해물완자조림 감자채볶음 양상추치커리무침 배추김치	잡곡밥/옥수수죽 김치어묵국 돈채피망볶음 올방개무무침 근대나물 배추김치	잡곡밥/팥죽 바지락무국 닭살바베큐볶음 고구마조림 유자단무지무침 배추김치	잡곡밥/고구마죽 사골파국 꽂치김치조림 콩나물들깨짐 오복지무침 배추김치
저녁간식	두유	요플레	두유	요플레	두유	요플레	두유

* 쌀(일반미,누룽지:국내산),배추김치(배추:중국산/고추가루:중국산),콩(두부,순두부,콩비지):외국산(:미국/캐나다/호주산 등),콩가루(중국산)
참치:가다랑어(원양산:태평양),소고기(호주산),돼지고기(국내산), 닭고기(국내산),오징어(페루산),가자미(미국산),미트볼케찹볶음(돼지고기:국내산/닭고기:국내산)
해물완자조림(오징어:페루산),애호박베이컨볶음[베이컨(돼지고기:외국산)],코다리:러시아산,고기산적조림(닭고기:국내산/돼지고기:국내산),오징어젓갈(중국산)
꽃게탕(꽃게:중국산),사골파국(우사골:호주산),꽂치김치조림(꽂치:대만산)

*메뉴는 식재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.