

주간식단표

2026년8월24일 ~ 2026년8월30일

요 일 날 짜	월(8/24)	화(8/25)	수(8/26)	목(8/27)	금(8/28)	토(8/29)	일(8/30)
행복을 여는 아침	잡곡밥/검정깨죽 양배추된장국 두부간장조림 느타리들깨볶음 건파래무침 배추김치	잡곡밥/잡곡죽 재첩국 닭가슴살장조림 잔멸치볶음 가지나물 배추김치	잡곡밥/콩죽 매운계란국 사각피쉬볼조림 병아리콩곤약조림 열무나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 두부무채국 야채스크램블 양송이볶음 양배추무침 배추김치	잡곡밥/참치야채죽 팽이버섯된장국 너비아니양파조림 매운호박볶음 다시마튀각 배추김치	잡곡밥/옥수수죽 야채스프 돈민씨가지볶음 김두부무침 된장깻잎지 배추김치	잡곡밥/오트밀야채죽 순두부맑은국 참치옥수수볶음 표고무조림 청경채나물 배추김치
정성이 가득한 점심	잡곡밥/땅콩죽 청국장찌개 돈육숙주볶음 연근조림 치커리무침 배추김치	잡곡밥/계란야채죽 소고기콩나물국 고등어김치조림 오이맛살무침 마늘쫀간장지 배추김치	잡곡밥/대추죽 김치콩나물국 단호박카레 함박야채조림 그린샐러드*소스 배추김치	잡곡밥/표고야채죽 시래기콩비지국 돈채피망볶음*꽃빵 두부양념조림 숙주오이겨자무침 배추김치	잡곡밥/단호박죽 미역국 부대햄볶음 청포묵김가루무침 고구마범벅 배추김치	잡곡밥/고구마죽 콩가루배추국 돈육고추장불고기 강된장*양배추쌈 미역초무침 배추김치	잡곡밥/들깨죽 두부된장국 해물콩나물찜 감자브로컬리샐러드 쌈무부추무침 배추김치
오후간식	쥬시쿨/크리스피플	딸기요거트	유산균음료/밤만쥬	소보로빵/우유	바나나	조리퐁/우유	찐만두/주스
건강을 생각하는 저녁	잡곡밥/팥죽 유부어묵탕 돈육마늘쫀볶음 단호박조림 양파절임 배추김치	잡곡밥/두부야채죽 근대된장국 소세지감자조림 옥수수계란찜 얼갈이나물 배추김치	잡곡밥/양배추죽 옹심이국 임연수조림 우영채조림 깻순나물 배추김치	잡곡밥/미역죽 북어두부국 간장닭조림 툇두부무침 노각무침 배추김치	잡곡밥/두부계란죽 아욱된장국 돈육파채불고기 새송이볶음 배추된장나물 배추김치	잡곡밥/닭살대추죽 버섯들깨국 코다리간장조림 도토리묵김치무침 강낭콩조림 배추김치	잡곡밥/새송이야채죽 호박새우젓국 훈제오리볶음 꼬막무침 근대나물 배추김치
저녁간식	요플레	두유	요플레	두유	요플레	두유	요플레

* 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),고등어(국내산),임연수(미국산),코다리(러시아산)
소세지감자조림[스모크햄(돼지고기:국내산,닭고기:국내산)],단호박카레(돼지고기:국내산),코주부모듬햄(돼지고기:국내산/닭고기:국내산),오리고기:국내산
후랑크햄(돼지고기:국내산/닭고기:국내산),너비아니(돼지고기:국내산/닭고기:국내산) *메뉴는 식재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.