

8월 식단표

	조 식	중 식	석 식	죽식	간 식	
월요일 (3일) 1843kcal	혼합잡곡밥 얼갈이된장국 우민찌표고볶음 연두부&양념장 무장아찌 배추김치	혼합잡곡밥 콩가루우무냉국 가자미카레구이 어묵피망조림 청경채나물 배추김치	혼합잡곡밥 수제비국 함박스테이크 단호박샐러드 마늘종볶음 배추김치	조: 흰죽 중: 녹두죽 석: 팔죽	오 전	
					오 후	크림빵
화요일 (4일) 1847kcal	혼합잡곡밥 청국장찌개 옥수수계란찜 느타리볶음 김구이 배추김치	혼합잡곡밥 홍합살미역국 닭볶음탕 깻잎야채전 부추겉절이 배추김치	혼합잡곡밥 우거지된장국 돈육불고기 청포묵김무침 오이무침 배추김치	조: 흰죽 중: 해물죽 석: 야채죽	오 전	
					오 후	사과주스
수요일 (5일) 1848kcal	혼합잡곡밥 소고기무국 너비아니구이 감자조림 마늘쫀지무침 배추김치	잔치국수 갈비만두찜 미니송이간장조림 열무김치 요구르트	혼합잡곡밥 근대된장국 고등어조림 맛살콩나물겨자냉채 고사리볶음 배추김치	조: 흰죽 중: 호박죽 석: 흑임자죽	오 전	
					오 후	토마토
목요일 (6일) 1842kcal	혼합잡곡밥 참치미역국 두부조림 고구마샐러드 숙주나물무침 배추김치	혼합잡곡밥 오이냉국 오삼불고기 양배추찜&쌈장 호박새우젓볶음 배추김치	혼합잡곡밥 시금치된장국 닭갈비 햄야채볶음 치커리무침 배추김치	조: 흰죽 중: 팔죽 석: 두부황태죽	오 전	
					오 후	황도
금요일 (7일) 1848kcal	혼합잡곡밥 북엇국 동그랑땡전 브로콜리참깨S무침 김구이 배추김치	혼합잡곡밥 아욱된장국 삼치구이 느타리버섯볶음 썩갓나물 배추김치	혼합잡곡밥 콩나물국 오리훈제볶음 쌈무&간장깻잎지 도라지생채 배추김치	조: 흰죽 중: 야채죽 석: 녹두죽	오 전	
					오 후	요구르트
토요일 (8일) 1845kcal	혼합잡곡밥 배추된장국 명란계란찜 감자채볶음 오징어젓무침 배추김치	혼합잡곡밥 물만두국 치즈돈까스&소스 단호박조림 양상추샐러드&키위D 배추김치	혼합잡곡밥 순두부김치국 코다리시래기조림 가지양파볶음 천사채마요무침 배추김치	조: 흰죽 중: 호박죽 석: 들깨죽	오 전	
					오 후	두유
일요일 (9일) 1838kcal	혼합잡곡밥 유부미소장국 메추리알장조림 잔멸치볶음 김구이 배추김치	혼합잡곡밥 조갯살미역국 당면찜닭 어묵새송이볶음 콩나물무침 배추김치	혼합잡곡밥 열무된장국 돈채야채볶음 도토리묵무침 배추나물 배추김치	조: 흰죽 중: 소고기죽 석: 호박죽	오 전	
					오 후	미숫가루

※ 식단은 식재료 수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 모든 식사에는 배추김치가 제공됩니다.

※원산지:쌀,돈육,계육,오리,고등어,방어,오징어,부세,전복,멍게,가리비-국산/배추김치(배추,고춧가루)-국산/갈치-모로코/소고기-호주산/명태,동태-러시아/조기,꽃게,낙지,아귀,팔-중국산/주꾸미-베트남산/참치(가다랑어)-원양산/두부,비지-외국산(미국,캐나다,호주)/베이컨-스페인,미국,네덜란드산/식육가공품(돈,계육-국산/우육-호주산)기장,녹두-미국

8월 식단표

	조 식	중 식	석 식	죽식	간 식	
월요일 (10일) 1835kcal	혼합잡곡밥 들깨무채국 해물완자전 알감자조림 깻잎지무침 배추김치	혼합잡곡밥 고추장찌개 돈육불고기 실곤약야채무침 참나물무침 배추김치	혼합잡곡밥 콩가루아욱국 동태전 비엔나케첩볶음 오이생채 배추김치	조: 흰죽 중: 녹두죽 석: 팔죽	오 전	
					오 후	딸기케익빵
화요일 (11일) 1838kcal	혼합잡곡밥 우거지된장국 두부카레조림 명엽채볶음 알마늘지 배추김치	혼합잡곡밥 갈비탕 청파레오징어까스&탈탈S 표고버섯볶음 숙주나물 배추김치	혼합잡곡밥 미역냉국 간장닭갈비 메밀면무침 숙갓나물 배추김치	조: 흰죽 중: 해물죽 석: 야채죽	오 전	
					오 후	바나나
수요일 (12일) 1842kcal	혼합잡곡밥 사각어묵국 김계란말이 가지양파볶음 근대나물 배추김치	짜장밥 우동장국 LA갈비 단무지채무침 배추김치	혼합잡곡밥 된장국 돈사태찜 느타리볶음 부추생채 배추김치	조: 흰죽 중: 호박죽 석: 흑임자죽	오 전	
					오 후	요구르트
목요일 (13일) 1837kcal	혼합잡곡밥 콩가루배춧국 떡갈비피망조림 애호박볶음 오이지무침 배추김치	혼합잡곡밥 한식된장찌개 묵은지찜닭 야채전 근대나물무침 배추김치	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 자반고등어구이 청포묵무침 오이고추무침 배추김치	조: 흰죽 중: 팔죽 석: 두부황태죽	오 전	
					오 후	후렌치파이
말복 금요일 (14일) 1840kcal	혼합잡곡밥 팽이미소장국 야채계란찜 도라지볶음 김구이 배추김치	혼합잡곡밥 배추된장국 수육 쌈무&양배추삼&쌈장 콩나물파채무침 배추김치	혼합잡곡밥 닭곰탕 치킨까스&소스 푸실리샐러드 미나리나물 배추김치	조: 흰죽 중: 야채죽 석: 녹두죽	오 전	
					오 후	수박
광복절 토요일 (15일) 1836kcal	혼합잡곡밥 들깨감자국 두부구이 진미채마늘쫄볶음 간장양파절임 배추김치	혼합잡곡밥 홍합살미역국 가자미구이 불어묵조림 치커리유자청무침 배추김치	혼합잡곡밥 복엇국 소고기야채볶음 고구마조림 열무나물 배추김치	조: 흰죽 중: 호박죽 석: 들깨죽	오 전	
					오 후	두유
일요일 (16일) 1841kcal	혼합잡곡밥 근대된장국 계란곤약조림 단호박샐러드 김자반 배추김치	혼합잡곡밥 오징어무국 돈육두루치기 유부겨자채 청경채무침 배추김치	혼합잡곡밥 순두부국 닭볶음탕 고사리볶음 오이무침 배추김치	조: 흰죽 중: 소고기죽 석: 호박죽	오 전	
					오 후	짜먹는 요플레

※ 식단은 식재료 수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 모든 식사에는 배추김치가 제공됩니다.

※원산지:쌀,돈육,계육,오리,고등어,방어,오징어,부세,전복,명게,가리비-국산/배추김치(배추,고춧가루)-국산/갈치-모로코/소고기-호주산/명태,동태-러시아/조기,꽃게,낙지-중국산/아귀-중국산/주꾸미-베트남산/참치(가다랑어)-원양산/두부,비지-외국산(미국,캐나다,호주)/베이컨-스페인,미국,네덜란드산/식육가공품(돈.계육-국산/우육-호주산)

8월 식단표

	조 식	중 식	석 식	죽식	간 식	
월요일 (17일) 1834kcal	혼합잡곡밥 참치미역국 우민찌두부조림 오징어실채볶음 숙주나물 배추김치	혼합잡곡밥 아욱된장국 고등어김치찜 버섯야채전 양배추샐러드 배추김치	혼합잡곡밥 부대찌개 돈까스&소스 브로컬리참깨S무침 얼갈이나물 배추김치	조: 흰죽 중: 녹두죽 석: 팔죽	오전	
					오후	햇바
화요일 (18일) 1838kcal	혼합잡곡밥 오징어무국 미트볼데리S조림 감자볶음 김구이 배추김치	혼합잡곡밥 유부미소장국 닭살우동볶음 쌈무 참나물무침 배추김치	혼합잡곡밥 들깨수제비국 돈채피망볶음 도토리묵야채무침 콩나물무침 배추김치	조: 흰죽 중: 해물죽 석: 야채죽	오전	
					오후	엄마손파이
수요일 (19일) 1843kcal	혼합잡곡밥 조갯살배추맑은국 크래미계란찜 멸치열무된장지짐 오복지무침 배추김치	냉면 김가루주먹밥 왕만두찜&간장 부추생채 배추김치	혼합잡곡밥 우무콩가루냉국 삼치카레구이 마카로니샐러드 표고버섯볶음 배추김치	조: 흰죽 중: 호박죽 석: 흑임자죽	오전	
					오후	꿀호떡
목요일 (20일) 1845kcal	혼합잡곡밥 북엇국 모듬장조림 건새우마늘종볶음 김구이 배추김치	혼합잡곡밥 순두부맑은국 오리훈제구이 모듬야채쌈&쌈장 오이무침 배추김치	혼합잡곡밥 시금치된장국 가라아게강정 단호박조림 가지나물 배추김치	조: 흰죽 중: 팔죽 석: 두부황태죽	오전	
					오후	두유
금요일 (21일) 1840kcal	혼합잡곡밥 소고기무국 두부구이 고구마샐러드 깻잎지무침 배추김치	혼합잡곡밥 사골탕 닭볶음탕 어묵야채볶음 근대나물 배추김치	혼합잡곡밥 들깨감자국 동태조림 고사리볶음 열무나물 배추김치	조: 흰죽 중: 야채죽 석: 녹두죽	오전	
					오후	요구르트
토요일 (22일) 1847kcal	혼합잡곡밥 콩나물맑은국 동그랑땡전 도라지볶음 오징어젓갈 배추김치	혼합잡곡밥 얼갈이된장국 돈육불고기 김치전 숙주나물 배추김치	혼합잡곡밥 된장찌개 순살아귀찜 감자조림 숙갓나물 배추김치	조: 흰죽 중: 호박죽 석: 들깨죽	오전	
					오후	황도
일요일 (23일) 1836kcal	혼합잡곡밥 근대된장국 브로컬리계란찜 가지양파볶음 김구이 배추김치	혼합잡곡밥 조갯살부추국 자반고등어구이 애호박들깨볶음 오이부추부침 배추김치	혼합잡곡밥 팽이미역국 함박스테이크&소스 햄새송이버섯볶음 감자샐러드 배추김치	조: 흰죽 중: 소고기죽 석: 호박죽	오전	
					오후	매실주스

※ 식단은 식재료 수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 모든 식사에는 배추김치가 제공됩니다.

※원산지:쌀,돈육,계육,오리,고등어,방어,오징어,부세,전복,멍게,가리비-국산/배추김치(배추,고춧가루)-국산/갈치-모로코/소고기-호주산/명태,동태-러시아/조기,꽃게,낙지-중국산/아귀-중국산/주꾸미-베트남산/참치(가다랑어)-원양산/두부,비지-외국산(미국,캐나다,호주)/베이컨-스페인,미국,네덜란드산/식육가공품(돈.계육-국산/우육-호주산)

8월 식단표

	조 식	중 식	석 식	죽식	간 식	
월요일 (24일) 1842kcal	혼합잡곡밥 건새우무국 돈육장조림 연두부&양념장 건파래무침 배추김치	혼합잡곡밥 도토리묵냉국 카레닭찜 비엔나우영조림 청경채나물 배추김치	혼합잡곡밥 우거지된장국 캔공치김치조림 고구마맛탕 콩나물무침 배추김치	조: 흰죽 중: 녹두죽 석: 팔죽	오전	
					오후	토마토
화요일 (25일) 1843kcal	혼합잡곡밥 누룽지탕 명란계란말이 연근조림 근대된장무침 배추김치	혼합잡곡밥 육개장 돈까스&소스 감자고구마조림 맛살콘샐러드 배추김치	혼합잡곡밥 사각어묵국 제육볶음 양배추쌈&쌈장 도라지생채 배추김치	조: 흰죽 중: 해물죽 석: 야채죽	오전	
					오후	감자고로케
수요일 (26일) 1848kcal	혼합잡곡밥 콩가루배춧국 너비아니구이 새우살마늘버터볶음 김구이 배추김치	잡채볶음밥 계란파국 탕수강정 단무지무침 요구르트 배추김치	혼합잡곡밥 근대된장국 닭살야채볶음 엄지송이조림 취나물무침 배추김치	조: 흰죽 중: 호박죽 석: 흑임자죽	오전	
					오후	두유
목요일 (27일) 1840kcal	혼합잡곡밥 들깨미역국 두부구이 참치볶음김치 마늘쫀지무침 배추김치	혼합잡곡밥 아욱된장국 조기구이 베이컨감자채볶음 얼갈이나물 배추김치	혼합잡곡밥 유부우동장국 짜장불고기 군만두 단무지부추무침 배추김치	조: 흰죽 중: 팔죽 석: 두부황태죽	오전	
					오후	황도
금요일 (28일) 1838kcal	혼합잡곡밥 열무된장국 매추리알장조림 청포묵김가루무침 오이지무침 배추김치	혼합잡곡밥 소고기무국 오삼불고기 배추쌈&쌈장 단호박조림 배추김치	혼합잡곡밥 순두부맑은국 청파래오징어까스 꽃맛살샐러드 오이무침 배추김치	조: 흰죽 중: 야채죽 석: 녹두죽	오전	
					오후	안흥찐빵
토요일 (29일) 1839kcal	혼합잡곡밥 북어채무국 치즈야채계란찜 느타리굴소스볶음 김구이 배추김치	혼합잡곡밥 청국장찌개 닭볶음탕 오징어야채부침개 치커리유자청무침 배추김치	혼합잡곡밥 감자미역국 돈육두루치기 고구마샐러드 숙주나물 배추김치	조: 흰죽 중: 호박죽 석: 들깨죽	오전	
					오후	요플레
일요일 (30일) 1839kcal	혼합잡곡밥 물만두국 두부양념조림 애호박볶음 깻잎지무침 배추김치	혼합잡곡밥 시금치된장국 소고기야채볶음 실곤약겨자채 부추무침 배추김치	혼합잡곡밥 들깨버섯국 고등어구이 마파가지볶음 배추나물 배추김치	조: 흰죽 중: 소고기죽 석: 호박죽	오전	
					오후	요구르트

※ 식단은 식재료 수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 모든 식사에는 배추김치가 제공됩니다.

※원산지:쌀,돈육,계육,오리,고등어,방어,오징어,부세,전복,멍게,가리비-국산/배추김치(배추,고춧가루)-국산/갈치-모로코/소고기-호주산/명태,동태-러시아/조기,꽃게,낙지-중국산/아귀-중국산/주꾸미-베트남산/참치(가다랑어)-원양산/두부,비지-외국산(미국,캐나다,호주)/베이컨-스페인,미국,네덜란드산/식육가공품(돈.계육-국산/우육-호주산)

8월 식단표

	조 식	중 식	석 식	죽식	간 식	
월요일 (31일) 1837kcal	혼합잡곡밥 조갯살미역국 계란장조림 미니새송이깨볶음 콩조림 배추김치	혼합잡곡밥 우무묵콩가루냉국 코다리시래기지짐 부추부침개 콩나물무침 배추김치	혼합잡곡밥 호박고추장찌개 돈사태찜 동부묵야채무침 오이고추무침 배추김치	조: 흰죽 중: 녹두죽 석: 팔죽	오전	
					오후	수박
9월 화요일 (1일) 1810kcal	혼합잡곡밥 순두부맑은국 해물완자전 고사리볶음 김구이 배추김치	혼합잡곡밥 얼갈이된장국 오리훈제불고기 쌈무&알배추쌈 근대나물 배추김치	혼합잡곡밥 들깨무채국 닭가슴살겨자냉채 부들어묵조림 참나물무침 배추김치	조: 흰죽 중: 해물죽 석: 야채죽	오전	
					오후	붕어빵
수요일 (2일) 1844kcal	혼합잡곡밥 열무된장국 두부부침 단호박조림 숙주나물 배추김치	카레라이스 짬뽕국 꼬마돈까스&소스 부추무생채 수박 배추김치	혼합잡곡밥 참치미역국 고등어구이 햄감자채볶음 오이무침 배추김치	조: 흰죽 중: 호박죽 석: 흑임자죽	오전	
					오후	두유
목요일 (3일) 1848kcal	혼합잡곡밥 북엇국 맛살계란찜 밥새우호박볶음 건파래무침 배추김치	혼합잡곡밥 콩나물김치국 돈갈비찜 가지양파볶음 청경채무침 배추김치	혼합잡곡밥 다시마무국 치킨탕수육 고구마간장조림 숙갓나물 배추김치	조: 흰죽 중: 팔죽 석: 두부황태죽	오전	
					오후	과자
금요일 (4일) 1840kcal	혼합잡곡밥 감자맑은국 미트볼토마토S조림 브로콜리&참깨D 깻잎장아찌 배추김치	혼합잡곡밥 팽이버섯미역국 삼치구이 천사채샐러드 상추치커리겉절이 배추김치	혼합잡곡밥 해물된장국 돈육당면볶음 양배추쌈&쌈장 도라지생채 배추김치	조: 흰죽 중: 야채죽 석: 녹두죽	오전	
					오후	요구르트
토요일 (5일) 1842kcal	혼합잡곡밥 삼색수제비국 두부김치조림 느타리버섯볶음 오복지무침 배추김치	혼합잡곡밥 시금치된장국 돈육두루치기 감자조림 도토리묵야채무침 배추김치	혼합잡곡밥 건새우아욱국 생선까스&탈탈S 에그포테이토샐러드 부추겉절이 배추김치	조: 흰죽 중: 호박죽 석: 들깨죽	오전	
					오후	바나나
일요일 (6일) 1833kcal	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 야채계란말이 명엽채볶음 무나물 배추김치	혼합잡곡밥 오이냉국 가자미구이 가지두반장볶음 청경채겉절이 배추김치	혼합잡곡밥 오징어무국 닭갈비 표고버섯볶음 미나리무침 배추김치	조: 흰죽 중: 소고기죽 석: 호박죽	오전	
					오후	지즈케익빵

※ 식단은 식재료 수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 모든 식사에는 배추김치가 제공됩니다.

※원산지:쌀,돈육,계육,오리,고등어,방어,오징어,부세,전복,멍게,가리비-국산/배추김치(배추,고춧가루)-국산/갈치-모로코/소고기-호주산/명태,동태-러시아/조기,꽃게,낙지-중국산/아귀-중국산/주꾸미-베트남산/참치(가다랑어)-원양산/두부,비지-외국산(미국,캐나다,호주)/베이컨-스페인,미국,네덜란드산/식육가공품(돈.계육-국산/우육-호주산)