

2026년 9월 1주 식단표

결 재	담당	과장	사무국장	시설장

일자	8/31(월)	9/1(화)	9/2(수)	9/3(목)	9/4(금)	9/5(토)	9/6(일)
아침	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 연두부/양념장 숙주나물 양파장아찌 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 멸치호두조림 참나물무침 김자반 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 야채계란찜 콩나물무침 모듬피클 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 두부조림 등근호박볶음 새우젓무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 소고기표고볶음 (대체식: 멸치조림) 고춧잎나물 오징어젓갈 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 메추리알조림 양배추양파볶음 간장겉절이 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 건새우견과류조림 배추나물 조개젓무침 김치/백김치
점심	가바쌀밥/쌀밥 팽이유부된장국 생선까스/소스 두부면샐러드 가지나물 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 꽃게된장찌개 소불고기 (대체식: 조기구이) 연어샐러드 파리멸치조림 김치/백김치	전복죽/쌀밥 물김치 닭가슴살고구마조림 (대체식: 멸치조림) 노각무침 김치/백김치	칼국수/쌀밥 (대체식: 시래기된장국, 멸 치조림) 새우만두 배추겉절이 단무지 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 민물새우무국 함박스테이크 (대체식: 계란후라이) 토마토오이무침 얼갈이된장나물 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 홍어탕 오곡간소새우 건호박들깨볶음 근대된장나물 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 소고기미역국 (대체식: 시래기된장국) 연근견과류조림 도토리묵/양념장 상추겉절이 김치/백김치
저녁	가바쌀밥/쌀밥 돈육김치찌개 (대체식: 시래기된장국) 코다리무조림 실곤약야채무침 마늘쫄면과류조림 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 오징어무국 간고등어찜 북어채조림 양배추찜/양념장 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 명란감자국 가자미구이 콩고기야채볶음 단호박찜 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 북어계란국 콩치김치찜 파프야채볶음 묵곤약김무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 어묵무국 해물완자전 감자맛살볶음 꼬시래기오이무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 건새우아욱국 닭볶음 (대체식: 계란후라이) 가지굴소스볶음 콩나물무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 열무된장국 계란장조림 두부구이/양념장 비름나물 김치/백김치
간식	베이글빵	약밥	포도	기정떡	포도	옥수수	바나나

원산지 표기

작성자 : 이숙미 원산지 : 쌀, 김치, 고춧가루, 돈육, 닭, 오리 - 국내산 소고기(국내산, 호주산) 동태(러시아산) 갈치, 삼치, 고등어, 조기, 아구, 전복(국내산) 홍어(포르투갈산)

2026년 9월 2주 식단표

결 재	담당	과장	사무국장	시설장

일자	9/7(월)	9/8(화)	9/9(수)	9/10(목)	9/11(금)	9/12(토)	9/13(일)
아침	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 멸치아몬드조림 동근호박볶음 양파장아찌 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 모듬콩조림 건취나물볶음 김자반 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 두부조림 고사리나물 모듬피클 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 야채계란찜 숙갓나물 오징어젓갈무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 소고기야채볶음 (대체식: 멸치조림) 얼갈이된장나물 조개젓무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 닭가슴살카레볶음 (대체식: 멸치조림) 무나물 양파장아찌 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 연두부/양념장 열무된장나물 울외장아찌 김치/백김치
점심	가바쌀밥/쌀밥 추어탕 굴비구이 감자양파조림 비타민사과무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 돈육김치찌개 (대체식: 시래기된장국) 어묵깻잎전 뱅어포조림 브콜파프볶음 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 생합미역국 갈치호박감자조림 두부텐더강정 우영야채볶음 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 오징어무국 등갈비김치찜 (대체식: 계란후라이) 숙주부추나물 오이지무침 김치/백김치	영터리김밥/쌀밥 어묵탕 떡볶이 궁채장아찌 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 바지락미역국 오징어야채볶음 야채소세지전 비름나물 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 해물된장찌개 고등어김치찜 목이피망볶음 치커리사과무침 김치/백김치
저녁	가바쌀밥/쌀밥 청국장찌개 야채계란말이 오이맛살무침 건파래무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 우렁된장찌개 이면수어구이 연두부/양념장 청경채나물 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 순두부찌개 소고기장조림 (대체식: 멸치조림) 표고버섯숙회 천사채무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 동태찌개 명엽채조림 새송이계란전 가지나물 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 피훈합무국 삼치구이 온두부/양념장 고춧잎나물 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 소고기무국 (대체식: 시래기된장국) 사각어묵당면볶음 마늘쫄면과류조림 무생채 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 북어콩나물국 떡갈비구이 (대체식: 멸치조림) 꽃맛살볼어묵조림 깨순나물 김치/백김치
간식	파인애플	바나나	두유, 카스타드	삶은감자	모듬과일(샤인, 무화과, 복숭아)	요플레	마들렌, 저당식혜
원산지 표기	작성자 : 이숙미 원산지 : 쌀, 김치, 고춧가루, 돈육, 닭, 오리 - 국내산 소고기(국내산, 호주산) 동태(러시아산) 갈치, 삼치, 고등어, 조기, 아구, 전복(국내산) 홍어(포르투갈산)						

2026년 9월 3주 식단표

결 재	담당	과장	사무국장	시설장

일자	9/14(월)	9/15(화)	9/16(수)	9/17(목)	9/18(금)	9/19(토)	9/20(일)
아침	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 두부조림 양배추찜/양념장 김자반 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 야채계란찜 콩나물무침 양파장아찌 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 멸치호두조림 도라지나물 모듬피클 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 연두부/양념장 비름나물 오징어젓갈 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 콩고기야채볶음 청경채나물 조개젓무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 차돌박이숙주볶음 열무된장나물 양파장아찌 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 맛살스크램블 가지양파볶음 무장아찌무침 김치/백김치
점심	가바쌀밥/쌀밥 갈비탕 (대체식: 시래기된장국, 굴 비구이) 홍어회무침/홍어찜 애호박볶음 고추장아찌 김치/석박지	가바쌀밥/쌀밥 복어무국 소고기버섯볶음 (대체식: 조기구이) 굴뱅이야채무침 청포묵숙주김무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 전복미역국 참쌀탕수육 (대체식: 계란후라이) 동근호박볶음 가지나물 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 감자고추장찌개 조기구이 연근무화과조림 푸실리샐러드 김치/백김치	냉면/쌀밥 (대체식: 시래기된장국, 멸 치조림) 메밀전병 상추겉절이 단무지 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 건새우아욱국 묵은지닭볶음 (대체식: 계란후라이) 진미채조림 건취나물볶음 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 명란감자국 코다리무조림 파프양파볶음 꼬시래기오이무침 김치/백김치
저녁	가바쌀밥/쌀밥 양송이버섯들깨탕 홍태복어찜 궁채들깨볶음 도토리묵/양념장 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 어묵곤약무국 오리훈제볶음 (대체식: 계란후라이) 알감자조림 브로콜리/초장 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 바지락된장찌개 쭈꾸미야채볶음 표고느타리볶음 통마늘된장무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 알탕 복어채조림 실곤약초무침 토란대들깨볶음 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 소고기무국 (대체식: 시래기된장국) 계란장조림 온두부/양념장 배추나물 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 콩비지들깨탕 가자미양념찜 느타리양파볶음 단호박찜 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 들깨미역국 분홍소세지전 새송이곤약조림 고사리나물 김치/백김치
간식	두유	사과	감귤	요플레	감귤	메론	과배기

원산지 표기

작성자 : 이숙미 원산지 : 쌀, 김치, 고춧가루, 돈육, 닭, 오리 - 국내산 소고기(국내산, 호주산) 동태(러시아산) 갈치, 삼치, 고등어, 조기, 아구, 전복(국내산) 홍어(포르투갈산)

2026년 9월 4주 식단표

결 재	담당	과장	사무국장	시설장

일자	9/21(월)	9/22(화)	9/23(수)	9/24(목)	9/25(금)	9/26(토)	9/27(일)
아침	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 멸치아몬드조림 얼갈이된장나물 김자반 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 연두부/양념장 근대된장나물 양파장아찌 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 야채계란찜 숙주나물 모듬피클 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 두부조림 고춧잎나물 낙지젓무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 토란소고기무국 (대체식: 시래기된장국) 굴비구이 썩갠나물 간장깻잎장아찌 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 뱅어포멸치조림 비름나물 양파장아찌 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 콩고기야채볶음 콩나물무침 조개젓무침 김치/백김치
점심	가바쌀밥/쌀밥 동근호박새우젓국 돈육갈비찜 (대체식: 계란후라이) 두부면샐러드 오이양파무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 사골물만두국 닭가슴살냉채 (대체식: 계란후라이) 오징어야채볶음 썩갠나물 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 김치콩나물국 애호박,동태, 육전 파리멸치조림 도라지오이무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 민물새우얼갈이국 떡갈비구이 (대체식: 계란후라이) 간고등어찜 양상추과일샐러드 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 열무된장국 소불고기 (대체식: 조기구이) 동태, 깻잎전 황포묵/양념장 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 어묵무국 한식잡채 애호박새우살볶음 미역오이초무침 김치/백김치	하이라이스/쌀밥 크래미계란국 청경채나물 모듬피클 김치/백김치
저녁	가바쌀밥/쌀밥 순두부찌개 사각어묵양파볶음 오징어실채조림 올방개묵새싹무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 바지락감자국 명란계란말이 우엉견과류조림 깨순나물 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 참치김치찌개 두부크래미볶음 상추겉절이 건파래무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 복어콩나물국 야채고로케/케찹 브콜두부무침 미나리무생채 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 청국장찌개 홍어찜 파프피망볶음 청경채배무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 아구탕 매추곤약조림 해물완자전 동부묵김무침 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 건새우아욱국 소고기장조림 (대체식: 멸치조림) 연근들깨무침 치커리사과무침 김치/백김치
간식	사과	배	메론, 식혜	경옥고, 뉴케어	송편	사과	사과
원산지 표기	작성자 : 이숙미 원산지 : 쌀, 김치,고춧가루, 돈육, 닭, 오리 - 국내산 소고기(국내산, 호주산) 동태(러시아산) 갈치, 삼치, 고등어, 조기, 아구, 전복 (국내산) 홍어(포르투갈산)						

2026년 9월 5주 식단표

결재	담당	과장	사무국장	시설장

일자	9/28(월)	9/29(화)	9/30(수)	10/1(목)	10/2(금)	10/3(토)	10/4(일)
아침	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 스크램블에그 깨순나물 김자반 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 멸치베리강정 양배추양파볶음 양파장아찌 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 시래기된장국 소고기청경채볶음 (대체식: 멸치조림) 가지양파볶음 모듬피클 김치/백김치				
점심	가바쌀밥/쌀밥 오지영무국 오리주물럭 (대체식: 계란후라이) 상추,깻잎/쌈장 숙주부추나물 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 차돌된장찌개 (대체식: 시래기된장국) 치즈돈까스 (대체식: 계란후라이) 감자피망볶음 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 토란버섯들깨탕 등갈비김치찜 (대체식: 계란후라이) 표고애호박볶음 깻잎김치 김치/백김치				
저녁	가바쌀밥/쌀밥 대구탕 너비아니구이 새송이양파조림 무생채 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 열무된장국 떡갈비구이 북어채조림 상추겉절이 김치/백김치	가바쌀밥/쌀밥 민물새우무국 야채소세지전 건도토리묵무침 상추겉절이 김치/백김치				
간식	메론	기정떡	저당두유				

원산지 표기	작성자 : 이숙미 원산지 : 쌀, 김치,고춧가루, 돈육, 닭, 오리 - 국내산 소고기(국내산, 호주산) 동태(러시아산) 갈치, 삼치, 고등어, 조기, 아구 , 전복 (국내산) 홍어(포르투갈산)
--------	---