

주간식단표

2026년9월01일 ~ 2026년9월30일

결재

영양사



차장



시설장



월/일	아침	점심	저녁	간식	
9/1 화	잡곡밥 대파어묵탕 열기무조림 닭가슴살피망볶음 열무된장무침 배추김치	잡곡밥 등뼈감자탕 대구무조림 팽이버섯전 치커리사과샐러드 배추김치	잡곡밥 오징어무국 닭강정 비엔나야채볶음 깻잎순무침 배추김치	오전	복숭아
				오후	찐만두
9/2 수	잡곡밥 꽃게된장국 돈채청경채볶음 옛날소시지전 돌나물초무침 배추김치	잡곡밥 청경채계란탕 바몬드카레소스 새우맛살전 단무지무침 배추김치	잡곡밥 가지냉국 계란두부구이 고등어조림 가지민씨굴소스볶음 배추김치	오전	수박
				오후	계란 토스트
9/3 목	잡곡밥 순두부백탕 코다리무조림 날치알계란찜 애호박볶음 배추김치	잡곡밥 감자양파국 닭볶음탕 해물생선까스 브로콜리/초장 배추김치	잡곡밥 팽이버섯국 돈육메알장조림 흰살생선전 방풍나물 배추김치	오전	바나나
				오후	해물라면
9/4 금 프로 그램	잡곡밥 시래기고디탕 돈육불고기 불어묵조림 들깨무나물 배추김치	잡곡밥 콩나물국 소고기불고기 해물모듬볶음 오이양파무침 배추김치	잡곡밥 동태무국 돈육마파두부 우엉조림 콩나물무침 배추김치	오전	포도
				오후	떡
9/5 토	잡곡밥 숙갓어묵탕 가자미무조림 너비아니구이 치커리오이무침 배추김치	잡곡밥 꽃게된장국 돼지갈비찜 오징어부추전 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 버섯무국 콩치무조림 계란장조림 고추잎나물 배추김치	오전	샤인머스켓
				오후	찐감자
9/6 일	잡곡밥 부추계란탕 돈채불고기 참치양배추볶음 다시마채무침 배추김치	잡곡밥 황태무국 단호박오리불고기 찐만두 브로콜리/초장 배추김치	잡곡밥 떡만두국 삼치구이 염통감자조림 연근조림 배추김치	오전	복숭아
				오후	빵

주간식단표

2026년9월07일 ~ 2025년9월13일

월/일	아 침	점 심	저 녁	간 식	
9/7 월	잡곡밥 감자양파국 열기무조림 청양동그랑땡 치커리무침 배추김치	자연산전복죽 돌나물물김치 진미도라지무침 찰순대찜 배추김치	잡곡밥 순두부백탕 햄감자볶음 고등어무조림 숙주나물 배추김치	오 전	포도
				오 후	단호박찜
9/8 화	잡곡밥 꽃게된장국 제육불고기 구이김 애호박새우젓볶음 배추김치	잡곡밥 다슬기탕 소고기불고기 홍합콩나물잡채 상추/쌈장 배추김치	잡곡밥 콩나물국 잔조기구이 비엔나야채볶음 콩나물잡채 배추김치	오 전	수박
				오 후	빵
9/9 수	잡곡밥 한우소고기탕국 느타리볶음 가자미무조림 오이양파무침 배추김치	잡곡밥 오징어국 양념닭갈비 해물완자전 알배추겉절이 배추김치	잡곡밥 버섯맑은탕 민짜감자볶음 콩치무조림 방풍나물 배추김치	오 전	복숭아
				오 후	호박전
9/10 목	잡곡밥 대파어묵탕 코다리엇장조림 닭가슴살양배추볶음 돌나물 배추김치	잡곡밥 황태국 통삼겹살불고기 흰살생선전 가지나물 배추김치	잡곡밥 애호박계란국 계란감자샐러드 대구무조림 깻잎순나물 배추김치	오 전	포도
				오 후	옥수수 스프
9/11 금	잡곡밥 감자양파국 돈채버섯불고기 참치양배추볶음 무생채 배추김치	잡곡밥 근대된장국 잡어활어회 동그랑땡 고구마줄기볶음 배추김치	잡곡밥 콩나물국 고등어무조림 고기산적 비름나물 배추김치	오 전	토마토 주스
				오 후	프렌치 토스트
9/12 토	잡곡밥 바지락부추탕 메알돈육장조림 불어묵볶음 오이피클 배추김치	잡곡밥 오징어무국 오리불고기 참치부추전 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 동태무국 돈육마파두부 우영조림 고추잎나물 배추김치	오 전	토마토
				오 후	콘 푸레이크
9/13 일	잡곡밥 순두부백탕 열기무조림 햄새송이볶음 애호박나물 배추김치	잡곡밥 꽃게된장국 통삼겹수육 유부맛살냉채무침 양배추/쌈장 배추김치	잡곡밥 가지냉국 두부계란구이 칼치무조림 브로콜리/초장 배추김치	오 전	복숭아
				오 후	찜감자

주간식단표

2026년9월21일 ~ 2026월9월26일

월/일	아 침	점 심	저 녁	간 식	
9/21 월	잡곡밥 순두부백탕 날치알계란찜 코다리조림 고구마줄기볶음 배추김치	잡곡밥 황태무국 짜장소스 삼치구이 단무지무침 배추김치	잡곡밥 물만두국 도토리묵/양념장 콩치무조림 숙주나물 배추김치	오 전	망고쥬스
				오 후	단호박찜
9/22 화	잡곡밥 호박된장국 돈청경채불고기 참치양배추볶음 오이피클 배추김치	잡곡밥 계란국 안동찜닭 생선까스 치커리겉저리 배추김치	잡곡밥 팽이버섯국 고등어무조림 계란감자샐러드 가지나물 배추김치	오 전	포도
				오 후	빵
9/23 수	잡곡밥 감자양파국 대구무조림 비엔나야채볶음 돌나물 배추김치	잡곡밥 바지락미역국 칼치무조림 돈육메알장조림 깻잎양념장 배추김치	잡곡밥 오징어국 잔조기구이 닭가슴살볶음 콩나물무침 배추김치	오 전	토마토
				오 후	옥수수 스프
9/24 목	잡곡밥 어묵탕 가자미무조림 옥수수계란찜 애호박볶음 배추김치	잡곡밥 황태두부국 돈육파프리카잡채 흰살생선전 양배추/쌈장 배추김치	잡곡밥 동태국 도토리묵/양념장 떡갈비구이 무채나물 배추김치	오 전	요플레
				오 후	송편
9/25 금 추석	잡곡밥 한우소고기탕국 제육불고기 돔배기구이 고구마줄기무침 배추김치	잡곡밥 꽃게된장국 한우소고기불고기 오색맛살전 삼색나물 배추김치	잡곡밥 순두부백탕 고등어조림 고기산적 마늘쫀새우볶음 배추김치	오 전	샤인머스켓
				오 후	떡
9/26 토	잡곡밥 한우소기콩나물국 열기무조림 부추맛살전 참나물겉절이 배추김치	잡곡밥 황태국 통삼겹불고기 새우어묵전 가지나물 배추김치	잡곡밥 유부장국 대구무조림 너비아니구이 콩나물무침 배추김치	오 전	포도
				오 후	찐감자
9/27 일	잡곡밥 버섯무국 돈채불고기 참치양배추볶음 꼬시래기무침 배추김치	잡곡밥 단배추된장국 단호박오리불고기 오색맛살전 양배추/쌈장 배추김치	잡곡밥 감자양파국 날치알계란찜 삼치무조림 숙주나물 배추김치	오 전	연시
				오 후	짜파게티