

2026년 8월 3주 식단표

결 재	담당	국장	원장	null

일자	8/10(월)	8/11(화)	8/12(수)	8/13(목)	8/14(금)	8/15(토)	8/16(일)
아침	아채죽 흰밥 오징어묵국 꼬막야채무침 매실깻잎지 미나리나물 배추김치 727kcal	녹두죽 흰밥 감자양파국 우불고기 실치호두조림 고구마줄기무침 배추김치 722kcal	소고기야채죽 흰밥 꽃게된장국 닭가슴살볶음 오징어젓갈무침 썩갓나물 배추김치 728kcal	아몬드죽 흰밥 버섯탕국 두부양념조림 열무물김치 가지나물 배추김치 728kcal	크래미계란죽 흑미밥 소고기떡국 날치알계란찜 감자햄조림 오복지무침 배추김치 723kcal	땅콩죽 흰밥 물만두국 소고기장조림 연근조림 깨순나물 배추김치 716kcal	들깨죽 흰밥 냉이된장국 돈민찌메추리알조림 마늘쫄알미조림 건취나물 배추김치 735kcal
점심	닭죽 흰밥 미더덕된장국 돈육김치볶음 애호박표고볶음 무생채 배추김치 746kcal	새우살죽 흰밥 김치수제비국 안동찜닭 옛날사라다 콩나물무침 배추김치 745kcal	단호박죽 공밥 해물탕국 가자미양념조림 우렁강된장 노각초무침 배추김치 743kcal	전복내장죽 흰밥 복어계란국 돈육카레소스 귀바로우파채무침 단무지무침 배추김치 749kcal	소고기야채죽 찰밥 건새우시금치된장국 돼지갈비찜 해파리냉채 노각나물 배추김치 746kcal	녹두죽 흰밥 바지락콩나물국 닭도김치찜 애호박표고볶음 무생채 배추김치 747kcal	옥수수죽 흰밥 오징어묵국 갈치조림 어묵볶음 부추나물 배추김치 738kcal
저녁	녹두죽 흰밥 홍합살미역국 고등어시래기조림 해파리냉채 열무나물 배추김치 745kcal	소고기야채죽 흰밥 콩가루배추국 버섯불고기덮밥 양상추샐러드&블루베리드 레싱 양파장아찌 배추김치	아몬드죽 흰밥 부대찌개 계란찜 감자조림 얼갈이나물 배추김치 747kcal	크래미계란죽 흑미밥 바지락콩나물국 제육볶음 청포묵김가루무침 숙주부추나물 배추김치 746cal	땅콩죽 흰밥 소고기무국 들깨콩나물찜 동그랑땡전 청경채나물 배추김치 745kcal	들깨죽 흰밥 들깨토란국 돈육찜은장조림 수제깻잎지 콩나물무침 배추김치 744cal	아채죽 흰밥 대구탕 두부양념조림 브로컬리숙회&초장 호박채나물 배추김치 727kcal
간식							
원산지 표기	작성자 : 문정미						