

2026년 10월 1주 식단표

결 재	담당	국장	원장	

일자	9/28(월)	9/29(화)	9/30(수)	10/1(목)	10/2(금)	10/3(토)	10/4(일)
아침	아채죽 흰밥 감자국 떡갈비구이 실치아몬드조림 고추잎무침 배추김치 727kcal	소고기야채죽 흰밥 낙지연포탕 우불고기 시래기된장조림 오이지무침 배추김치 722kcal	아몬드죽 흰밥 소고기떡국 연두부&양념장 일미간장볶음 건취나물 배추김치 728kcal	낙지김치죽 흰밥 물만두국 소고기찜은장조림 실치호두조림 고구마줄기무침 배추김치 728kcal	소고기표고죽 흑미밥 복어무국 돈까스장조림 단호박아몬드구이 무채나물 배추김치 723kcal	녹두죽 흰밥 죽순된장국 계란장조림 표고나물 깨순나물 배추김치 716kcal	땅콩죽 흰밥 웅심이들개국 두부양념조림 마늘쫄면치볶음 가지나물 배추김치 735kcal
점심	새우살죽 흰밥 미더덕된장국 간장불고기 양념깻잎지 미역줄기볶음 배추김치 746kcal	단호박죽 흰밥 동태탕 돈민찌두부조림 감자채베이컨볶음 콩나물무침 배추김치 745kcal	참깨죽 공밥 닭개장 생선까스&타르타르소스 애호박표고나물 오이지무침 배추김치 743kcal	팔죽 흰밥 등뼈감자탕 오색산적 청포묵무침 양파장아찌 배추김치 749kcal	전복내장죽 찰밥 홍합살미역국 버섯불고기 모듬잡채 콩나물&애호박나물 배추김치 746kcal	아몬드죽 흰밥 복어콩나물국 닭도김치찜 실곤약샐러드 숙주부추나물 배추김치 747kcal	아몬드죽 흰밥 콩가루배추국 제육볶음 양배추&케일쌈&양념장 콩나물무침 배추김치 738kcal
저녁	소고기야채죽 흰밥 순두부김치국 계란찜 연근조림 숙주부추나물 배추김치 745kcal	아몬드죽 흰밥 건새우시금치국 가자미오븐조림 동그랑땡전 부추나물 배추김치 743kcal	낙지김치죽 흰밥 소고기버섯탕국 떡갈비구이 브로컬리연근무침 얼갈이나물 배추김치 747kcal	소고기표고죽 흑미밥 복어콩나물국 치킨샐러드 어묵파리볶음 청경채나물 배추김치 746cal	녹두죽 흰밥 오징어무국 들깨순대볶음 해파리냉채 열무된장나물 배추김치 745kcal	땅콩죽 흰밥 계란두부국 갈치조림 양념깻잎지 노각나물 배추김치 744cal	아채죽 흰밥 아욱된장국 쭈꾸미볶음 감자조림 건취나물 배추김치 727kcal
간식							
원산지 표기	작성자 : 문정미						

2026년 10월 2주 식단표

결 재	담당	국장	원장	

일자	10/5(월)	10/6(화)	10/7(수)	10/8(목)	10/9(금)	10/10(토)	10/11(일)
아침							
점심							
저녁							
간식							
원산지 표기							

2026년 10월 3주 식단표

결 재	담당	국장	원장	

일자	10/12(월)	10/13(화)	10/14(수)	10/15(목)	10/16(금)	10/17(토)	10/18(일)
아침							
점심							
저녁							
간식							
원산지 표기							

2026년 10월 4주 식단표

결 재	담당	국장	원장	

일자	10/19(월)	10/20(화)	10/21(수)	10/22(목)	10/23(금)	10/24(토)	10/25(일)
아침							
점심							
저녁							
간식							
원산지 표기							

2026년 10월 5주 식단표

결 재	담당	국장	원장	

일자	10/26(월)	10/27(화)	10/28(수)	10/29(목)	10/30(금)	10/31(토)	11/1(일)
아침							
점심							
저녁							
간식							
원산지 표기							