

2026년 10월 식단표

구분	월	화	수	목	금	토	
				1	2	3	
점심				잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	
				쇠고기감자국	게살계란국	동태탕	
				묵은지고등어조림	짜장소스	닭가슴살야채볶음	
				느타리버섯볶음	만두탕수육	오이양파생채	
				꼬시래기무침	단무지채무침	도시락김	
				배추김치	배추김치	열무김치	
간식				흑임자죽/찐순대	녹두죽/바나나	누룽지/카스타드	
	5	6	7	8	9	10	
점심	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잔치국수	
	홍합무채국	부대찌개	시락국	추어탕	가자미미역국	열무김치	
	순살아귀찜	동태포전	한방수육	돈메란조림	오리불고기		
	계란찜	청포묵숙주무침	무말랭이파김치	어묵피망잡채	부추콩나물생채		
	다시마채무침	깻잎조림	모듬쌈&쌈장	미역줄기볶음	양배추숙쌈		
	미니깍두기	배추김치	보쌈김치	열무김치	배추김치		
간식	누룽지/캔디떡	야채죽/어묵탕	연두부죽/토마토	단호박죽/소보로	누룽지/깻계란	쇠고기죽/두유	
	12	13	14	15	16	17	
점심	잡곡밥	나물비빔밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	
	두부된장국	쇠고기묵국	채개장	명란순두부탕	신김치콩나물국	청국장	
	오징어애호박볶음	계란후라이	임연수감자조림	닭가슴살카레볶음	고구마치즈돈까스	편육초무침	
	감자베이컨볶음	열무김치	부추전	건새우마늘쫄조림	어항가지볶음	가지나물	
	깻잎멸치조림		도토리묵무침	시래기된장조림	양배추샐러드	도시락김	
	배추김치		배추김치	열무김치	미니깍두기	열무김치	
간식	흑임자죽/단호박찜	홍게죽/배	미역죽/어묵탕	야채죽/새우딤섬	참깨죽/황도절임	누룽지/깻계란	
	19	20	21	22	23	24	
점심	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잔치국수	
	닭살감자국	온도토리묵국	어묵썩갓탕	오만동이된장국	알곤이찌개	열무김치	
	두부조림	우삼겹숙주볶음	낙지볶음	두루치기	레몬크림새우		
	감바스	흑임자연근샐러드	감자채볶음	오이맛살무침	비빔나물		
	치커리사과생채	고추잎무침	파래부추무침	들깨무나물	양념깻잎지		
	배추김치	배추김치	열무김치	배추김치	배추김치		
간식	브로콜리죽/사과	밥새우죽/캔디떡	단호박죽/찐순대	흑임자죽/요플레	오트밀죽/바나나	쇠고기죽/두유	
	26	27	28	29	30	31	
점심	잡곡밥	팔밥	콩나물밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	
	들깨토란탕	쇠고기미역국	팽이된장국	옹심이만둣국	두부된장국	사골떡국	
	참치야채볶음	조기구이	우채우영볶음	유산슬	떡갈비야채조림	닭가슴살구이	
	오징어링	한식잡채	무생채	가지전	마늘쫄오징어젓갈	툇두부무침	
	배추나물	시금치나물	곱창김&양념장	도라지무생채	도시락김	양념깻잎지	
	열무김치	배추김치	열무김치	배추김치	갯김치	열무김치	
간식	야채죽/어묵탕	버섯죽/모듬떡	흑임자죽/모듬과일	콩가루죽/국수	단호박죽/단감	누룽지/마가렛트	
원산지 표시사항							
쌀	콩	김치류		소고기	돼지고기		
밥,죽,누룽지	두부류,콩국수,콩비지	원물	고춧가루		수육(돈전지)	삼겹살	불고기,두루치기
국내산	외국산	국내산	중국산	호주산	국산	스페인	미국산
코다리,동태	고등어,순살아귀	꾸꾸미,낙지	어육가공품	식육가공품(베이컨,햄,소시지)		닭	오리
러시아산	국내산	베트남산	외국산	외국산		브라질	국내산
참치캔	오징어,꽃게,가리비	미꾸라지	오징어젓갈	돈까스,고기완자	해물완자	생선까스	꽃등심,곰탕
원양산	중국산	국내산	중국산	국내산	해물-원양산	원양산	국내산

* 상기 식단은 식자재 수급사정에 따라 변경될 수 있습니다.

