

7월 식단표 1-3주

구분	월	화	수	목	금	토
			1	2	3	4
점심			백미밥 새우살맑은국 너비아니구이 알감자조림 비름나물 배추김치	백미밥 오이냉국 닭갈비 표고버섯볶음 깻잎순나물 배추김치	백미밥 오징어묵국 마파두부 쥐어채볶음 숙갓나물 배추김치	백미밥 소고기국 삼치엿장조림 숙주맛살냉채 근대나물 배추김치
저녁			백미밥 달걀국 독육볶음 마늘쫄면치볶음 무생채 배추김치	백미밥 김치순두부국 가자미양념찜 어항가지볶음 콩나물무침 배추김치	백미밥 우거지된장국 소고기파프리카볶음 양배추찜/쌈장 부추사과무침 배추김치	
오전	들깨죽	소고기채소죽	누룽지탕	호박죽	전복죽	누룽지탕
오후	쌀과자&동굴레차	바나나	약과&동굴레차	쿠키&두유	유산균음료	찐빵
날짜	6	7	8	9	10	11
점심	백미밥 청국장국 고갈비구이 연근아몬드조림 파프리카무침 배추김치	잔치국수 달걀찜 어묵볶음 애호박나물 단무지무침 배추김치	백미밥 얼큰감자국 소고기장조림 건새우마늘쫄볶음 숙주나물 배추김치	백미밥 근대된장국 생선까스/타르소스 토마토양상추S/ 참깨드레싱 참나물무침 배추김치	백미밥 팽이버섯맑은국 마파두부 명엽채볶음 미나리무침 배추김치	백미밥 재첩국 코다리무조림 숙갓나물 부추양파무침 배추김치
저녁	백미밥 복쌈국 미트볼조림 곤드레나물볶음 시금치나물 배추김치	백미밥 맑은묵국 제육김치볶음 온두부찜 오이무침 배추김치	백미밥 김치찌개 낙지볶음 가지볶음 호박잎나물 배추김치	백미밥 콩나물국 동그랑땡*케찹 도토리묵무침 양념깻잎지 배추김치	백미밥 어묵국 닭살조림 미역줄기볶음 치커리유자청무침 배추김치	
오전	들깨죽	소고기채소죽	누룽지탕	호박죽	전복죽	누룽지탕
오후	쌀과자&동굴레차	바나나	약과&동굴레차	쿠키&두유	유산균음료	찐감자
날짜	13	14	15	16	17	18
점심	백미밥 감자국 고등어시래기조림 양배추샐러드/ 케요네즈S 얼갈이된장나물 배추김치	삼계탕/죽 고사리나물 도라지무침 오이장아찌 배추김치	참쌀팔밥 조갯살미역국 소불고기 한식잡채 무나물 배추김치	백미밥 수제비국 순대볶음 숙주겨자냉채 고춧잎나물 배추김치	백미밥 들깨묵국 보쌈수육 상추겉절이 쪽파무생채 배추김치	백미밥 맑은동태탕 소고기파리고추조림 감자채볶음 양념깻잎지 배추김치
저녁	백미밥 유부된장국 오리불고기 팽이버섯피망볶음 청경채무침 배추김치	백미밥 물만둣국 미트볼케찹조림 통자반 건파래자반 배추김치	백미밥 육개장 삼치데리야끼조림 주키니호박볶음 콩나물무침 배추김치	백미밥 팽이버섯맑은국 돈육간장불고기 새송이버섯구이 궁채장아찌 배추김치	백미밥 오징어묵국 떡갈비 미역줄기볶음 열무나물 배추김치	
오전	들깨죽	소고기채소죽	누룽지탕	호박죽	전복죽	누룽지탕
오후	쌀과자&동굴레차	바나나	약과&동굴레차	쿠키&두유	유산균음료	까나페

7월 식단표 4-5주

구분	월	화	수	목	금	토
	20	21	22	23	24	25
점심	백미밥 아욱된장국 제육볶음 오이도라지무침 상추쌈/쌈장 배추김치	비빔밥 부추미소국 달걀후라이 고사리나물/콩나물무 침/시금치나물/무생 채 배추김치	백미밥 크림스프 함박스테이크/소스 애너타리버섯볶음 치커리겉절이 배추김치	백미밥 감자양파국 적어구이 연근조림 마카로니콘샬레드 배추김치	백미밥 양송이들깨탕 해물찜 감자채볶음 곤드레나물 배추김치	백미밥 호박잎된장국 닭볶음탕 가지볶음 숙갓나물 배추김치
저녁	백미밥 설렁탕 고등어무조림 툇나물두부무침 숙주나물 배추김치	백미밥 호박새우젓국 달걀장조림 뱅어포구이 오복지들기름무침 배추김치	백미밥 동태매운탕 훈제오리구이 궁채나물볶음 노각무침 배추김치	백미밥 콩비지찌개 돈사태찜 고구마맛탕 실곤약초무침 배추김치	백미밥 묵사발 너비아니구이 맛살채소볶음 갯잎순나물 배추김치	
오전	들깨죽	소고기채소죽	누룽지탕	호박죽	전복죽	누룽지탕
오후	쌀과자&등글레차	바나나	약과&등글레차	쿠키&두유	유산균음료	찐옥수수
날짜	27	28	29	30	31	
점심	백미밥 건새우미역국 차돌박이숙주볶음 시래기된장무침 비름나물 배추김치	백미밥 도토리묵사발 해물파전 상추겉절이 무생채나물 배추김치	백미밥 맑은동태탕 치킨너겟/ 머스타드s 죽순피망볶음 시금치나물 배추김치	백미밥 황태미역국 주꾸미볶음 가지나물 부추양파무침 배추김치	백미밥 콩나물국 제육고추장불고기 미니새송이버섯볶음 청경채겉절이 배추김치	
저녁	백미밥 육개장 채소달걀말이 연근아몬드조림 참나물유자청무침 배추김치	백미밥 순두부백탕 병어무조림 브로콜리숙회/초장 근대나물 배추김치	백미밥 달걀실파국 훈제오리채소무침 비트쌈무 숙주나물 배추김치	백미밥 소고기뭇국 돈육장조림 파리고추멸치볶음 도라지무침 배추김치	백미밥 홍합실겉은국 고등어김치찜 파프리카초무침 열무나물 배추김치	
오전	들깨죽	소고기채소죽	누룽지탕	호박죽	전복죽	
오후	쌀과자&등글레차	바나나	약과&등글레차	쿠키&두유	유산균음료	

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

※ 부산북구어린이 사회복지 급식관리 지원센터 제공 식단표