

9월 식단표 1-3주

구분	월	화	수	목	금	토
		1	2	3	4	5
점심		잔치국수 달걀찜 어묵볶음 애호박나물 단무지무침 배추김치	백미밥 부추미소국 단호박해물찜 가지튀김 비름나물 배추김치	백미밥 새우살맑은국 통마늘제육볶음 양배추찜/쌈장 콩나물무침 배추김치	백미밥 썩갠어묵국 돈육볶음 잔멸치볶음 시금치나물 배추김치	백미밥 맑은김치국 삼지구이 밥새우볶음 열무나물 배추김치
저녁		백미밥 아욱된장국 오향장육 오이무침 고구마순나물 배추김치	백미밥 소고기묵국 오징어볶음 미니새송이버섯조림 호박잎나물 배추김치	백미밥 물만둣국 차돌박이숙주볶음 툇나물두부무침 무생채 배추김치	백미밥 감자양파국 오리불고기 연근조림 상추겉절이 배추김치	
오전	들깨죽	소고기채소죽	누룽지탕	호박죽	전복죽	누룽지탕
오후	쌀과자와등굴레차	바나나	약과&등굴레차	쿠키&두유	유산균음료	편빵
날짜	7	8	9	10	11	12
점심	백미밥 모듬어묵국 돈육바베큐소스조림 감자채볶음 치커리사과무침 배추김치	백미밥 우거지맑은국 아귀찜 고사리나물 오이부추무침 배추김치	백미밥 바지락맑은국 소고기청경채구이 건새우마늘종볶음 토란대나물 배추김치	백미밥 호박잎된장국 돈삼겹수육 상추쌈/쌈장 아삭이고추무침 배추김치	백미밥 오이냉국 훈제오리구이 궁채나물볶음 참나물무침 배추김치	백미밥 소고기버섯국 고등어무조림 어항가지볶음 취나물무침 배추김치
저녁	백미밥 애호박새우젓국 삼치옛장조림 녹두빈대떡 열무나물 배추김치	백미밥 육개장 쫄면 연근조림 갯잎순나물 배추김치	백미밥 버섯들깨국 닭갈비 청포묵무침 비름나물 배추김치	백미밥 김치콩나물국 적어구이 단호박범벅 썩갠나물 배추김치	백미밥 재첩국 오삼불고기 우영조림 파채양파무침 배추김치	
오전	들깨죽	소고기채소죽	누룽지탕	호박죽	전복죽	누룽지탕
오후	쌀과자와등굴레차	바나나	약과&등굴레차	쿠키&두유	유산균음료	후라이드치킨
날짜	14	15	16	17	18	19
점심	백미밥 참치김치찌개 닭살굴소스구이 마늘쫄고추장무침 호박잎나물 배추김치	참쌀팔밥 조갯살미역국 소불고기 한식잡채 숙주나물 배추김치	백미밥 황태국 돈육볶음 옥수수전 무생채 배추김치	백미밥 순두부국 삼치카레구이 탕평채 도라지볶음 배추김치	백미밥 건새우묵국 순대볶음 어묵조림 상추겉절이 배추김치	백미밥 애호박된장국 훈제오리구이 /머스타드S 머위대들깨볶음 부추양파무침 배추김치
저녁	백미밥 닭곰탕 임연수구이 꽃맛살샐러드 시금치나물 배추김치	백미밥 아욱된장국 미트볼조림 쥐어채무침 청령채나물 배추김치	백미밥 팽이버섯맑은국 차돌박이숙주볶음 썩갠두부무침 고구마순나물 배추김치	백미밥 달걀찜국 너비아니구이 양배추쌈/양념장 참나물무침 배추김치	백미밥 유부장국 오징어볶음 고구마맛탕 미나리나물 배추김치	
오전	들깨죽	소고기채소죽	누룽지탕	호박죽	전복죽	누룽지탕
오후	쌀과자와등굴레차	바나나	송편&등굴레차	쿠키&두유	유산균음료	편감자

9월 식단표 4-5주

구분	월 21	화 22	수 23	목 24	금 25	토 26
점심	백미밥 복엇국 두부양념조림 브로콜리깨소스무침 감자채볶음 배추김치	백미밥 부대찌개 코다리양념찜 우영조림 비름나물 배추김치	백미밥 양송이스프 돈까스/소스 양상추샐러드 /오리엔탈D 오이무침 배추김치	백미밥 우거지국 돼지갈비찜 고사리나물 한식잡채 배추김치	추석	백미밥 두부탕국 동태전 시금치무침 도라지나물 배추김치
저녁	백미밥 근대된장국 돈채피망볶음 콩나물무침 호박잎나물 배추김치	백미밥 모듬버섯전골 너비아니구이 실곤약초무침 숙주나물 배추김치	백미밥 어묵국 고등어데리야끼구이 도토리묵무침 참나물 배추김치			
오전	들깨죽	소고기채소죽	누룽지탕	호박죽	전복죽	누룽지탕
오후	쌀과자&동글레차	바나나	약과&동글레차	쿠키&두유	유산균음료	호박전
날짜	28	29	30			
점심	백미밥 백짬뽕국 소고기당면볶음 근대나물 상추겉절이 배추김치	비빔밥 부추미소국 달걀후라이 고사리나물/콩나물무 침/시금치나물/무생 채 배추김치	백미밥 감자양파국 돈육고사리구이 새송이버섯볶음 고춧잎나물 배추김치			
저녁	백미밥 어묵숙갓국 닭살피망볶음 우영조림 열무나물 배추김치	백미밥 바지락미역국 적어구이 가지나물 치커리사과무침 배추김치	백미밥 추어탕 오징어볶음 오이파프리카무침 호박잎나물 배추김치			
오전	들깨죽	소고기채소죽	누룽지탕			
오후	쌀과자&동글레차	바나나	약과&동글레차			

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

※ 부산북구어린이 사회복지 급식관리 지원센터 제공 식단표 ↑



소중애 주간보호센터