정성을 담다 정담푸드

9월 식단표

구분	월	화	수	목	금	토
		1	2	3	4	5
간식		깨죽	계란죽	단호박죽	흑임자죽	녹두죽
중식		잡곡밥 얼큰시락국 돈육김치볶음 온두부/양념장 숙주나물 배추김치	잡곡밥 참치김치찌개 함박스테이크 조미구운김 애호박새우살볶음 배추김치	잡곡밥 어묵국 훈제오리야채볶음 메추리알감자조림 양념깻잎지 배추김치	잡곡밥 조갯살미역국 돼지갈비찜 오색잡채 매운콩나물무침 배추김치	잡곡밥 근대된장국 섭산적데리야끼조림 연두부/양념장 오이양파생채 배추김치
간식		잣두유	망고맛푸딩젤	인절미과자	비피더스	카스타드&두유
석식		잡곡밥 오징어무국 스크램블에그 골뱅이야채무침 검정콩자반 배추김치	잡곡밥 동태무국 돈민찌두부조림 베이컨양배추볶음 오복지무침 배추김치	잡곡밥 야채계란탕 낙지불고기 상추쌈/쌈장 다시마채무침 배추김치	잡곡밥 맑은쇠고기국 삼치카레구이 버섯피망볶음 궁채장아찌 배추김치	잡곡밥 감자옹심이국 우채피망볶음 어묵매콤볶음 가지나물 배추김치
	7	8	9	10	11	12
간식	참치야채죽	단호박죽	아욱죽	매생이죽	팥죽	야채죽
중식	잡곡밥 황태해장국 제육볶음 양배추쌈/쌈장 삼색초무침 배추김치	잡곡밥 청국장찌개 적어구이 감자꽈리고추조림 검정콩조림 배추김치	잡곡밥 열무된장국 닭갈비 파래김자반 미역맛살초무침 배추김치	잡곡밥 돈등뼈감자탕 탕수만두 죽순표고볶음 오이지무침 배추김치	불고기비빔밥/약고추장 두부된장국 메추리알떡볶이 도토리묵/양념장 배추김치	잡곡밥 김치콩나물국 떡갈비고추장조림 연근조림 단배추된장무침 배추김치
간식	검정콩두유	찐고구마&두유	방울토마토	잔기지떡&두유	떠먹는요거트	미니단팥빵&우유
석식	잡곡밥 사골우거지국 고등어김치조림 콜리플라워피망볶음 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 두부들깨탕 새우까스/소스 김치전 시래기조림 배추김치	잡곡밥 김치콩나물국 임연수구이 팽이버섯매콤조림 깻잎순볶음 배추김치	잡곡밥 바지락탕 간장불고기 야채계란찜 청경채나물 배추김치	잡곡밥 북어국 오징어야채볶음 분홍소세지전/케찹 비타장아찌 배추김치	잡곡밥 아욱된장국 두부계란구이/양념장 갈비만두/초간장 단무지채무침 배추김치
	14	15	16	17	18	19
간식	땅콩죽	단호박죽	흑임자죽	쇠고기죽	팥죽	브로콜리죽
중식	잡곡밥 꽃게된장국 오삼불고기 새송이버섯구이 미역줄기볶음 배추김치	잡곡밥 들깨무채국 안동찜닭 복주머니딤섬 고들빼기무침 배추김치	영양밥 홍합미역국 돈육두반장볶음 톳두부무침 모듬겉절이 배추김치	잡곡밥 대구탕 오징어야채무침 타코야끼 다시마채무침 배추김치	잡곡밥 돈육김치찌개 순살돈까스/소스 팽이버섯베이컨볶음 오복지무침 배추김치	잡곡밥 근대된장국 생선까스/타르소스 마파두부 호박새우젓볶음 배추김치
간식	마시는한라봉	미니꿀호떡&두유	바나나	카스테라&두유	비피더스	미니샌드&두유
석식	잡곡밥 바지락맑은국 아귀콩나물찜 콘샐러드 통배추된장무침 배추김치	잡곡밥 순두부된장국 우민찌야채볶음 브로콜리양송이볶음 꼬들단무지 배추김치	잡곡밥 애호박맑은국 쭈꾸미치즈떡볶음 감자채볶음 양상추유자무침 배추김치	잡곡밥 닭개장 미트볼간장조림 오이파프리카무침 치커리겉절이 배추김치	잡곡밥 건새우무국 돈육간장불고기 알배추쌈/쌈장 가지나물 배추김치	잡곡밥 감자양파국 돼지김치찜 계란후라이 열무된장무침 배추김치
	21	22	23	24	25(추석)	26
간식	흑임자죽	단호박죽	야채스프	고구마죽		야채죽
중식	잡곡밥 두부된장국 모듬장조림 탕평채 단배추된장무침 배추김치	잡곡밥 육개장 가자미구이 사모사튀김/초간장 노각무침 배추김치	잡곡밥 콩비지찌개 돈목살소금구이 상추쌈/쌈장 무말랭이무침 배추겉절이	잡곡밥 탕국 동태무조림 울방개묵김가루무침 고사리들깨볶음 배추김치		잡곡밥 근대된장국 제육볶음 오색오미전 무나물 배추김치
간식	유산균음료	찐감자&매실차	떠먹는요거트	마들렌&두유		몽키바나나도넛&두유
석식	잡곡밥 김치콩나물국 치즈계란말이 어묵잡채 병아리콩조림 배추김치	잡곡밥 두부들깨탕 닭살야채볶음 우엉채조림 도라지나물 배추김치	잡곡밥 미소장국 꽁치김치조림 계란장조림 양배추오이무침 배추김치	잡곡밥 잔치국수 해물완자전 골뱅이야채무침 조미김가루 배추김치		잡곡밥 김치콩나물국 깐풍새우 브로콜리참깨무침 배추겉절이 열무김치
	28	29	30			
간식	녹두죽	단호박죽	흑임자죽			
중식	잡곡밥 북어채콩나물국 가자미무조림 청포묵김가루무침 마늘쫑고추장무침 배추김치	잡곡밥 감자수제비국 돈민찌두부조림 고구마튀김 크래미오이숙주무침 배추김치	잡곡밥 시락국 돈육버섯불고기 상추쌈/쌈장 무생채 배추김치			
간식	야채쥬스	미니소보로&두유	약과&보리차			
석식	잡곡밥 순두부찌개 새우까스/소스 돈민찌가지볶음 양배추샐러드 배추김치	짜장밥 실파계란국 돈채피망볶음 군만두/초간장 배추김치	잡곡밥 홍합탕 동태간장조림 닭살냉채 단배추부추겉절이 배추김치			

♣ 위 상기된 메뉴는 물류사정에 따라 변경될 수 있습니다.
♣ 언제나 맛있고 정성이 담긴 음식을 제공하도록 노력하겠습니다.
♣ 농산물품질관리법에 의한 식재료 원산지 표시 :쌀,죽(국내산) 배추김치(배추:중국산 고춧가루:중국산)
우육(불고기,찌개,민찌:호주산)돈육(갈비,수육,찌개.불고기.민찌:국내산) 계육(닭절단):국내산 계육(닭정육):브라질
오리고기(중국산),돈육가공:국내산 비엔나(돈육:계육)국산 스모크햄(돈육:계육)국산 해물완자(오징어):외국산
스모크햄(돈육:계육)국산 후랑크(돈육:계육):국산 계육가공:국내산 두부(대두)외국산 어묵(연육)외국산
고등어(국내산),명태(러시아산),낙지(베트남산),오징어(칠레산.중국산),꽃게(중국산),새우(중국산),바지락(중국산)
쭈꾸미:베트남산 참치(가다랑어):원양산 도토리묵:도토리(중국산) 청포묵:녹두전분(중국산)