

8월 식단표

구분		화	수	목	금	토
					1	2
간식					타락죽	브로콜리죽
중식					잡곡밥 조개미역국 소불고기 한식잡채 숙주나물무침 배추김치	잡곡밥 맑은무채국 순살김치찜 야채계란찜 콩나물무침 배추김치
간식					제철생과일	찰떡쿠키&우유
석식					잡곡밥 들깨우국 불맛불고기 두부튀김 양념고추지 배추김치	잡곡밥 냉이된장국 간장두부조림 간장깻잎지 고사리나물 배추김치
	4	5	6	7	8	9
간식	단호박죽	버섯야채죽	새우살계란죽	녹두죽	소고기죽	땅콩죽
중식	잡곡밥 배추된장국 콩나물아귀찜 어묵채볶음 미역줄기볶음 배추김치	잡곡밥 모듬어묵탕 생선까스 야채쫄면무침 마카로니샐러드 배추김치	잡곡밥 유채된장국 닭볶음탕 양파링튀김 얼갈이생채 배추김치	잡곡밥 건새우아육국 훈제오리볶음 단호박꿀찜 멕시칸샐러드 배추김치	잡곡밥 두부계란탕 방어무조림 김구이&양념장 단배추나물 배추김치	잡곡밥 초계국수 오색오미전 도토리묵야채무침 오복지장아찌 배추김치
간식	영양두유	카스테라&두유	유기농현미빵&매실차	초코쌀도너츠&두유	찐감자&요구르트	찐쌀유과&수정과
석식	잡곡밥 경상도소고기무국 계란장조림 명엽채볶음 고추장멸치볶음 배추김치	잡곡밥 소고기샤브국 돈채피망볶음 고구마춘권 간장고추지 배추김치	잡곡밥 사골떡국 오징어야채볶음 옥수수계란말이 돈나물&초장 배추김치	잡곡밥 돈김치찌개 고기산적구이 새송이버섯구이 무생채 배추김치	잡곡밥 대구탕 돈민찌두부조림 매알장조림 마늘종장아찌 배추김치	잡곡밥 돈김치찌개 임연수어구이 비엔나야채볶음 파래김자반 배추김치
	11	12	13	14	15	16
간식	참치야채죽	흑임자죽	고구마죽	게살죽	타락죽	브로콜리죽
중식	잡곡밥 미소된장국 미트볼조림 해리포테이토 흑임자연근무침 배추김치	잡곡밥 유부채장국 추억의도시락비빔밥 꼬치없는옛날떡꼬치 검은콩자반 볶음김치	잡곡밥 맑은김치국 간장불고기 알감자조림 통배추나물 배추김치	잡곡밥 우거지된장국 순살닭갈비 연근조림 깻잎쌈무무침 배추김치	잡곡밥 돼지국밥 찐순대*쌈장 호떡쌀군만두 부추겉절이 배추김치	잡곡밥 모듬버섯탕 코다리조림 시래기된장지짐 건과공조림 배추김치
간식	마시는요거트	단팥빵&두유	제철생과일	영양견과&두유	찐옥수수&요구르트	밤만쥬&우유
석식	잡곡밥 호박새우젓국 콩치김치찜 들기름두부구이 무편지채 배추김치	잡곡밥 감자수제비국 닭가슴살장조림 동그랑땡구이 오이지무침 배추김치	잡곡밥 바지락우국 우채호박볶음 두부샐러드 땅콩조림 배추김치	잡곡밥 순두부찌개 콩나물불고기 양배추숙쌈*쌈장 궁채장아찌 배추김치	잡곡밥 호박고추장찌개 떡갈비조림 궁중떡볶이 도라지초무침 배추김치	잡곡밥 소고기탕국 돼지갈비찜 해물부추전 간장무절임 배추김치
	18	19	20	21	22	23
간식	단호박죽	버섯야채죽	새우살계란죽	녹두죽	소고기죽	땅콩죽
중식	잡곡밥 황태우국 제육볶음 미니감자전 참나물생채 배추김치	잡곡밥 골뱅이물회 순살동태포전 꼬시래기무침 비타장아찌 배추김치	잡곡밥 유부채장국 카레라이스 치킨가라아게 마늘종고추장무침 배추김치	잡곡밥 시금치된장국 순살돼지찜 네모두부전 알배추겉절이 배추김치	잡곡밥 옥수수스프 폭찹스테이크 토마토파스타 수제채소절임 배추김치	잡곡밥 맑은콩나물국 모듬부대볶음 감자채볶음 양념깻잎지 배추김치
간식	망고푸딩	미니꿀호떡&두유	쌀과자&매실차	마들렌&두유	찐고구마&요구르트	앙금절편&수정과
석식	잡곡밥 콩비지찌개 함박스테이크 콘샐러드 무말랭이무침 배추김치	잡곡밥 팽이장국 닭살야채볶음 불어묵볶음 우엉조림 배추김치	잡곡밥 청국장찌개 삼겹야채구이 통마늘버터구이 된장양파무침 배추김치	잡곡밥 게살계란탕 마파두부 표고버섯탕수 짜사이무침 배추김치	잡곡밥 열무된장국 가자미구이 양념두부조림 취나물무침 배추김치	잡곡밥 맑은순두부국 소고기숙주볶음 가지나물무침 부추간장절임 배추김치
	25	26	27	28	29	30
간식	참치야채죽	흑임자죽	고구마죽	게살죽	타락죽	브로콜리죽
중식	잡곡밥 근대국 김치두루치기 연두부&양념장 조미김구이 배추김치	잡곡밥 온도토리묵국 편육 오이맛살냉채 오징어젓무침 배추김치	잡곡밥 부대찌개 안동찜닭 납작만두&조간장 야채초무침 배추김치	잡곡밥 무청시래기국 바삭불고기 올방개묵무침 된장고추지 배추김치	잡곡밥 미니밥 파계란국 중화짜장면 탕수육 단무지무침 배추김치	잡곡밥 소고기우국 동태조림 두부강정 치커리생채 배추김치
간식	떠먹는요거트	식빵튀김&두유	과채주스	국물과자&두유	삶은달걀&식혜	브라우니&우유
석식	잡곡밥 꽃게된장국 돈감자짜글이 슬라이스햄구이 열무나물무침 배추김치	잡곡밥 육개장 데리야끼닭조림 알송이버섯볶음 양파장아찌 배추김치	잡곡밥 옹심이만둣국 고등어조림 미나리두부무침 파래무침 배추김치	잡곡밥 맑은오징어국 백순대야채볶음 느타리들깨무침 고춧잎무침 배추김치	잡곡밥 순살감자탕 매밀전병구이 생깻잎무침 양파채절임 배추김치	잡곡밥 감자양파국 모듬장조림 파리고추찜 알마늘지 배추김치

※ 위 식단은 시장사정에 의해 변경 될 수 있습니다.

