

2026년 5월 식단표

일자/요일						01(월)	02(화)							
평성						잡곡밥	★참마식/민들레★							
						쇠고기미역국(생선티릭스)	잡곡밥							
						김치닭살조림	유부장국							
						그린파스타샐러드	연양식물고기							
계절나물	수제강황탕	열무나물	배추김치	795.kcal	785.kcal									
평성 칼로리(Kcal)														
자녀						잡곡밥	잡곡밥							
						해장국	배추우거지탕							
						떡갈이단호박조림	불향약갈비조림							
						도토리묵두부	삼근약초고추장무침							
무채나물	빈채나물	원창먹지지짐	배추김치	659.kcal	692.kcal									
자녀 칼로리(Kcal)														
오전간식						요플레	빵, 두유							
오후간식						과일	도라지베슨							
기능발식이						막	호두교차							
일자/요일		04(목)	05(금)	06(수)	07(목)	08(금)	09(토)							
평성			★보통데이★ 잡곡밥 돼지고기밥 쌈살두부찌개 매콤달걀볶음 계절나물 배추김치	★그린데이★ 잡곡밥 조갯살미역국 생선양념조림 돈대탕육채 토란대지짐 배추김치	★북쪽데이★ 잡곡밥 창극장 순장닭살조림 어묵두부조림 콘양상추샐러드&드레싱	잡곡밥 두부탕국 창극장 감전닭살조림 오징어무침무침 상추쌈+완창 배추김치	작은 잡곡밥 잔치국수(별마시) 김치돈육볶음 호박지짐 무생채 배추김치							
								평성 칼로리(Kcal)						
								자녀		잡곡밥 왕복국 영양죽 갈바산적조림 당무지채무침 꽃무생채 배추김치	잡곡밥 유부채장국 북은지채볶음 후랑크래프&구아모 취나물볶음 배추김치	잡곡밥 부추계란탕 홍콩소스해물덮밥 아재고로케 계절나물 배추김치	잡곡밥 계란미역국 연양식물고기 수제강황탕 채소유채청감칠면 배추김치	잡곡밥 계란미역국 연근한방야조림 다시말치덕지짐 계절나물 배추김치
오전간식														
오후간식														
기능발식이														
일자/요일		11(월)	12(화)	13(수)	14(목)	15(금)	16(토)							
평성			★북쪽데이★ 잡곡밥 새우젓갈국 새우젓갈국 맥살비조림 옥색간장소파게티	★그린데이★ 잡곡밥 새우젓갈국 새우젓갈국 맥살비조림 옥색간장소파게티	★북쪽데이★ 잡곡밥 새우젓갈국 새우젓갈국 맥살비조림 옥색간장소파게티	잡곡밥 새우젓갈국 새우젓갈국 맥살비조림 옥색간장소파게티	★참마식/민들레★ 잡곡밥 유부장국 모듬장조림 고양나물(표고버섯/상추)							
								평성 칼로리(Kcal)						
								자녀		잡곡밥 훈제어피게 돈채두부반장덮밥 당수육&소스 수제피클 배추김치	잡곡밥 두부부동국 허리아이스 구운어묵오이무침 무한지짐 배추김치	잡곡밥 계란만 피쉬볼용나물튀김 연두부채무침 배추김치	잡곡밥 계란만 피쉬볼용나물튀김 연두부채무침 배추김치	잡곡밥 새우초볶음 애물안자칼로스조림 상세맛살가지채 도토리묵김치무침 배추김치
오전간식														
오후간식														
기능발식이														
일자/요일		18(목)	19(금)	20(수)	21(목)	22(금)	23(토)							
평성			★북쪽데이★ 잡곡밥 사골곰국 양념간장물고기 양념두부조림 계절나물 배추김치	★그린데이★ 잡곡밥 새우젓갈국 새우젓갈국 맥살비조림 옥색간장소파게티	★북쪽데이★ 잡곡밥 새우젓갈국 새우젓갈국 맥살비조림 옥색간장소파게티	잡곡밥 새우젓갈국 새우젓갈국 맥살비조림 옥색간장소파게티	★참마식/민들레★ 잡곡밥 유부장국 모듬장조림 고양나물(표고버섯/상추)							
								평성 칼로리(Kcal)						
								자녀		잡곡밥 훈제어피게 돈채두부반장덮밥 당수육&소스 수제피클 배추김치	잡곡밥 두부부동국 허리아이스 구운어묵오이무침 무한지짐 배추김치	잡곡밥 계란만 피쉬볼용나물튀김 연두부채무침 배추김치	잡곡밥 계란만 피쉬볼용나물튀김 연두부채무침 배추김치	잡곡밥 새우초볶음 애물안자칼로스조림 상세맛살가지채 도토리묵김치무침 배추김치
오전간식														
오후간식														
기능발식이														
일자/요일		25(수)	26(목)	27(수)	28(목)	29(금)	30(토)							
평성			★보통데이★ 잡곡밥 돼지고기밥 쌈살두부찌개 매콤달걀볶음 계절나물 배추김치	★그린데이★ 잡곡밥 조갯살미역국 생선양념조림 돈대탕육채 토란대지짐 배추김치	★북쪽데이★ 잡곡밥 창극장 순장닭살조림 어묵두부조림 콘양상추샐러드&드레싱	잡곡밥 두부탕국 창극장 감전닭살조림 오징어무침무침 상추쌈+완창 배추김치	작은 잡곡밥 잔치국수(별마시) 김치돈육볶음 호박지짐 무생채 배추김치							
								평성 칼로리(Kcal)						
								자녀		잡곡밥 왕복국 영양죽 갈바산적조림 당무지채무침 꽃무생채 배추김치	잡곡밥 유부채장국 북은지채볶음 후랑크래프&구아모 취나물볶음 배추김치	잡곡밥 부추계란탕 홍콩소스해물덮밥 아재고로케 계절나물 배추김치	잡곡밥 계란미역국 연양식물고기 수제강황탕 채소유채청감칠면 배추김치	잡곡밥 계란미역국 연근한방야조림 다시말치덕지짐 계절나물 배추김치
오전간식														
오후간식														
기능발식이														
일자/요일		01(월)	02(화)	03(수)	04(목)	05(금)	06(토)							
평성			★보통데이★ 잡곡밥 새우젓갈국 새우젓갈국 맥살비조림 옥색간장소											

원산지	(소) 국내산 : 외국산	쇠고기 : 외국산	돼지고기(간장) : 외국산	돼지고기(간장) : 국내산	닭가슴살 : 국내산	닭가슴살 : 국내산	닭가슴살 : 국내산
	감마산(원, 계곡) : 국내산	통근(원, 계곡) : 국내산	해물(원, 계곡) : 국내산	해물(원, 계곡) : 국내산	해물(원, 계곡) : 국내산	해물(원, 계곡) : 국내산	해물(원, 계곡) : 국내산
	통근(원, 계곡) : 국내산	통근(원, 계곡) : 국내산	통근(원, 계곡) : 국내산	통근(원, 계곡) : 국내산	통근(원, 계곡) : 국내산	통근(원, 계곡) : 국내산	통근(원, 계곡) : 국내산
	통근(원, 계곡) : 국내산	통근(원, 계곡) : 국내산	통근(원, 계곡) : 국내산	통근(원, 계곡) : 국내산	통근(원, 계곡) : 국내산	통근(원, 계곡) : 국내산	통근(원, 계곡) : 국내산

원산지	(소)가죽: 외국산	쇠고기: 외국산	돼지고기(훈제): 외국산	돼지고기(생): 국내산	닭가슴살: 국내산	닭장육: 외국산(보리살 등)
	갈비살(훈, 재목): 국내산	통고추(생, 재목): 국내산	해물탕고양념: (오징어, 갈매기), (두부, 전복산)	생(통, 재목): 국내산	참송육(생육): 국내산	참송소(생육): 국내산