

월간 식단표(2023년 11월)

구분			수(11.01)	목(11.02)	금(11.03)	토(11.04)
점심식단			흰밥/흰죽 순두부새우젓국 돈사태무장조림 김치전 얼갈이된장무침 배추김치	흰밥/흰죽 유채된장국 짜장밥 병아리콩마늘조림 숙주마리무침 배추김치	흰밥/흰죽 황태해장국 제육볶음 오복지무침 마늘쫀두조림 배추김치	흰밥/흰죽 주꾸미무국 카레라이스 비엔나소시지야채볶음 비트무피클 배추김치
저녁식단			혼합잡곡밥/녹두죽 바지락미역국 소고기버섯불고기 짜사이무침 메추리알새송이조림 배추김치	혼합잡곡밥/무콩죽 콩나물국 애호박, 양파, 당근, 무나물 표고버섯, 달걀스크램블 김가루/비빔장 배추김치	혼합잡곡밥/소고기야채죽 육개장 코다리무조림 양배추찜&쌈장 청경채양파겉절이 배추김치	혼합잡곡밥/들깨미역죽 부추달걀국 닭가슴살야채볶음 헤시브라운&달걀소스 도라지오이볶음 배추김치
오후간식			유자차	비피더스	황도통조림	바나나우유
구분	월(11.06)	화(11.07)	수(11.08)	목(11.09)	금(11.10)	토(11.11)
점심식단	혼합잡곡밥/녹두죽 참치감자고추장찌개 대왕오징어야채볶음 코울슬로 숙주맛살무침 배추김치	혼합잡곡밥/무콩죽 들깨미역국 춘천달걀비 미역줄기볶음 양배추오이무침 배추김치	혼합잡곡밥/소고기야채죽 감자탕 골뱅이야채무침 목이버섯볶음 숙주마리무침 배추김치	혼합잡곡밥/들깨미역죽 해물순두부탕 제육볶음 부추양파겨자무침 오복지무침 배추김치	혼합잡곡밥/타락죽 아욱된장국 카레라이스 참치오물렛 양배추겉절이무침 배추김치	혼합잡곡밥/달걀야채죽 물만두달걀국 볼어묵미트볼조림 깻잎김치 얼갈이된장무침 배추김치
저녁식단	흰밥/좁쌀죽 닭곰탕 코다리찜 느타리버섯야채볶음 깻잎김치 배추김치	흰밥/좁쌀죽 얼갈이된장국 미트볼개찜조림 미역줄기들깨볶음 알배추된장무침 배추김치	흰밥/좁쌀죽 브로콜리스프 함박스테이크&소스 크레미양파샐러드 무나물볶음 배추김치	흰밥/좁쌀죽 꽃게탕 훈제오리야채볶음 맛김자반 열무된장무침 배추김치	흰밥/좁쌀죽 주꾸미무국 해물동그랑땡전 느타리야채볶음 콩나물무침 배추김치	흰밥/좁쌀죽 사골배추국 공치김치찜 짜사이무침 도라지오이볶음 배추김치
오후간식	바나나우유	딸기플레인	황도	파인애플	붕어빵	미니핫도그
구분	월(11.13)	화(11.14)	수(11.15)	목(11.16)	금(11.17)	토(11.18)
점심식단	혼합잡곡밥/연근죽 알탕 훈제오리야채볶음 어묵곤약조림 오이부추무침 배추김치	혼합잡곡밥/녹두죽 순두부달걀새우젓국 소고기버섯불고기 탕평채 열무된장무침 배추김치	혼합잡곡밥/무콩죽 바지락미역국 함박스테이크&소스 코울슬로 궁채나물들깨볶음 배추김치	혼합잡곡밥/소고기야채죽 황태콩나물국 하이라이스 헤시브라운 마늘쫀아몬드간장조림 배추김치	혼합잡곡밥/들깨미역죽 애호박자물박이된장국 훈제오리야채볶음 참치오물렛 얼갈이겉절이무침 배추김치	혼합잡곡밥/타락죽 들깨느타리감자국 제육간장불고기 감자샐러드 깻잎무침 배추김치
저녁식단	흰밥/좁쌀죽 얼갈이된장국 돼지목살김치찜 푸실리파스타 짜사이무침 배추김치	흰밥/좁쌀죽 꽃게탕 두부양념조림 느타리버섯볶음 참나물무침 배추김치	흰밥/좁쌀죽 황태콩나물국 제육볶음 꼬시래기무침 애호박새우젓볶음 배추김치	흰밥/좁쌀죽 사골배추국 볼어묵살곤약조림 오복지무침 취나물볶음 배추김치	흰밥/좁쌀죽 바지락미역국 닭다리살간장조림 양배추찜&쌈장 참나물무침 배추김치	흰밥/좁쌀죽 알배추콩국 공치김치찜 비엔나소시지야채볶음 숙주오이무침 배추김치
구분	월(11.20)	화(11.21)	수(11.22)	목(11.23)	금(11.24)	토(11.25)
점심식단	혼합잡곡밥/녹두죽 황태콩나물국 소고기팽이버섯고기 야채튀김 오이장아찌무침 배추김치	혼합잡곡밥/무콩죽 꽃게탕 카레라이스 골뱅이오징어야채무침 알갈이된장무침 배추김치	혼합잡곡밥/소고기야채죽 해물된장국 훈제오리야채볶음 부추양파무침 마늘쫀보리새우간장조림 배추김치	혼합잡곡밥/들깨미역죽 사골배추국 공치김치찜 도토리묵&양념장 콩나물무침 배추김치	혼합잡곡밥/타락죽 알탕 코다리찜 어묵곤약조림 꼬시래시초고추장무침 배추김치	혼합잡곡밥/달걀야채죽 육개장 돼지목살김치찜 오이장아찌무침 열무된장볶음나물 배추김치
저녁식단	흰밥/좁쌀죽 아욱된장국 제육간장불고기 게맛살양파샐러드 숙주마리무침 배추김치	흰밥/좁쌀죽 황태무국 닭다리살볶음탕 짜사이무침 어묵양파볶음 배추김치	흰밥/좁쌀죽 소고기숙주국 돈사태무장조림 느타리야채볶음 참나물무침 배추김치	흰밥/좁쌀죽 시금치된장국 소고기당면불고기 게맛살야채볶음 얼갈이참깨무침 배추김치	흰밥/좁쌀죽 해물버섯탕 돈육두부조림 청경채양파겉절이 오복지무침 배추김치	흰밥/좁쌀죽 아욱된장국 베이컨감자전 연두부&참깨드레싱 미역줄기볶음 배추김치
오후간식	커스터드&동글레차	플레인요거트	붕어빵	딸기산도&뽕잎차	파인애플	꿀호떡&동글레차
구분	월(11.27)	화(11.28)	수(11.29)	목(11.30)		
점심식단	혼합잡곡밥/새우야채죽 황태콩나물국 대왕오징어야채볶음 느타리버섯야채볶음 콩나물무침 배추김치	혼합잡곡밥/달걀야채죽 소고기미역국 떡갈비 김치전 오이부추무침 배추김치	혼합잡곡밥/소고기야채죽 아욱건새우된장국 돼지목살김치찜 양배추오이겉절이무침 오이장아찌무침 배추김치	혼합잡곡밥/들깨미역죽 물만두달걀국 코다리무조림 마늘쫀게맛살볶음 짜사이무침 배추김치		
저녁식단	흰밥/좁쌀죽 들깨무국 날치알달걀찜 맛김자반 도라지고사리볶음 배추김치	흰밥/좁쌀죽 닭곰탕 단호박유자장조림 오징어젓갈무침 참나물무침 배추김치	흰밥/좁쌀죽 콩나물무국 닭가슴살야채볶음 새송이볶음 궁채장아찌 배추김치	흰밥/좁쌀죽 브로콜리스프 감자샐러드 도라지오이볶음 맛살양파샐러드 배추김치		
오후간식	붕어빵	딸기플레인	빅파이&보리차	약과&뽕잎차		



* 위 식단표는 시설 및 식재제 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

* 원산지 표시 : 김치(중국산), 쌀(국내산), 돼지고기(국내산), 닭고기(브라질), 소고기(호주, 뉴질랜드), 고등어(중국), 불락(중국), 미트볼(국내산), 콩(국내산), 순두부(대두/미국), 오징어(페루산)