



월

화

수

목

금

토

7/1

7/2

7/3

7/4



점심

잡곡밥
한식된장국
해물찜
우영채조림
치커리무침

잡곡밥
부대찌개
고등어구이
그린빈볶음
도토리묵김치무침

취나물밥
냉이된장국
제육볶음
미역줄기볶음
콩나물무침

잡곡밥
샤브샤브국
오리훈제볶음
연근조림
양배추흑임자무침



저녁

잡곡밥
감자국
간장돈불고기
멸치볶음
미역초무침

잡곡밥
오징어두부국
떡갈비스틱구이
브로콜리맛살볶음
오이무침

잡곡밥
뼈없는감자탕
미트볼조림
고구마줄기볶음
배추겉절이

잡곡밥
들깨버섯국
비엔나브로콜리볶음
감자채볶음
청경채무침

간식

팥빵

수박

유부초밥

야쿠르트

7/6

7/7

7/8

7/9

7/10

7/11



점심

잡곡밥
부대찌개
돈간장불고기
어묵카레볶음
툇무생채

잡곡밥
감자국
함박스테이크구이
애호박새우젓볶음
오이무침

잡곡밥
오이냉국
닭도리탕
감자당근채볶음
근대된장무침

잡곡밥
돈파국
임연수조림
고구마줄기볶음
치커리무침

작은밥
잔치국수
미트볼조림
청경채볶음
단무지무침

잡곡밥
시금치된장국
제육볶음
마늘종볶음
고들빼기무침



저녁

잡곡밥
청국장
게란말이
취나물볶음
백묵이버섯무침

잡곡밥
참치김치국
간풍강정
궁채들깨볶음
푸실리오리엔탈샐러드

잡곡밥
콩가루배추국
너비아니구이
단호박조림
버섯참깨소스무침

잡곡밥
콩나물김치국
두부완자전
미역줄기볶음
실곤약야채무침

잡곡밥
홍합무국
안동찜닭
그린빈볶음
얼갈이무침

잡곡밥
고추장찌개
미니돈까스소스무침
도라지볶음
도토리묵무침

간식

어묵떡볶이

잔치국수

씨리얼.우유

카스타드

꿀호떡

꼬깔콘.우유

7/13

7/14

7/15

7/16

7/17

7/18



점심

잡곡밥
육개장
마파두부
비엔나야채볶음
오이무침

잡곡밥
종합어묵국
제육볶음
표고버섯볶음
숙갓두부무침

잡곡밥
닭국
임연수구이
호박볶음
마늘종무침

잡곡밥
버섯매운탕
돈까스소스무침
고사리볶음
얼갈이무침

곤드레밥
냉묵사발
미트볼조림
무나물볶음
실곤약무침

잡곡밥
오징어무국
닭볶음탕
감자조림
숙주무침



저녁

잡곡밥
들깨미역국
닭가슴살전
감자채카레볶음
배추나물무침

잡곡밥
부대찌개
떡갈비스틱조림
취나물볶음
천사채마요무침

잡곡밥
시래기된장국
해물동그랑땡조림
미역줄기볶음
청포묵김무침

잡곡밥
황태국
간장돈불고기
어묵볶음
얼무겉절이

잡곡밥
돈육김치찌개
코다리무조림
연근조림
시금치고추장무침

잡곡밥
고추장찌개
너비아니구이
느타리버섯볶음
마카로니콘샐러드

간식

삶은계란

쌀과자

부추호박전

참외

웨하스

단팥빵.우유



월	화	수	목	금	토
7/20	7/21	7/22	7/23	7/24	7/25
점심 잡곡밥 바지락미역국 돈불고기 전병 알배기된장무침	잡곡밥 육개장 훈제오리단호박조림 가지볶음 콩나물무침	잡곡밥 부대찌개 고추장불고기 그린빈볶음 숙갓두부무침	잡곡밥 콩나물국 닭살야채볶음 미역줄기볶음 도토리묵무침	잡곡밥 우거지국 돈육짜장 탕수육범벅 단무지무침	잡곡밥 장각삼계탕 오징어볶음 푸실리샐러드 아삭이고추/쌈장
저녁 잡곡밥 감자국 해물완자볶음 연근조림 툇무생채	잡곡밥 한식된장국 고등어구이 카레어묵볶음 얼갈이고추장무침	잡곡밥죽 홍합살무국 미트볼데리야끼조림 햄양배추볶음 브로콜리초무침	잡곡밥 고추장찌개 떡갈비스틱구이 감자조림 양배추콘샐러드	잡곡밥 뼈없는감자탕 계란찜 잡채어묵볶음 해초샐러드	잡곡밥 김치국 고기경단데리야끼조림 도라지볶음 청포묵김무침
간식 찐감자	조리품.우유	김치전	카스타드	궁중떡볶이	수박
7/27	7/28	7/29	7/30	7/31	
점심 잡곡밥 김치찌개 해물찜 두부스틱강정 열무된장무침	잡곡밥 고추장찌개 오리훈제단호박조림 고구마순볶음 오이무침	잡곡밥 홍합무국 유린기 우영채조림 흑임자야채샐러드	잡곡밥 샤브샤브국 고등어구이 고사리볶음 청경채무침	잡곡밥 육개장 닭갈비 펜네크림소스조림 고들빼기무침	
저녁 잡곡밥 계란국 하이라이스 새송이볶음 미역초무침	잡곡밥 양송이버섯들깨국 가자미무조림 가지볶음 양배추쌈장무침	잡곡밥 시금치된장국 제육볶음 마늘쫄볶음 푸실리샐러드	잡곡밥 부대찌개 미트볼조림 취나물볶음 도라지초무침	잡곡밥 오징어무국 너비아니구이 감자조림 무짬지무침	
간식 찐옥수수	그릭요거트	바나나	망고파이	복숭아	

위 식단은 기관 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

- 원산지 표시 -

쌀-국내산 팔-중국산 배추김치-중국산 깍두기-국내산, 돼지고기-국내산, 닭고기-브라질산,

소고기-호주산,미국산, 동태-러시아산 참치캔-원양산

두부-외국산,오징어젓-중국산, 고등어-국내산, 황태채-러시아산, 가자미-러시아산, 오징어귀채-중국산