

2026년 09월 식단표

일자/요일		01(화)	02(수)	03(목)	04(금)	05(토)
점심		혼합잡곡밥 콩나물국 고추장불고기 연근땅콩마요 청경채굴소스볶음 포기김치	혼합잡곡밥 근대된장국 돈육김치볶음 온두부 어묵채소조림 숙주나물	혼합잡곡밥 북어무국 순살찜닭 시즈닝감자튀김 유채된장무침 포기김치	혼합잡곡밥 종합어묵탕 마파두부 고로케*케첩 양배추나물 포기김치	혼합잡곡밥 시래기된장국 돈채굴소스볶음 단호박마카로니샐러드 콩나물무침 포기김치
저녁		혼합잡곡밥 들깨우채국 해물볶음우동곤약 시금치두부무침 오복지무침 포기김치	혼합잡곡밥 소고기탕국 돈육가지볶음 햄감자조림 파래무무침 포기김치	혼합잡곡밥 미소국 카레라이스 만두강정 단무지무침 포기김치	혼합잡곡밥 청국장찌개 고등어무조림 토란대볶음 열무나물 포기김치	혼합잡곡밥 비지찌개 견과류치킨강정 엄지새송이조림 미역초무침 포기김치
일자/요일		07(월)	08(화)	09(수)	10(목)	11(금)
점심		혼합잡곡밥 홍합무국 돈육모듬장조림 어묵콩나물찜 푸실리샐러드 포기김치	혼합잡곡밥 계란탕 짜장 고추잡채 단무지무침 포기김치	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 목이버섯숯향불고기 고구마맛탕 오이지무침 포기김치	혼합잡곡밥 건새우아육국 춘천닭갈비 짜글이곤약장조림 부추두부무침 포기김치	혼합잡곡밥 청국장찌개 가지돈육불고기 단호박마카로니샐러드 해초무침 포기김치
저녁		혼합잡곡밥 맑은미역국 멘치까스*소스 실곤약야채무침 나물무침 포기김치	혼합잡곡밥 순두부새우젓국 오징어볶음 탕평채 나물무침 포기김치	혼합잡곡밥 유부장국 미트볼호박조림 우묵오리엔탈무침 열무나물 포기김치	혼합잡곡밥 고추장찌개 가자미구이 돈채숙주볶음 양념깻잎지 포기김치	혼합잡곡밥 콩나물국 돈육쪽참스테이크 시래기지짐 수제야채피클 포기김치
일자/요일		14(월)	15(화)	16(수)	17(목)	18(금)
점심		혼합잡곡밥 얼갈이된장국 간장불고기 감자튀김/케첩 오이부추무침 포기김치	혼합잡곡밥 콩나물국 순살치킨가스/소스 짬뽕버섯볶음 큰야채샐러드 포기김치	혼합잡곡밥 냉이된장국 오삼불고기 치자청포묵무침 양배추/쌈장 포기김치	혼합잡곡밥 소고기미역국 가자미구이 연근유자청무침 무생채 포기김치	혼합잡곡밥 북어탕국 순대닭갈비볶음 부추잡채 야채겉절이 포기김치
저녁		혼합잡곡밥 종합어묵국 고기완자햄볶음 시래기멸치지짐 물파래무무침 포기김치	혼합잡곡밥 유부김치국 돈육가지볶음 알감자조림 오복지무침 포기김치	혼합잡곡밥 북어계란국 미들볼고구마조림 버섯브로컬리볶음 단무지무침 포기김치	혼합잡곡밥 시래기된장국 마파두부 카레 오이지무침 포기김치	혼합잡곡밥 유부우동장국 해물덮밥 탕수만두 열무면장나물 포기김치
일자/요일		21(월)	22(화)	23(수)	24(목)	25(금)
점심		혼합잡곡밥 소고기탕국 돈육쪽참 콩나물무침 동지팔죽 포기김치	혼합잡곡밥 근대된장국 멘치까스*브라운소스 불어묵브로컬리조림 실곤약초무침 포기김치	혼합잡곡밥 소고기미역국 제육볶음 한식잡채 부추무생채 포기김치	혼합잡곡밥 우거지된장국 임연수구이 마늘종맛살볶음 물파래무침 포기김치	혼합잡곡밥 청국장찌개 훈제오리버섯볶음 만두강정 유채나물무침 포기김치
저녁		혼합잡곡밥 부추계란국 짜장 야채고로케*케첩 수제피클 포기김치	혼합잡곡밥 감자다시마국 두부탕수 맛살그린빈볶음 오복지무침 포기김치	혼합잡곡밥 아육된장국 순살닭도리탕 호박새우젓지짐 숙주나물 포기김치	혼합잡곡밥 바지락순두부국 돈육김치두루치기 멕시코샐러드 강황감자채볶음 도토리묵/양념장	혼합잡곡밥 감자계란국 코다리무조림 탕평채 백묵이유자샐러드 포기김치
일자/요일		28(월)	29(화)	30(수)		
점심		혼합잡곡밥 배추된장국 닭살깻잎볶음 짜글이곤약조림 청경채나물 포기김치	혼합잡곡밥 청국장찌개 고추잡채 브로컬리감자조림 콩나물무침 포기김치	혼합잡곡밥 김치콩나물국 가자미구이 불어묵브로컬리조림 감자사라다 포기김치		
저녁		혼합잡곡밥 어묵숙갓국 순살치킨가스/소스 삼색묵무침 레몬오리엔탈양배추샐러드 포기김치	혼합잡곡밥 유부우동장국 시금치카레 오징어청파래가스 짜사이무침 포기김치	혼합잡곡밥 채개장 소보로두부조림 세절햄마늘쫄볶음 미역초무침 포기김치		

* 비급여 *
1식 - 3,650원
간식 - 1,000원