

2024년 10월 식단표

			10월 01일	10월 02일	10월 03일	10월 04일	10월 05일	
중식	국		국군의날	기장밥 콩나물국 닭볶음탕 사각어묵볶음 수제장아찌 편고구마 방울증기떡	개천절	기장밥 어묵국 돈육카레덮밥 연근버섯조림 콩나물무침 소고기죽 식혜	기장밥 다시마우헛국 제육볶음 양배추찜*쌈장 오이생채 카스타드과자 오렌지쥬스	
			기장밥 맑은감자국 순대야채볶음 동부육지단우침 양념마늘종절임 맛김치	기장밥 우거지된장국 돈체피망볶음 김치전 무편지우침 맛김치	기장밥 감자탕 돈채무조림 실곤약샐러드 콩나물무침 맛김치	기장밥 사골해장국 미니돈가스강정 새송이버섯볶음 미역초무침 맛김치	기장밥 사골해장국 참치두부조림 맛살야채볶음 부추겉절이 맛김치	
석식	국		10월 07일	10월 08일	10월 09일	10월 10일	10월 11일	
중식	국		기장밥 맑은미역국 함박데리조림 맛살야채볶음 오이생채 맛김치 계란야채죽 콩찰떡	기장밥 콩나물국 돈육김치두부찌기 온두부찜 콩나물김가루우침 맛김치 수제빵 떠먹는요거트+크레커	한글날	기장밥 김치순두부국 돈불고기덮밥 양배추샐러드*흑임자D 숙주나물 맛김치 달콤하니빵 콘샐러드샌드위치	기장밥 뼈없는감자탕 동그랑땡조림 육이버섯볶음 무나물 맛김치 돈민찌새송이죽 수정과	기장밥 닭곰탕 도토리묵우침 어묵볶음 얼갈이겉절이 맛김치 초코파이 이온음료
			기장밥 홍합국 통마늘닭살볶음 메곤조림 무편지우침 맛김치	기장밥 버섯된장국 마파두부소스 마카로니샐러드 오복지 맛김치	기장밥 비지찌개 후랑크야채볶음 건파래볶음 청경채나물 맛김치	기장밥 순댓국 해물콩나물찜 미역줄기볶음 부추겉절이 맛김치	기장밥 근대된장국 햄감자조림 시래기무조림 깻잎지 맛김치	기장밥 수제비국 고등어구이 연근조림 양념마늘종지 맛김치
석식	국		10월 14일	10월 15일	10월 16일	10월 17일	10월 18일	
중식	국		기장밥 어묵국 안동찜닭 김자반 콩나물무침 맛김치 소고기죽 미니와플	기장밥 순두부백탕 소고기덮밥 그린샐러드*오리엔탈D 무생채 맛김치 수제빵 누룽지탕	기장밥 홍합살미역국 돈육장조림 탕평채 수제장아찌 맛김치 편감자 아이스경단	기장밥 콩나물국 오돈불고기 보리새우무조림 오이생채 맛김치 빅슈크림빵 고구마샌드위치	기장밥 육개장 카레소스 어묵야채볶음 미역야채무침 맛김치 한방닭죽 햄치즈토스트	기장밥 다시마우헛국 묵은지닭조림 호박볶음 치커리겉절이 맛김치 오메스 베지밀두유
			기장밥 돈육김치찌개 미트볼조림 해물부추전 오복지우침 맛김치	기장밥 배추된장국 민찌감자조림 미역줄기볶음 부추겉절이 맛김치	기장밥 사골해장국 두부전*양념장 버섯들깨우침 양념깻잎지 맛김치	기장밥 호박수제비국 우렁강된장 양배추찜 숙주나물 맛김치	기장밥 맑은감자국 순대야채볶음 연근시저샐러드 마늘종장아찌 맛김치	기장밥 두부새우젓국 동그랑땡볶음 천사채마요우침 무편지우침 맛김치
석식	국		10월 21일	10월 22일	10월 23일	10월 24일	10월 25일	
중식	국		기장밥 맑은미역국 제육볶음 마카로니샐러드 얼갈이겉절이 맛김치 돈민찌새송이죽 한입약과	기장밥 청국장찌개 뼈없는닭갈비 동부육지단우침 콩나물김가루우침 맛김치 수제빵 마시는요플레	기장밥 백종면국 짜장덮밥 사각어묵볶음 오이양파우침 맛김치 편단호박 안홍편병	기장밥 팽이계란국 돈체피망볶음 맛살야채볶음 미역초무침 맛김치 빅단팔방 감자샌드위치	기장밥 김치콩나물국 간장찜닭 새송이초우침 들깨무나물 맛김치 낙지김치죽 버터롤병	기장밥 순두부국 모듬장조림 도토리묵우침 숙주나물 맛김치 에이스,뽕또 초코우유
			기장밥 유부장국 후랑크야채볶음 연근조림 부추겉절이 맛김치	기장밥 어묵탕 미트볼피망볶음 김치전 치커리유자청우침 맛김치	기장밥 시래기된장국 동그랑땡전 실곤약우침 오복지 맛김치	기장밥 온도토리묵국 민찌감자조림 우엉잡채 깻잎지 맛김치	기장밥 설렁탕 해물콩나물찜 건파래볶음 양파장아찌 맛김치	기장밥 북어계란국 미니돈가스강정 미역줄기볶음 오이지우침 맛김치
석식	국		10월 28일	10월 29일	10월 30일	10월 31일		
중식	국		기장밥 콩나물국 닭볶음탕 탕평채 열무겉절이 맛김치 한방닭죽 꿀호떡	기장밥 비지감자탕 미트볼조림 어묵볶음 무생채 맛김치 수제빵 누룽지탕	기장밥 순두부계란국 유산슬소스 도토리묵우침 청경채나물 맛김치 편고구마 약밥	기장밥 팽이된장국 돈육그린빈스볶음 불어묵조림 해초우침 맛김치 등근달방 햄계란핸드위치		
			기장밥 짬뽕수제비국 두부구이*양념장 콘샐러드 꼬시래기우침 맛김치	기장밥 알탕 순대야채볶음 버섯들깨우침 무편지채 맛김치	기장밥 청국장찌개 동그랑땡볶음 건파래볶음 오복지 맛김치	기장밥 보리새우뚝국 야채계란찜 시래기조림 배추나물 맛김치		
석식	국							