

9월 식단표

일자/요일		01(화)	02(수)	03(목)	04(금)	05(토)
점심		혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥
		콩나물국	근대된장국	북어무국	종합어묵탕	시래기된장국
		고추장불고기	돈육김치볶음	순살찜닭	마파두부	돈채굴소스볶음
		연근땅콩마요	온두부	시즈닝감자튀김	고로케*케첩	단호박마카로니샐러드
		청경채굴소스볶음	어묵채소조림	유채된장무침	양배추나물	콩나물무침
		포기김치	숙주나물	포기김치	포기김치	포기김치
저녁		혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥
		둘깨무채국	소고기탕국	미소국	청국장찌개	비지찌개
		해물볶음우동곤약	돈육가지볶음	카레라이스	고등어무조림	견과류치킨강정
		시금치두부무침	햄감자조림	만두강정	토란대볶음	엄지새송이조림
		오복지무침	파래무무침	단무지무침	열무나물	미역초무침
		포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
일자/요일	07(월)	08(화)	09(수)	10(목)	11(금)	12(토)
점심	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥
	홍합무국	계란탕	쇠고기미역국	건새우아욱국	청국장찌개	우거지된장국
	돈육모듬장조림	짜장	목이버섯숯향불고기	준천닭갈비	가지돈육불고기	임연수구이
	어묵콩나물찜	고추잡채	고구마맛탕	짜글이곤약장조림	단호박마카로니샐러드	미역줄기볶음
	푸실리샐러드	단무지무침	오이지무침	부추두부무침	해초무침	콩나물무침
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
저녁	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥
	맑은미역국	순두부새우젓국	유부장국	고추장찌개	콩나물국	순두부찌개
	멘치까스*소스	오징어볶음	미트볼호박조림	가자미구이	돈육쪽찜스테이크	닭살카레볶음
	실곤약야채무침	탕평채	우무묵오리엔탈무침	돈채숙주볶음	시래기지짐	애호박새우젓지짐
	나물무침	나물무침	열무나물	양념깻잎지	수제야채피클	짜사이무침
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
일자/요일	14(월)	15(화)	16(수)	17(목)	18(금)	19(토)
점심	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥
	얼갈이된장국	콩나물국	냉이된장국	소고기미역국	북어탕국	청국장찌개
	간장불고기	순살치킨까스/소스	오삼불고기	가자미구이	순대닭갈비볶음	콩나물불고기
	감자튀김/케첩	팜뽕버섯볶음	치자청포묵무침	연근유자청무침	부추잡채	어묵채볶음
	오이부추무침	큰야채샐러드	양배추/쌈장	무생채	야채겉절이	유채나물
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
저녁	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥
	종합어묵국	유부김치국	북어계란국	시래기된장국	유부우동장국	감자양파국
	고기완자햄볶음	돈육가지볶음	미를불고구마조림	마파두부	해물덮밥	고등어무조림
	시래기멸치지짐	알감자조림	버섯브로컬리볶음	카레	탕수만두	애호박맛살지짐
	물파래무무침	오복지무침	단무지무침	오이지무침	열무된장나물	무말랭이무침
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치

2026.09.01

9월 식단표

일자/요일	21(월)	22(화)	23(수)	24(목)	25(금)	26(토)
점심	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥
	소고기탕국	근대된장국	소고기미역국	우거지된장국	청국장찌개	북어해장국
	돈육쪽찜	멘치까스*브라운소스	제육볶음	임연수구이	훈제오리버섯볶음	안동찜닭
	콩나물무침	불어묵브로컬리조림	한식잡채	마늘종맛살볶음	만두강정	토란대볶음
	동지팔죽	실곤약초무침	부추무생채	물파래무침	유채나물무침	아몬드단호박샐러드
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
저녁	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥
	부추계란국	감자다시마국	아욱된장국	바지락순두부국	감자계란국	미역국
	짜장	두부탕수	순살닭도리탕	돈육김치두루치기	코다리무조림	파리고추모듬장조림
	야채고로케*케첩	맛살그린빈볶음	호박새우젓지짐	멕시코샐러드	탕평채	어묵채두반소스볶음
	수제피클	오복지무침	숙주나물	강황감자채볶음	백묵이유자샐러드	나물무침
	포기김치	포기김치	포기김치	도토리묵/양념장	포기김치	포기김치
일자/요일	28(월)	29(화)	30(수)			
점심	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥			
	배추된장국	청국장찌개	김치콩나물국			
	닭살갯잎볶음	고추잡채	가자미구이			
	짜글이곤약조림	브로컬리감자조림	불어묵브로컬리조림			
	청경채나물	콩나물무침	감자사라다			
	포기김치	포기김치	포기김치			
저녁	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥	혼합잡곡밥			
	어묵숙갓국	유부우동장국	채개장			
	순살치킨까스/소스	시금치카레	소보로두부조림			
	삼색묵무침	오징어청파래까스	세절햄마늘종볶음			
	레몬오리엔탈양배추샐러드	짜사이무침	미역초무침			
	포기김치	포기김치	포기김치			