

2026년 8월 식단표

구분	월	화	수	목	금	토
	31					1
중식	잡곡밥 오이냉국 코다리조림 콩나물무침 깨순나물.배추김치					잡곡밥 아욱된장국 제육볶음 깨순나물볶음 우엉채볶음.배추김치
간식	사과당근주스					쿠키
석식	잡곡밥 아욱국 파리고추멸치조림 양배추찜/양념장 김구이.배추김치					잡곡밥 콩나물국 두부구이/양념장 호박나물볶음. 김구이.배추김치
	3	4	5	6	7	8
중식	잡곡밥 미역오이냉국 오리훈제무침. 고추장아찌 매콤가지나물.배추김치	잡곡밥 배추된장국 코다리조림 콩나물무침 오이지무침.배추김치	잡곡밥 달걀장 마늘종장아찌 파리고추멸치조림 고구마순나물.배추김치	잡곡밥 호박찌개 비름나물무침 도라지나물볶음 오이노각무침.배추김치	잡곡밥 아욱국 계란말이 파리고추멸치볶음 가지무침.배추김치	잡곡밥 배추된장국 제육볶음 양배추찜/양념장 감자삼채나물.배추김치
간식	자른फल	요플레	요구르트	메밀차	쌀과자	우유
석식	잡곡밥 근대국 잔멸치볶음 부추계란볶음 브로콜리/초장.배추김치	잡곡밥 황태무국 파프리카숙주나물 마늘종진미채볶음 김구이.배추김치	잡곡밥 영양죽 매추리알곤약조림 오징어젓갈무침 호박나물.배추김치	잡곡밥 근대국 당근안심조림 참나물초무침 돌자반.배추김치	잡곡밥 쇠고기무국 느타리버섯볶음 고추장아찌 미역줄기볶음.배추김치	잡곡밥 순두부 호박나물볶음 계란찜 마늘종장아찌.배추김치
	10	11	12	13	14	15
중식	잡곡밥 아욱국 깨순나물 부추계란볶음 코다리조림.배추김치	잡곡밥 근대국 안심야채볶음 김자반무침 콩나물무침.배추김치	잡곡밥 배추된장국 오징어볶음 우엉채조림 매콤감자조림.배추김치	잡곡밥 미역오이냉국 오이지무침 잔멸치볶음 알감자조림.배추김치	잡곡밥 김치콩나물국 연근조림 돼지갈비찜 숙것나물.배추김치	잡곡밥 시금치국 고등어조림 오이노각무침 메추리알장조림.배추김치
간식	포도주스	요플레	크래커	오미자차	수박	우유
석식	잡곡밥 콩나물국 매콤오이무침 매추리알장조림 김구이.배추김치	잡곡밥 쇠고기무국 고구마순나물 매콤오뎡볶음 돌자반.배추김치	잡곡밥 영양죽 숙것나물 도토리묵/달래장 가지매콤무침.배추김치	잡곡밥 근대국 호박나물 계란찜 느타리버섯볶음.배추김치	잡곡밥 오뎡탕 오징어젓갈무침 브로콜리두부무침 우엉채조림.배추김치	잡곡밥 순두부 안심야채볶음 미역줄기볶음 두부조림.배추김치
	17	18	19	20	21	22
중식	잡곡밥 쇠고기무국 매추리알장조림 김자반무침 두부조림.배추김치	잡곡밥 아욱국 고등어조림 고구마순나물 부추계란볶음.배추김치	잡곡밥 돈육김치찌개 파리고추멸치볶음 굴소스가지조림 도토리묵새싹무침.김치	잡곡밥 얼가리된장국 코다리조림 연근조림 무생채.배추김치	잡곡밥 카레 콩나물무침 흑임자도라지볶음 오이지무침.배추김치	잡곡밥 근대된장국 제육볶음 양배추찜/양념장 깨순나물.배추김치
간식	감귤주스	요플레	요구르트	자두	유산균음료	우유
석식	잡곡밥 배추된장국 근대된장무침 잔멸치야채볶음 오이노각무침.배추김치	잡곡밥 황태무국 시금치나물 야채청포묵무침 우엉채나물.배추김치	잡곡밥 들깨미역국 감자삼색나물 오뎡볶음 안심조림.배추김치	잡곡밥 얼큰콩나물국 계란찜 얼큰오징어볶음 돌자반.배추김치	잡곡밥 숙것오뎡국 표고버섯볶음 파리고추간장무침 두부구이.배추김치	잡곡밥 사골만두국 부추계란볶음 호박나물 참나물무침.배추김치
	24	25	26	27	28	29
중식	잡곡밥 미역오이냉국 이면수튀김 브로콜리/초장 매콤가지조림.배추김치	잡곡밥 황태콩나물국 김자반무침 흑임자연근조림 안심조림.배추김치	잡곡밥 된장찌개 콩나물무침 오이지무침 잔멸치볶음.배추김치	잡곡밥 쇠고기무국 고등어조림 호박나물 부추계란볶음.배추김치	잡곡밥 돈육김치찌개 표고버섯굴소스볶음 참나물초무침 도라지오이무침.배추김치	잡곡밥 호박찌개 제육볶음 고구마순나물 오이노각무침.배추김치
간식	망고주스	요플레	요구르트	매실차	유산균음료	우유
석식	잡곡밥 아욱국 잔멸치볶음 감자채나물 김구이.배추김치	잡곡밥 배추된장국 흑임자도라지나물 두부구이/양념간장 오징어젓갈무침.배추김치	잡곡밥 들깨미역국 숙것나물무침 오징어두루치기 브로콜리두부무침.김치	잡곡밥 근대국 파리고추간장무침 삼색채나물 시금치나물.배추김치	잡곡밥 얼가리된장국 근대된장무침 느타리버섯볶음 부추계란볶음.배추김치	잡곡밥 김치콩나물국 매콤오뎡볶음 미나리초무침 돌자반.배추김치

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.