

2026년 08월 식단표 영양사 : 인 * 진

월/일		점심	변경시메뉴	비고	간식	
토요일 1일		보리밥 카레 오이무침 두부조림 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
652	17					
월요일 3일		백미밥 미역국 브로컬리두부무침 호박볶음 고등어구이 열무김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
737	31					
화요일 4일		백미밥 북어국 묵무침 가지찜 비름나물 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
610	19					
수요일 5일		조밥 소고기국 연근조림 아삭이된장무침 잡채 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
755	29					
목요일 6일		보리밥 콩나물김치국 감자채볶음 양배추겉절이 닭볶음탕 열무김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
770	30					
금요일 7일		백미밥 된장국 두부조림 도라지무침 열갱이구이 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
732	29					
토요일 8일		조밥 짜장 단무지무침 오징어초무침 시래기볶음 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
773	25					

원산지	쌀:국산배추:국산고춧가루:국산돼지고기:국산 소고기:국산및호주산닭고기:국산생선:국산및러시아야채:국산
-----	---

상기식단은사정에따라변경될수있습니다

2026년 08월 식단표 영양사 : 인 * 진

월/일		점심	변경시메뉴	비고	간식	
월요일 10일		콩밥 맑은 순두부국 오뎅볶음 숙주무침 돼지불고기 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
785	33					
화요일 11일		흑미밥 청국장 멸치볶음 양배추무침 참치구이 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
782	32					
수요일 12일		백미밥 콩나물냉국 느타리볶음 미역줄기볶음 오리고기 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
703	25					
목요일 13일		콩밥 알탕 묵나물볶음 깨순볶음 메추리알조림 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
695	31					
금요일 14일		백미밥 반계탕 오이도라지무침 참나물 전 깍두기			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
805	35					
토요일 15일		조밥 감자국 표고버섯 볶음 동그랑땡 가자미구이 김치		광복절	오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
783	27					
월요일 17일		백미밥 미역오이냉국 노각무침 곤약조림 수육 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
672	32					

원산지	쌀:국산배추:국산고춧가루:국산돼지고기:국산 소고기:국산및호주산닭고기:국산생선:국산및러시아야채:국산
-----	---

상기식단은사정에따라변경될수있습니다

2026년 08월 식단표 영양사 : 인 * 진

월/일		점심	변경시메뉴	비고	간식	
화요일 18일		보리밥 카레 오이무침 두부조림 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
652	17					
수요일 19일		백미밥 미역국 브로컬리두부무침 호박볶음 고등어구이 열무김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
737	31					
목요일 20일		백미밥 복어국 묵무침 가지찜 비름나물 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
610	19					
금요일 21일		조밥 소고기국 연근조림 아삭이된장무침 잡채 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
755	29					
토요일 22일		보리밥 콩나물김치국 감자채볶음 양배추겉절이 닭볶음탕 열무김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
770	30					
월요일 24일		백미밥 된장국 두부조림 도라지무침 열갱이구이 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
732	29					
화요일 25일		조밥 자장밥 단무지무침 오징어초무침 시레기볶음 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
773	25					

원산지	쌀:국산배추:국산고춧가루:국산돼지고기:국산 소고기:국산및 호주산닭고기:국산생선:국산및러시아야채:국산
-----	--

상기식단은사정에따라변경될수있습니다

2026년 08월 식단표 영양사 : 인 * 진

월/일		점심	변경시메뉴	비고	간식	
수요일 26일		콩밥 순두부맑음국 오뎅볶음 숙주무침 돼지불고기 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
785	33					
목요일 27일		흑미밥 청국장 멸치볶음 양배추무침 콩치구이 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
782	32					
금요일 28일		백미밥 콩나물냉국 느타리볶음 미역줄기볶음 오리고기 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
703	25					
토요일 29일		콩밥 알탕 묵나물볶음 깨순볶음 메추리알조림 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
695	31					
월요일 31일		조밥 감자국 표고버섯 볶음 동그랑땡 가자미구이 김치			오전	오곡차
열량	단백질				오후	요쿠르트
805	35					

원산지	쌀:국산배추:국산고춧가루:국산돼지고기:국산 소고기:국산및호주산닭고기:국산생선:국산및러시아야채:국산
-----	---

상기식단은사정에따라변경될수있습니다