2026년 8월 그랜드오피스푸드 식단표 영양사

일자/요일	31(월)					1(토)
점심	잡곡밥					잡곡밥
	얼갈이된장국					들깨미역국
	훈제오리볶음					닭고기장조림
	오이생채					미역줄기볶음
	배추나물					후르츠콘샐러드
	포기김치					포기김치
열량	662kcal					658kcal
저녁	잡곡밥					잡곡밥
	도토리온국					비지찌개
	생선까스/소스					미트볼커리조림
	우엉조림					부추오이무침
	열무무침					숙주나물
	포기김치					포기김치
열량	652kcal					660kcal
일자/요일	3(월)	4(화)	5(수)	6(목)	7(금)	8(토)
점심	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	토란탕	오이냉국	도토리온국	근대된장국	어묵국	들깨미역국
	숯불향제육볶음	안동찜닭	돈불고기	제육볶음	춘천닭갈비	돈육김치볶음
	열무생채	콩나물무침	비빔야채무침	불어묵볶음	브로콜리흑임자무침	마늘쫑볶음
	부추무침	천사채마요샐러드	숙주나물	다시마채초장무침	무짠지채무침	단무지무침
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
열량	658kcal	666kcal	664kcal	668kcal	650kcal	654kcal
저녁	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	호박국	비지찌개	유채된장국	바지락미역국	수제비국	시래기된장국
	순대볶음	건새우무우조림	코다리강정	탕평채	가자미구이	동그랑땡
	새송이볶음	물만두튀김	새송이버섯볶음	감자채볶음	들깨느타리볶음	상추겉절이
	다시마채무침	청경채무침	모둠채소겉절이	오이생채	마카로니콘샐러드	병아리콩조림
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
열량	660kcal	674kcal	654kcal	658kcal	656kcal	664kcal
일자/요일	10(월)	11(화)	12(수)	13(목)	14(금)	15(토)
점심	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	근대된장국	대파육개장	어묵국	김치콩나물국	닭곰탕	오이냉국
	생선까스/소스	제육볶음	목은지닭볶음	꽈리돈불고기	훈제오리볶음	돈찜
	고구마순볶음	연근조림	단무지무침	우엉조림	감자조림	청경채무침
	해초샐러드	고구마샐러드	치커리유자생채	겨자냉채	다시마채초장무침	느타리버섯볶음
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
열량	660kcal	650kcal	660kcal	656kcal	658kcal	656kcal
저녁	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	사골우거지국	순두부찌개	아욱된장국	두부탕국	맑은콩나물국	호박국
	카레	순살치킨	고등어구이	돈까스/소스	떡갈비	마파두부
	우엉조림	얼지새송이볶음	오이생채	부추참나물생채	청포묵무침	오이맛살무침
	배추된장나물	무생채	모둠채소겉절이	짜사이무침	숙주나물	배추나물
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
열량	652kcal	658kcal	656kcal	650kcal	654kcal	654kcal
일자/요일	17(월)	18(화)	19(수)	20(목)	21(금)	22(토)
점심	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	북어콩나물국	유채된장국	무채새우젓국	바지락미역국	어묵국	얼갈이된장국
	안동찜닭	돈육춘장볶음	카레닭볶음	떡갈비	메추리알돈조림	숯불향제육볶음
	콩나물무침	청포묵김가루무침	미역초장무침	상추겉절이	콩나물무침	열무무침
	마카로니범벅	양배추찜&쌈장	콩알새송이볶음	단무지무침	참나물생채	양파장아찌
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
열량	658kcal	668kcal	664kcal	654kcal	668kcal	652kcal
저녁	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	북어미역국	콩나물국	두부계란국	유부콩나물국	북어해장국	비지찌개
	순대볶음	미트볼커리조림	생선까스/소스	코다리조림	멸치햄어묵볶음	고등어구이
	볼어묵볶음	청경채겉절이	배추나물	감자곤약조림	건새우마늘쫑볶음	느타리호박볶음
	새우젓호박볶음	맛살숙주볶음	오이샐러드	부추생채	치커리유자무침	옥수수콘샐러드
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
열량	650kcal	662kcal	652kcal	648kcal	652kcal	656kcal
일자/요일	24(월)	25(화)	26(수)	27(목)	28(금)	29(토)
점심	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	두부탕국	소고기미역국	순살감자탕	곤드레된장국	고사리해장국	어묵국
	간장닭조림	제육볶음	춘천닭갈비	감자무우조림	순대볶음	안동찜닭
	다시마채무침	콩나물무침	얼갈이무침	청포묵김가루무침	마늘쫑볶음	숙주나물
	부추무침	양배추쌈&쌈장	천사채샐러드	블루베리샐러드	배추나물	상추쌈&쌈장
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
열량	658kcal	656kcal	664kcal	656kcal	652kcal	664kcal
저녁	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	시금치된장국	북어계란국	근대된장국	콩나물국	순두부무국	수제비국
	도토리묵무침	탕수육	돈까스/소스	마파두부	가자미구이	탕평채
	새송이볶음	브로콜리볶음	새송이초장무침	사각어묵볶음	돈나물&초장	감자곤약조림
	청경채나물	상추겉절이	볼어묵볶음	열무겉절이	감자샐러드	근대나물
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
열량	650kcal	665kcal	662kcal	652kcal	656kcal	668kcal

식단표는 물품 수급 사정에 의해 변경 될 수 있습니다.

쌀(밥):국내산,현미:국내산,누룽지(쌀:국내산)/배추김치:중국산/고추가루:중국산/콩류(두부,청국장,콩비지:수입산)/어묵(연육:중국산,베트남산)/햄류(돈육:국내산,계육:국내산)/분홍소시지(연육:수입산,돈육:국내산)/바지락살,홍합살:중국산/고등어:노르웨이산/코다리,동태:러시아산/닭정육:브라질산/대닭:국내산/

돈육:국내산/우육:호주산/돈까스(돈육:국내산)/미트볼(계육:국내산)/동그랑땡(돈육,계육:국내산)/오징어:페루산/게맛살(연육:미국,인도,베트남)/냉동야채:중국산/절임류:중국산