

구분	일(10.18)	월(10.19)	화(10.20)	수(10.21)	목(10.22)	금(10.23)	토(10.24)
점심 식단		잡곡밥 닭개장 소고기육전 파채무침 청경채나물 깍두기(무절임) (537kcal)	보리밥 북어국 돼지갈비찜 치커리유자무침 고사리나물 배추김치 (539kcal)	잔치국수 잡곡밥(소) 멘보샤 표고버섯볶음 깍두기(무절임) (479kcal)	현미밥 근대된장국 우삼겹채소볶음 사각어묵볶음 참나물겉절이 배추김치 (681kcal)	잡곡밥 부추조갯살국 돼지고기마늘구 이 브로콜리숙회 숙주나물 배추김치 (521kcal)	잡곡밥 우동장국 생선까스&타르소 스 과일샐러드 오이피클 배추김치 (691kcal)
저녁 식단		쌀밥 콩나물국 온두부찜&양념장 베이컨양파볶음 깻잎순나물 배추김치 (603kcal)	쌀밥 유부국 훈제오리구이 미니새송이버섯 조림 오이들깨볶음 배추김치 (630kcal)	쌀밥 시래기국 가자미양념찜 가지나물 아욱된장무침 배추김치 (480kcal)	쌀밥 미역국 닭안심조림 진미채볶음 양배추무침 깍두기(무절임) (458kcal)	쌀밥 콩비지찌개 삼치구이 메밀묵들기름무 침 건파래자반 배추김치 (653kcal)	쌀밥 사골파국 돈육김치찜 잔멸치볶음 깻잎순나물 백김치 (549kcal)
오전 간식		수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트
구분	일(10.25)	월(10.26)	화(10.27)	수(10.28)	목(10.29)	금(10.30)	토(10.31)
점심 식단	잡곡밥 콩가루배추국 소고기피망볶음 도토리묵무침 애호박나물 깍두기(무절임) (553kcal)	보리밥 임자탕 제육고추장불고 기 모듬숙쌈&쌈장 부추양파무침 배추김치 (614kcal)	잡곡밥 황태채무국 닭볶음탕 우엉조림 오이무침 배추김치 (497kcal)	들깨칼국수 잡곡밥(소) 새우살전 새송이버섯볶음 배추김치 (948kcal)	흑미밥 근대된장국 돈삼겹수육 알배추쌈&쌈장 가지나물 배추김치 (567kcal)	잡곡밥 물만두국 오징어볶음 메밀묵&양념장 청경채겉절이 배추김치 (574kcal)	잡곡밥 올갱이국 닭다리살마늘구 이 취나물무침 무생채 배추김치 (468kcal)
저녁 식단	쌀밥 순두부국 완자조림 잡채 아삭이고추된장 무침 배추김치 (663kcal)	쌀밥 시금치된장국 오리주물럭 애너타리버섯볶 음 열무나물 배추김치 (480kcal)	쌀밥 김치찌개 돈육장조림 가지찜 근대나물 깍두기(무절임) (516kcal)	쌀밥 맑은배추국 소불고기 볼어묵조림 양념깻잎지 깍두기(무절임) (572kcal)	쌀밥 달걀국 코다리양념찜 브로콜리숙회&초 고추장 김구이 배추김치 (630kcal)	쌀밥 콩나물국 소고기채소볶음 얼갈이무침 양파절임 배추김치 (498kcal)	쌀밥 부대찌개 달걀말이 애호박볶음 토란대나물 깍두기(무절임) (561kcal)
오전 간식	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트

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

※ 원산지 표시 : -국산 : 쌀, 돈육, 계육, 오리, 김치(배추, 고춧가루)

고등어, 오징어

-호주산 : 쇠고기

-모로코 : 갈치

-러시아 : 명태

-중국산 : 조기, 꽃게, 낙지

-외국산(미국, 캐나다, 호주) : 두부, 비지

-미국산 : 베이컨