

2025년 09월 식단표(1주~2주)

		01(월)	02(화)	03(수)	04(목)	05(금)	06(토)
점심		흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	카레덮밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥
		청경채맑은국	감자국	팽이버섯장국	달걀국	콩나물국	가지탕국
		쇠불고기	갈치조림	치킨까스&소스	해물찜	제육볶음	두부구이&양념장
		숙주나물	표고버섯볶음	양상추샐러드	고사리나물	애호박나물	호두조림
		오이생채	근대나물	배추김치	치커리유자청무침	깻잎겉절이	참나물무침
		물김치	배추김치		배추김치	배추김치	배추김치
저녁		흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥
		육개장	아욱국	유부맑은국	모듬버섯국	꽃게탕	맑은쇠고기국
		두부부침&양념장	고추장찜닭	쇠고기당면볶음	가자미구이	햄감자채볶음	새우살채소조림
		잔멸치조림	취나물볶음	검은콩조림	숙갓나물	고구마순나물	파프리카볶음
		양파간장절임	열무무침	부추나물	무생채	상추겉절이	도라지무침
		배추김치	배추김치	배추김치	물김치	깍두기	배추김치
오전 간식		토마토주스	요플레	유산균음료	브로콜리스프	우유	호상요구르트
		견과류죽	들깨무죽	돈육채소죽	김치죽	브로콜리죽	누룽지죽
	07(일)	08(월)	09(화)	10(수)	11(목)	12(금)	13(토)
점심	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥 1/2공기	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥
	닭개장	뼈없는돈육감자탕	물만둣국	오징어국	잔치국수	매콤쇠고기국	북어미역국
	물파래옥수수전	해물완자전	동태조림	고추장불고기	육전	비엔나볶음	온두부&양념장
	마늘쫄볶음	애호박볶음	검은콩자반	파프리카볶음	맛살채소겨자무침	느타리버섯나물	고구마순나물
	풋고추&쌈장	메추리알마요샐러드	취나물무침	상추쌈&쌈장	배추김치	황도샐러드	볶음김치
	배추김치	배추김치	배추김치	물김치		배추김치	동치미
저녁	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥
	들깨미역국	백콩비지국	설렁탕	부대찌개	유부맑은국	참치김치찌개	애호박맑은국
	돈육간장볶음	쇠고기장조림	미트볼채소볶음	버섯탕수	닭볶음탕	달걀말이	오징어간장볶음
	느타리버섯나물	진미채볶음	비빔소면무침	연두부&양념장	가자나물	고사리당근볶음	매콤콩나물무침
	청경채겉절이	아욱나물	양념깻잎지	연근흑임자샐러드	구이김	브로콜리나물	마카로니샐러드
	깍두기	깍두기	배추김치	깍두기	배추김치	깍두기	배추김치
오전 간식	검은콩두유	쌀음료	요플레	유산균음료	크림스프	저지방우유	호상요구르트
	흰살생선죽	쇠고기죽	닭가슴살부추죽	누룽지죽	돈육된장죽	감자타락죽	들깨무죽

2025년 09월 식단표(3주~4주)

	14(일)	15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금)	20(토)
점심	흰쌀밥/잡곡밥	김치볶음밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	토마토스파게티
	썩갠어묵국	우동장국	미소된장국	고추장찌개	쇠고기샤브국	부추맑은국	가다랑어포국
	춘천닭갈비	새우튀김&소스	오리훈제구이	토마토달걀볶음	두부부침	쇠고기당근볶음	함박스테이크볶음
	숙주나물무침	코울슬로	깻잎무쌈	진미채조림	애호박볶음	매콤콩나물무침	채소피클
	모듬쌈&쌈장	김구이	고구마범벅	브로콜리나물	파프리카초무침	명이나물절임	배추김치
	나박김치		배추김치	배추김치	배추김치	물김치	
저녁	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥
	매콤감자국	순두부찌개	바지락맑은국	쇠고기탕국	시금치달걀국	뼈없는돈육감자탕	고사리들깨국
	갈치구이	닭살구이	쇠불고기	동그랑땡조림	삼치양념찜	메밀파전	주꾸미볶음
	취나물볶음	알마늘절임	감자조림	아욱나물무침	취나물무침	잔멸치볶음	단호박꿀찜
	청포묵무침	들깨무나물	호박잎숙쌈	아삭이고추&쌈장	건파래자반	양파&쌈장	청경채겉절이
	깍두기	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	동치미	배추김치
오전 간식	고칼슘두유	포도주스	요플레	유산균음료	당근스프	우유	호상요구르트
	홍합죽	달걀죽	청경채양파죽	유부채소죽	해물누룽지죽	흰살생선죽	달걀죽
	21(일)	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)	27(토)
점심	표고버섯영양밥	흰쌀밥/잡곡밥	짜장덮밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥
	청국장국	고추장찌개	달걀국	곰국	부대찌개	닭개장	무쌈국
	가자미카레구이	돼지목살구이	한식잡채	메밀전병	치즈달걀말이	두부볶음	쇠불고기
	오이생채	가지나물무침	짜사이무침	부추나물	마늘쫘볶음	파리고추찜	가지볶음
	배추김치	파채겉절이	배추김치	오징어젓무침	김자반	양파간장절임	알배추겉절이
		깍두기		깍두기	깍두기	배추김치	파김치
저녁	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	유부주먹밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥
	수제비국	건새우아욱국	쇠고기무국	들깨미역국	미소장국	버섯매운탕	온도토리묵국
	묵은지닭찜	토마토달걀볶음	온두부&양념장	쇠고기찜	크림떡볶이	고등어구이	돈육장조림
	우엉조림	잔멸치조림	어묵볶음	치커리사과무침	양상추샐러드	연근조림	숙주나물무침
	참나물샐러드	땅콩무침	깻잎겉절이	양배추나물	깍두기	취나물무침	오이생채
	깍두기	배추김치	배추김치	깍두기		배추김치	배추김치
오전 간식	검은콩두유	오렌지주스	요플레	유산균음료	양송이스프	저지방우유	호상요구르트
	검은깨죽	단호박죽	참치채소죽	청경채죽	누룽지죽	고구마타락죽	닭살죽

2025년 09월 식단표(5주)

	28(일)	29(월)	30(화)				
점심	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	중화비빔밥				
	콩나물국	김치찌개	&달걀후라이				
	꼬마떡갈비조림	가자미구이	실파맑은국				
	잔멸치볶음	양배추나물	찐만두				
	참나물무침	연근흑임자샐러드	단무지				
	배추김치	깍두기	배추김치				
저녁	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥	흰쌀밥/잡곡밥				
	설렁탕	아욱국	추어탕				
	오징어김치전	오리주물럭	동그랑땡조림				
	감자조림	단호박찜	고구마순볶음				
	부추겉절이	파프리카초무침	양파간장절임				
	배추김치	배추김치	배추김치				
오전 간식	고칼슘두유	알로에주스	요플레				
	황태죽	당근두부죽	쇠고기가지죽				

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

※ 원산지 표시 : 쌀, 찹쌀-국내산 배추김치-국내산, 중국산 돼지고기-국내산, 미국산 닭고기-국내산, 브라질산 소고기-호주산, 미국산 오리고기-국내산, 수입산 동태, 코다리-러시아산, 수입산 갈치-모로코산, 수입산 참치(캔)-원양산 오징어-국내산 햄(돈, 계육)-국내산, 수입산 두부, 순두부(콩)-외국산 오징어젓-중국산 고등어-국내산 북어채-러시아산 전복-국내산

식단표 제공_부산진구 어린이·사회복지급식관리지원센터