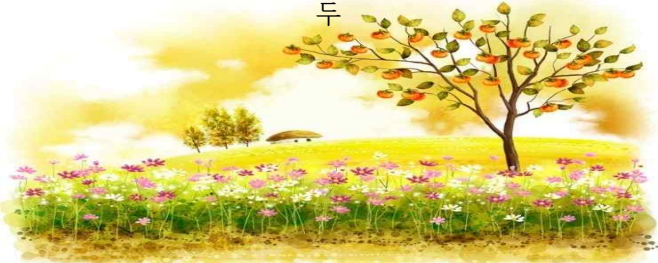


	월	화	수	목	금	토
점심	2026년 10월 식단표 			1	2	3
				잡곡밥 버섯매운탕 소고기짜장볶음 오이생채 도라지나물 배추김치 두유/양갱 과일샐러드	잡곡밥 강된장찌개 오리채소구이 가지나물 감자채볶음 배추김치 요플레/사과 어묵꼬치	잡곡밥 짬뽕국 간장찜닭 꽃맛살샐러드 우영조림 배추김치 매실차/전병 붕어빵
						
간식	5	6	7	8	9	10
	잡곡밥 소고기국 오리훈제 토란대볶음 쪽파무침 배추김치 밤만주/차	잡곡밥 미역국 돼지고기수육 감자채전 이색나물 배추김치 요거트	잡곡밥 매콤숙주국 적어조림 비름나물 양상추초무침 배추김치 삶은달걀.오이스틱	잡곡밥 들깨된장국 닭갈비 미나리무침 표고버섯볶음 배추김치 두유/모나카	잡곡밥 근대맑은국 돼지불고기 밥새우볶음 상추나물 배추김치 약과/차	잡곡밥 호박양파국 닭볶음탕 마늘쫄볶음 단배추겉절이 배추김치 야채죽
	과일	떡/제철과일	케익/과일	과일	카스테라	단호박찜
점심	12	13	14	15	16	17
	잡곡밥 김칫국 함박스테이크 실곤약채소무침 감자채볶음 배추김치 마들렌/차	잡곡밥 크림스프 새우살케첩볶음 샐러드파스타 알마늘지 배추김치 식혜/전병	잡곡밥 버섯된장국 메추리알장조림 톳나물무침 단호박꿀찜 배추김치 오트밀우유	잡곡밥 계살탕 소고기채소볶음 브로콜리숙회 병아리콩조림 배추김치 포도주스/쿠키	잡곡밥 미역국 닭볶음탕 유부조림 아욱나물 배추김치 푸딩	잡곡밥 부대찌개 낙지볶음 된장콩잎지 푸실리볶음 배추김치 과채주스/경주빵
	호두과자/음료	제철과일	삶은감자	파배기	수정과/떡	치킨샐러드
점심	19	20	21	22	23	24
	잡곡밥 우령된장국 간장제육볶음 단배추나물 무생채 배추김치	잡곡밥 강된장찌개 오징어볶음 가지나물 양파절임지 배추김치	잡곡밥 잔치국수 닭살데리아끼구이 파채겉절이 양배추샐러드 배추김치	잡곡밥 황태국 오리채소구이 부추나물 새싹채소무침 배추김치	잡곡밥 호박잎된장국 갈치구이 방아잎나물 김자반 배추김치	잡곡밥 육개장 두부양념찜 마늘쫄볶음 얼갈이나물 배추김치
	당근스틱/치즈	두유/보리과자	모나카/차	요거트	유과/매실차	스프
간식	모닝빵샌드위치	과일	과일	호밀빵	고구마	과일
	26	27	28	29	30	31
	잡곡밥 시래기된장국 돼지고기부추볶음 명엽채볶음 푸실리샐러드 배추김치	잡곡밥 온도토리묵국 조기구이 단배추나물 쪽파김가루무침 배추김치	잡곡밥 김치찌개 고추장돼지불고기 호박잎나물 톳나물무침 배추김치	잡곡밥 들깨탕 코다리찜 깻잎나물 다진견과류볶음 배추김치	잡곡밥 매생이국 돈장조림 브로콜리나물 고구마범벅 배추김치	잡곡밥 홍합탕 소고기양배추볶음 된장콩잎지 돌산갓나물 배추김치
	미숫가루	찰보리빵/우유	과채주스	두유/양갱	요거트/골드키위	식혜/쿠키
간식	단팥빵	배	단호박찜	부침개	치킨샐러드	마늘빵