

월간 식단표

2026년 08월

기관명:

구분			구분				토(08.01)
아침 식단							백미밥 모시조개맑은국 ⑤⑥⑩ 고기완자전 ①⑤ 감자조림 ⑤⑥ 비름나물 배추김치 ⑨ (583.72kcal)
점심 식단							잡곡밥 호박된장찌개 ⑤⑥ 삼치구이 ⑤⑥ 숙주맛살냉채 ⑤⑥ 썩갓나물 배추김치 ⑨ (575.05kcal)
저녁 식단							백미밥 얼큰어묵국 ⑤⑥ 돈육간장불고기 ⑤⑥⑩ 건새우마늘종볶 음 ⑤⑥⑨ 오이생채 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (581.71kcal)
오전 간식							자두
오후 간식							한과(유과) ①②⑤⑥ 우유(100ml) ②
기능 식이							녹두죽 달걀채소죽 ① 맛살채소죽 ①⑤⑥⑧

구분	일(08.02)	월(08.03)	화(08.04)	수(08.05)	목(08.06)	금(08.07)	토(08.08)
아침 식단	백미밥 시금치된장국 ⑤⑥ 들기름두부구이(양념x) ⑤ 참치김치볶음 ⑤⑨ 건파래무침 ⑤⑥ 깍두기 ⑨ (589.53kcal)	백미밥 소고기미역국 ⑤⑥⑬ 채소달걀찜 ① 브로콜리맛살볶음 ①⑤⑥⑧ 들깨무나물 배추김치 ⑨ (606.53kcal)	백미밥 북엇국 ⑤⑥ 쇠고기파리고추장조림 ⑤⑥⑬ 사각어묵볶음 ⑤⑥ 청경채나물 배추김치 ⑨ (649.25kcal)	백미밥 콩나물국 ⑤ 채소달걀말이 ①⑤ 우민찌오이볶음 ⑤⑥⑬ 콩자반 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (656.23kcal)	백미밥 감자국 ⑤⑥ 임연수양념찜 ⑤⑥ 시금치나물 ⑤⑥ 고구마순된장무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (509.81kcal)	백미밥 근대된장국 ⑤⑥ 닭살고구마조림 ⑤⑥⑮ 양념깻잎지 ⑤⑥ 진미채볶음 ⑤⑥⑰ 배추김치 ⑨ (550.74kcal)	백미밥 들깨무찜국 소고기당면볶음 ⑤⑥⑬ 파리고추찜 ⑤⑥ 양배추나물 배추김치 ⑨ (554.82kcal)
점심 식단	잡곡밥1/2 콩국수 ⑤⑥ 올방개묵무침 ⑤⑥ 깻잎양념찜 ⑤⑥ 도라지나물 ⑤ 배추김치 ⑨ (656.59kcal)	잡곡밥 오징어묵국 ⑤⑥⑰ 마파두부 ⑤⑥⑩⑬ 새송이버섯볶음 ⑤ 호박잎나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (588.74kcal)	잡곡밥 순두부찌개 ①⑤⑨ 생선가스&타르타르소스 ①⑤⑥ 양배추샐러드&참깨드레싱 ①⑤⑥ 노각무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (621.67kcal)	잡곡밥 열무된장국 ⑤⑥ 순살아귀찜 ⑤⑥ 숙갓두부무침 ⑤ 고춧잎나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (597.26kcal)	잡곡밥 청국장찌개 ⑤⑥ 떡갈비구이 ⑤⑩⑬ 한식잡채 ⑤⑥⑩ 김구이 배추김치 ⑨ (656.95kcal)	카레라이스 ①⑤⑥⑩⑫⑮⑰ 달걀파국 ① 오이스틱&쌈장 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ 메밀전병 ③⑤⑥⑩ 사과 (588.55kcal)	잡곡밥 누룽지탕 동태무조림 ⑤⑥ 느타리버섯볶음 ⑤⑥ 다진오징어젓갈무침 배추김치 ⑨ (607.85kcal)
저녁 식단	백미밥 사골곰탕 ⑬ 가자미양념찜 ⑤⑥ 가지볶음 ⑤⑥ 고사리나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (540.12kcal)	백미밥 아욱된장국 ⑤⑥ 돈육김치찜 ⑤⑨⑩ 죽순채볶음 ⑤ 열무나물 깍두기 ⑨ (532.22kcal)	백미밥 얼갈이된장국 ⑤⑥ 제육볶음 ⑤⑥⑩ 다시마쌈&초고추장 ⑤⑥ 숙주나물 배추김치 ⑨ (546.89kcal)	백미밥 콩가루배춧국 ⑤⑥ 닭볶음탕 ⑤⑥⑮ 해초무침 깻잎나물 배추김치 ⑨ (553.039kcal)	백미밥 들기름미역국 ⑤⑥ 돼지고기수육 ⑨⑩ 미나리무생채 알배기배추&쌈장 배추김치 ⑨ (544.22kcal)	백미밥 호박고추장찌개 ⑤⑥ 훈제오리구이 미역줄기볶음 ⑤ 치커리겉절이 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (564.3kcal)	백미밥 양송이스프 ①②⑤⑥⑮⑰ 돈까스&소스 ①⑤⑥⑩⑫ 단호박샐러드 ①⑤ 깍두기 ⑨ 오이고추된장무침 ⑤⑥ (633.81kcal)
오전 간식	플레인요거트 ②	포도	토마토 ⑫	미숫가루우유 ②⑤	수박	플레인요거트 ②	블루베리
오후 간식	모닝빵샌드위치 ①②⑤⑥⑩⑮⑰ 보리차	백설기 두유(100ml) ⑤	찐고구마 우유(100ml) ②	약밥 ⑤⑥ 녹차	단팥빵 ①②⑥ 우유(100ml) ②	핫케이크 ①②⑤⑥ 식혜	삶은달걀 ① 우유(100ml) ②
기능 식이	흰죽 닭살채소죽 ⑮ 단호박죽	연두부죽 ⑤ 소고기채소죽 ⑬ 들깨버섯죽	흑임자죽 달걀채소죽 ① 두부채소죽 ⑤	단팥죽 유부채소죽 ⑤⑥ 복어채소죽	흰죽 소고기채소죽 ⑬ 완두콩죽 ⑤	옥수수죽 닭살채소죽 ⑮ 새우살채소죽 ⑨	녹두죽 시금치달걀죽 ① 흑임자죽

구분	일(08.09)	월(08.10)	화(08.11)	수(08.12)	목(08.13)	금(08.14)	토(08.15)
아침 식단	백미밥 바지락된장국 ⑤⑥⑩ 돈민찌두부조림 ⑤⑥⑩ 브로콜리숙회&초장 ⑤⑥ 건파래자반 ⑤ 배추김치 ⑨ (635.28kcal)	백미밥 꽃게탕 ⑤⑥⑧ 돈육매추리알장조림 ①⑤⑥⑩ 새우살애호박볶음 ⑤⑥⑨ 궁채장아찌 배추김치 ⑨ (584.61kcal)	백미밥 황태채뭇국 ⑤⑥ 닭살채소볶음 ⑤⑥⑬ 매콤감자조림 ⑤⑥ 비름나물 배추김치 ⑨ (583.02kcal)	백미밥 누룽지탕 쇠불고기 ⑤⑥⑬ 단호박조림 ⑤⑥ 고추장아찌 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (654.69kcal)	백미밥 우렁이강된장찌개 ⑤⑥⑬ 들기름두부구이(양념x) ⑤ 참치채소볶음 ⑤ 양배추찜&쌈장 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (630.6kcal)	백미밥 아욱된장국 ⑤⑥ 파채떡갈비조림 ⑤⑥⑩⑬ 새우살애호박볶음 ⑤⑥⑨ 고구마순액젓무침 ⑤ 배추김치 ⑨ (541.64kcal)	백미밥 감자된장국 ⑤⑥ 굴비구이 ⑤ 마늘종볶음 ⑤⑥ 탕평채 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (746.31kcal)
점심 식단	잡곡밥1/2 닭다리삼계탕 ⑬ 도토리묵&양념장 ⑤⑥ 연근흑임자샐러드 마늘장아찌 배추김치 ⑨ (619.97kcal)	잡곡밥1/2 비빔국수 ⑤⑥ 배추된장국 ⑤⑥ 코다리무조림 ⑤⑥ 마늘종햄볶음 ①②⑤⑥⑩⑬⑮ 깍두기 ⑨ (590.27kcal)	잡곡밥 차돌된장찌개 ⑤⑥⑬ 돼지고기김치두루치기 ⑤⑥⑨⑩ 온두부찜 ⑤ 해파리냉채 깍두기 ⑨ (704.51kcal)	버섯영양밥&양념장 ⑤⑥ 쇠고기미역국 ⑤⑥⑬ 열무된장나물 ⑤⑥ 김구이 배추김치 ⑨ 수박 (357.9kcal)	잡곡밥 오이냉국 ⑤⑥ 채소달걀찜 ① 오징어볶음+소면 ⑤⑥⑬ 죽순들깨나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (533.95kcal)	잡곡밥 육개장 ⑤⑥⑬ 오리주물럭 ⑤⑥ 부추무침 호박잎찜&쌈장 ⑤⑥⑬ 배추김치 ⑨ (591.61kcal)	잡곡밥 들깨미역국 ⑤⑥ 돼지갈비찜 ⑤⑥⑩ 건새우조림 ⑤⑥⑨ 무생채 배추김치 ⑨ (561.25kcal)
저녁 식단	백미밥 시래기국 ⑤⑥ 고등어김치찜 ⑤⑥⑦⑨ 부추양파무침 ⑤⑥ 가지볶음 ⑤⑥ 깍두기 ⑨ (535.63kcal)	백미밥 짬뽕국 ⑤⑦⑬ 돈육고추잡채 ⑤⑥⑩⑬ 표고곤약조림 ⑤⑥ 오이지무침 배추김치 ⑨ (621.94kcal)	백미밥 사골우거지국 ⑤⑥ 병어양념찜 ⑤⑥ 청경채나물 더덕무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (522.13kcal)	백미밥 애호박새우젓국 ⑤⑨ 적어시래기조림 ⑤⑥ 양상추샐러드&참깨드레싱 ①⑤⑥ 병아리콩조림 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (657.57kcal)	백미밥 짜장소스(돈육) ⑤⑥⑩ 저염달걀파국 ①⑤⑥ 탕수육&소스 ⑤⑥⑩ 미역줄기볶음 ⑤ 깍두기 ⑨ (626.51kcal)	백미밥 갈비탕 ⑬ 부들어묵조림 ⑤⑥ 호박채전 ⑤⑥ 도라지초무침 ⑤⑥ 깍두기 ⑨ (619.7kcal)	백미밥 콩나물냉국 ⑤ 삼색꼬치전 ①②⑤⑥⑧⑩⑬⑮ 마파두부 ⑤⑥⑩ 치커리사과무침 배추김치 ⑨ (539kcal)
오전 간식	미숫가루우유 ②⑤	바나나	참외	플레인요거트 ②	복숭아 ⑪	미숫가루우유 ②⑤	자두
오후 간식	크래커 결명자차	찐옥수수 우유(100ml) ②	바람떡 우유(100ml) ②	물만두 ⑤⑥⑩ 옥수수차	슈크림빵 ①②⑥ 검은콩두유(100ml) ⑤	약과 ①②⑤⑥ 오미자차	카스텔라빵 ①②⑥ 우유(100ml) ②
기능 식이	흰죽 달걀채소죽 ① 소고기채소죽 ⑬	단호박죽 연두부채소죽 ⑤ 흰살생선채소죽	жат죽 ⑬ 닭살채소죽 ⑬ 유부채소죽 ⑤⑥	단팥죽 소고기버섯죽 ⑬ 두부채소죽 ⑤	흰죽 참치채소죽 복어달걀죽 ①	녹두죽 달걀채소죽 ① 영양닭죽 ⑬	두부죽 ⑤ 새우살브로콜리죽 ⑨ 소고기채소죽 ⑬

구분	일(08.16)	월(08.17)	화(08.18)	수(08.19)	목(08.20)	금(08.21)	토(08.22)
아침 식단	백미밥 소고기뭇국 ⑤⑥⑬ 옥수수스크램블 에그 ①⑤ 파리고추잔멸치 볶음 ⑤⑥ 양념깻잎지 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (564.65kcal)	백미밥1/2 떡국 ⑤⑥ 메추리알곤약조 림 ①⑤⑥ 숙주겨자냉채 ⑤⑥⑧ 배추김치 ⑨ 연두부새싹채소 샐러드(오리엔탈 드레싱)** ⑤⑥ (566.14kcal)	백미밥 달걀파국 ① 해물완자전 ①⑤⑥⑨⑬⑰⑱ 고춧잎나물 ⑤⑥ 콩자반 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (672.38kcal)	백미밥 북엇국 ⑤⑥ 마파두부 ⑤⑥⑩⑱ 햄달걀부침 ①⑤⑩⑮ 취나물무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (633.93kcal)	백미밥 누룽지탕 소고기양배추볶 음 ⑤⑥⑱ 볼어묵곤약조림 ⑤⑥ 김자반 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (661.03kcal)	백미밥 우거지된장국 ⑤⑥ 돈민짜두부조림 ⑤⑥⑩ 오복지들기름무 침 배추김치 ⑨ 취어채볶음 ⑤⑥ (622.4kcal)	백미밥 김치국 ⑤⑥⑨ 영양찜닭 ⑤⑥⑮ 물만두&양념장 ⑤⑥⑩ 비름나물 깍두기 ⑨ (570.35kcal)
점심 식단	잡곡밥 닭곰탕 ⑮ 부추전 ①⑤⑥ 도토리묵무침 ⑤⑥ 양파장아찌 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (594.91kcal)	잡곡밥 돈육김치찌개 ⑤⑥⑨⑩ 삼치데리야끼구 이 ⑤⑥⑮⑱ 오이스틱&쌈장 ⑤⑥ 미역초무침(창원 2 사복) 배추김치 ⑨ (525.41kcal)	짜장밥 ①⑤⑥⑩⑮⑰⑱ 시래기국 ⑤⑥ 찜만두 ⑤⑥⑩ 오이지무침 배추김치 ⑨ 복숭아 ⑪ (567.62kcal)	잡곡밥 설렁탕 ⑱ 순살갈치무조림 ⑤⑥ 숙주나물 청포묵무침 ⑤⑥ 깍두기 ⑨ (646.64kcal)	잡곡밥 오이냉국 ⑤⑥ 닭볶음탕 ⑤⑥⑮ 한식잡채 ⑤⑥⑩ 과일샐러드 배추김치 ⑨ (674.2kcal)	잡곡밥 추어탕 ⑤⑥ 돈맥적구이 ⑤⑥⑩ 연근조림 ⑤⑥ 미나리초무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (610.14kcal)	잡곡밥 콩비지백탕 ⑤⑨⑩ 돈육고추잡채 ⑤⑥⑩⑱ 해파리냉채 시금치나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (615.22kcal)
저녁 식단	백미밥 순살대구지리탕 ⑤⑥ 한식잡채 ⑤⑥⑩ 고추장불고기 ⑤⑥⑩ 아삭이고추된장 무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (726.08kcal)	백미밥 속갓어묵국 ⑤⑥ 닭갈비 ⑤⑥⑮ 가지볶음 ⑤⑥ 깻잎무쌈 배추김치 ⑨ (622.7kcal)	백미밥 콩가루배춧국 ⑤⑥ 콩치김치찜 ⑤⑥⑨ 감자채볶음 ⑤ 참나물무침 깍두기 ⑨ (563.93kcal)	백미밥 미역국 ⑤⑥ 제육볶음 ⑤⑥⑩ 콩나물파채무침 ⑤ 케일쌈+쌈장 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (587.34kcal)	백미밥1/2 들깨수제비국 ⑤⑥ 너비아니구이 ⑤⑱ 꼬시래기무침 ⑤⑥ 시금치나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (460.25kcal)	백미밥 우무묵콩국 조기조림 ⑤⑥ 브로콜리숙회&초 장 ⑤⑥ 열무된장나물 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (519.67kcal)	백미밥 파개장 ①⑤⑥ 삼치구이 ⑤⑥ 새송이버섯조림 ⑤⑥ 마카로니콘샐러 드 ①⑤⑥ 배추김치 ⑨ (634.9kcal)
오전 간식	플레인요거트 ②	포도	미숫가루우유 ②⑤	토마토 ⑫	플레인요거트 ②	수박	사과
오후 간식	단호박범벅 ①⑤ 동굴레차	증편 두유(100ml) ⑤	프렌치토스트 ①②⑤⑥ 보리차	찜감자 우유(100ml) ②	머핀 ①②⑤⑥ 수정과	연양갱 우유(100ml) ②	카스타드 우유(100ml) ②
기능 식이	흰죽 달걀채소죽 ① 연두부채소죽 ⑤	단호박죽 맛살채소죽 ①⑤⑥⑧ 흑임자죽	달걀죽 ① 소고기미역죽 ⑤⑥⑱ 닭살채소죽 ⑮	단팥죽 북어콩나물죽 ⑤ 흰살생선채소죽	흰죽 참치채소죽 옥수수죽	녹두죽 닭살채소죽 ⑮ 유부채소죽 ⑤⑥	잣죽 ⑱ 소고기채소죽 ⑱ 들깨버섯죽

구분	일(08.23)	월(08.24)	화(08.25)	수(08.26)	목(08.27)	금(08.28)	토(08.29)
아침 식단	백미밥 바지락미역국 ⑤⑥⑬ 소고기장조림 ⑤⑥⑬ 파리고추찜 ⑤⑥ 들깨무나물 배추김치 ⑨ (582.06kcal)	백미밥 오징어묵국 ⑤⑥⑰ 두부달걀구이 ①②⑤⑥ 노각무침 ⑤⑥ 양념깻잎지 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (566.04kcal)	백미밥 열무된장국 ⑤⑥ 가자미양념찜 ⑤⑥ 우영채조림 ⑤⑥ 참나물무침 배추김치 ⑨ (540.98kcal)	백미밥 누룽지탕 토마토달걀볶음 ①②⑤⑫ 감자곤약조림 ⑤⑥ 썩갠두부무침 ⑤ 배추김치 ⑨ (637.33kcal)	백미밥 유부주머니맑은국 ⑤⑥ 모듬장조림 ①⑤⑥⑩ 도라지오이무침 ⑤⑥ 양념깻잎지 ⑤⑥ 깍두기 ⑨ (601.2kcal)	백미밥 황태채뭇국 ⑤⑥ 왕만두찜&초간장 ⑤⑥ 새송이버섯볶음 ⑤ 시래기된장지짐 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (544.09kcal)	백미밥 순두부백탕 ①⑤ 안동찜닭 ⑤⑥⑮ 브로콜리숙회&초장 ⑤⑥ 근대나물 배추김치 ⑨ (635.2kcal)
점심 식단	잡곡밥 옥수수스프 ②⑥ 함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑫⑮ 느타리버섯볶음 ⑤⑥ 치커리겉절이 ⑤⑥ 깍두기 ⑨ (623.86kcal)	잡곡밥 냉도토리묵국 ⑤⑥⑨ 오리주물럭 ⑤⑥ 부추양파생채 호박잎찜&쌈장 ⑤⑥⑬ 깍두기 ⑨ (632.29kcal)	콩나물밥&양념장 ⑤⑥ 소고기묵국 ⑤⑥⑮ 골뱅이무침 ⑤⑥ 김구이 배추김치 ⑨ 바나나 (512.65kcal)	잡곡밥 청국장찌개 ⑤⑥ 삼겹살구이 ⑩ 미나리무생채 상추쌈&쌈장 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (628.02kcal)	잡곡밥 근대된장국 ⑤⑥ 닭볶음탕 ⑤⑥⑮ 맛살콩나물무침 ①⑤⑥⑧ 궁채들깨볶음 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (572.06kcal)	잡곡밥1/2 잔치국수 ①⑤⑥ 백목이버섯냉채 매콤어묵볶음 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ 김부각 ⑤ (609.64kcal)	잡곡밥 육개장 ⑤⑥⑮ 채소달걀말이 ①⑤ 배추된장나물 ⑤⑥ 잔멸치볶음 ⑤⑥ 깍두기 ⑨ (661.32kcal)
저녁 식단	백미밥 배추된장국 ⑤⑥ 순살아귀찜 ⑤⑥ 시래기지짐 ⑤⑥ 건파래자반 ⑤ 깍두기 ⑨ (552.46kcal)	백미밥 느타리버섯고추장찌개 ⑤⑥ 돼지고기수육 ⑨⑩ 죽순무침 ⑤⑥ 애호박나물 ⑤⑨ 배추김치 ⑨ (634.61kcal)	백미밥 닭곰탕 ⑮ 미트볼조림 ①⑤⑥⑩ 청경채나물 녹두묵채소무침 ⑤⑥ 깍두기 ⑨ (607.06kcal)	백미밥 건홍합미역국 ②⑤⑥ 고등어구이 ⑤⑥⑦ 표고버섯볶음 ⑤⑥ 숙주나물 배추김치 ⑨ (565.07kcal)	백미밥 달걀파국 ① 훈제오리구이 실곤약채소무침 ⑤⑥ 단호박샐러드 ①⑤ 배추김치 ⑨ (601.95kcal)	백미밥 호박익힌장국 버섯쇠불고기 ⑤⑥⑮ 양배추찜&쌈장 ⑤⑥ 미역초무침 배추김치 ⑨ (511.29kcal)	백미밥 아욱된장국 ⑤⑥ 돈사태김치찜 ⑤⑥⑩ 부추양파무침 ⑤⑥ 가지나물 ⑤⑥ 깍두기 ⑨ (583.51kcal)
오전 간식	미숫가루우유 ②⑤	블루베리	플레인요거트 ②	참외	미숫가루우유 ②⑤	복숭아 ⑪	플레인요거트 ②
오후 간식	한과(유과) ①②⑤⑥ 녹차	팔시루떡 우유(100ml) ②	찐고구마 대추차	단팥빵 ①②⑥ 우유(100ml) ②	약밥 ⑤⑥ 결명자차	핫케이크 ①②⑤⑥ 검은콩두유(100ml) ⑤	삶은달걀 ① 옥수수차
기능 식이	완두콩죽 ⑤ 두부채소죽 ⑤ 새우살채소죽 ⑨	흰죽 달걀채소죽 ① 순두부죽** ⑤⑥	단호박죽 흰살생선채소죽 복어채소죽	흑임자죽 연두부죽 ⑤ 소고기미역죽 ⑤⑥⑮	영양닭죽 ⑮ 시금치달걀죽 ① 흑임자죽	흰죽 단호박죽 들깨버섯죽	단팥죽 닭살브로콜리죽 ⑮ 콩나물달걀죽 ①⑤

구분	일(08.30)	월(08.31)					
아침 식단	백미밥 콩나물국 ⑤ 임연수조림 ⑤⑥ 연두부찜&양념장 ⑤⑥ 다시마초무침 배추김치 ⑨ (546.93kcal)	백미밥 사골곰탕 ⑬ 채소달걀찜 ① 고춧잎나물 ⑤⑥ 진미채볶음 ⑤⑥⑰ 배추김치 ⑨ (506.98kcal)					
점심 식단	잡곡밥 낙지연포탕 ⑥ 옥수수김치전 ①⑤⑥⑨ 오이고추된장무침 ⑤⑥ 탕평채 ⑤⑥⑬ 깍두기 ⑨ (625.15kcal)	잡곡밥 시래기된장국 ⑤⑥ 코다리양념찜 ⑤⑥ 고사리들깨나물 ⑤⑥ 김구이 배추김치 ⑨ (607.91kcal)					
저녁 식단	백미밥 오이냉국 ⑤⑥ 고추장불고기 ⑤⑥⑩ 툇나물무침 모듬쌈&쌈장 ⑤⑥ 배추김치 ⑨ (525.35kcal)	백미밥 건새우미역국 ⑤⑥⑨ 차돌박이숙주볶음 ⑤⑥⑱ 도토리묵&양념장 ⑤⑥ 비름나물 배추김치 ⑨ (616.9kcal)					
오전 간식	자두	미숫가루우유 ②⑤					
오후 간식	크래커 우유(100ml) ②	파배기 ①②⑤⑥ 매실차					
기능 식이	달걀죽 ① 유부채소죽 ⑤⑥ 녹두죽	잣죽 ⑱ 소고기채소죽 ⑬ 옥수수죽					

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