식단표

2026년 9월

하동군 어린이·사회복지급식관리지원센터
Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

가족사랑 어르신유치원

구분		9.01(화)	9.02(수)	9.03(목)	9.04(금)	9.05(토)
점심 식단		잡곡밥 콩나물국 오리불고기 사각어묵볶음 상추겉절이 배추김치	잡곡밥 우거지해장국 해물완자전 도토리묵무침 애호박나물 배추김치	백미밥 김치어묵국 제육볶음 천사채샐러드 양배추쌈&쌈장 배추김치	버섯영양밥&양념장 콩나물국 너비아니조림 감자채볶음 배추김치 사과주스	잡곡밥 청국장찌개 가자미구이 해물김치전 표고버섯볶음 배추김치
저녁 식단		백미밥 오징어뭇국 고등어구이 숙주맛살냉채 건파래자반 배추김치	카레라이스 미소장국 김말이튀김 깍두기 요구르트	백미밥 사골곰탕 김달걀말이 우엉조림 청포묵무침 깍두기	백미밥 시래기된장국 군만두&양념장 새우살애호박볶음 토란대나물 배추김치	잡곡밥 실파달걀국 해물콩나물찜 참치양배추볶음 가지나물 열무김치
오전 간식		버섯죽	참치채소죽	단호박죽	달걀채소죽	들깨죽
오후 간식		카스테라 우유	찐감자 둥굴레차	중편 보리차	통밀쿠키 두유	꿀설기 매실차
구분	9.07(월)	9.08(화)	9.09(수)	9.10(목)	9.11(금)	9.12(토)
점심 식단	백미밥 육개장 오리불고기 느타리버섯볶음 상추쌈&쌈장 깍두기	백미밥 새우살미역국 가자미구이 소고기채소볶음 어묵잡채 배추김치	백미밥 북엇국 안동찜닭 진미채무침 가지볶음 배추김치	백미밥 뼈다귀감자탕 맛살양파볶음 깻잎지 무말랭이무침 배추김치	김밥 달걀파국 메밀전병 단무지무침 깍두기 제철과일	백미밥 소고기뭇국 두부조림 브로콜리마늘볶음 만가닥버섯볶음 배추김치
저녁 식단	백미밥 들깨무채국 두부구이 브로콜리숙회&초장 깻잎순나물 배추김치	잡곡밥 순두부찌개 달걀장조림 새송이버섯전 청경채나물 깍두기	백미밥 김치콩나물국 고등어조림 옛날소시지전&케찹 쑥갓나물 깍두기	햄김치볶음밥 팽이된장국 군만두&양념장 마카로니콘샐러드 깍두기 요구르트	잡곡밥 돈육김치찌개 치즈달걀말이 연근흑임자소스무침 콩나물당근무침 깍두기	백미밥 감자양파국 떡갈비구이 새우살애호박볶음 취나물무침 배추김치
오전 간식	두부채소죽	채소죽	흑임자죽	타락죽	고구마죽	브로콜리죽
오후 간식	찐고구마 둥굴레차	통밀쿠키 오미자차	꿀호떡 우유	쌀과자 둥굴레차	머핀 우유	물만두&양념장 녹차
구분	9.14(월)	9.15(화)	9.16(수)	9.17(목)	9.18(금)	9.19(토)
점심 식단	백미밥 소고기당면국 적어구이 도토리묵&양념장 어묵양파볶음 깍두기	백미밥 홍합살무국 돼지불고기 상추쌈&쌈장 깻잎장아찌 배추김치	백미밥 어묵무국 소시지케찹조림 진미채무침 토란대나물 깍두기	백미밥 순두부찌개 채소달걀찜 둥그랑땡 잔멸치과리고추볶음 배추김치	백미밥 시래기된장국 혼제오리구이 &머스타드 김치전 부추양파무침 배추김치	짜장덮밥 달걀파국 탕수육&소스 단무지무침 배추김치 요구르트
저녁 식단	백미밥 크림스프 돈까스&소스 느타리버섯볶음 양배추샐러드 &참깨D 배추김치	백미밥 감자양파국 옥수수전 잔멸치아몬드볶음 숙주당근무침 배추김치	백미밥 육개장 알감자조림 맛살오이무침 청경채볶음 깍두기	백미밥 부추재첩국 코다리조림 열무나물 무생채 배추김치	백미밥 건새우미역국 군만두&양념장 모듬쌈&쌈장 참나물무침 배추김치	백미밥 근대된장국 두부구이 알감자조림 단호박샐러드 배추김치
오전 간식	참치채소죽	새우살채소죽	두부채소죽	버섯들깨죽	단호박죽	달걀채소죽
오후 간식	양갱 보리차	단호박찜 녹차	소보로빵 우유	자른꿀떡 수정과	약과 보리차	단팥빵 우유

구분	9.21(월)	9.22(화)	9.23(수)	9.24(목)	9.25(금)	9.26(토)
점심 식단	잡곡밥 부대찌개 코다리양념찜 미역줄기당근볶음 콩나물무침 배추김치	잡채덮밥 사과양배추샐러드 &오리엔탈D 궁채들깨볶음 배추김치 제철과일	백미밥 조갯살미역국 오리채소볶음 동태전 애호박나물 배추김치	추석연휴		
저녁 식단	백미밥 물만두국 닭도리탕 채소달걀찜 꼬시래기무침 배추김치	백미밥 북엇국 오징어채소볶음 시래기들깨나물 도라지사과무침 배추김치	백미밥 시래기된장국 달걀장조림 맛살콘채소전 무채들깨볶음 배추김치			
오전 간식	두부채소죽	소고기채소죽	버섯죽			
오후 간식	프렌치토스트 우유	무지개떡 녹차	슈크림빵 우유			
구분	9.28(월)	9.29(화)	9.30(수)			
점심 식단	물국수 잡곡밥1/2 해물김치전 숙주나물 깍두기 요구르트	잡곡밥 두부탕국 돼지불고기 다시마쌈&쌈장 애호박나물 깍두기	잡곡밥 양송이스프 생선까스&타르타르 양배추샐러드& 사우전아일랜드D 오이생채 깍두기			
저녁 식단	백미밥 김치어묵국 닭살피망볶음 가자미구이 오징어젓갈 깍두기	백미밥 감자양파국 떡갈비구이 잔멸치꽈리볶음 부추양파무침 배추김치	잡곡밥 참치김치찌개 채소달걀찜 팽이파프리카볶음 숙주맛살겨자채 깍두기			
오전 간식	닭살채소죽	순두부채소죽	달걀채소죽			
오후 간식	찐옥수수 보리차	쌀과자 녹차	크로와상 우유			

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.
※ 식단표의 같은 식품군 내에서 식단은 사정에 따라 변경될 수 있습니다.
※ 간식비는 별도로 받지않고 있으며, 오후간식은 보호자께서 보내주신 경우에 한하여 제공해드리고 있습니다.
※ 원산지 표시 : 쌀- 국내산 / 소고기 - 국내산 / 돼지고기-국내산 / 닭고기 - 국내산 / 김치 - 국내산,중국산 / 동태 - 러시아 / 가자미 - 러시아 / 볼락 - 러시아 / 오징어 - 국내산 / 새우살 - 러시아 / 고등어 - 노르웨이
※ 위 식단표는 하동군 어린이·사회복지급식관리지원센터에서 제공받고 있습니다.