

2026년 9월 식단표 -1

구 분			1일(화)	2일(수)	3일(목)	4일(금)	5일(토)
오전 간식			흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽
중 식			잡곡밥 오이미역냉국 닭갈비 팽이맛살볶음 잔치샐러드 배추김치	잡곡밥 느타리버섯국 오삼불고기 양배추흑임자 샐러드 청경채된장나물 배추김치	잡곡밥 꽃게탕 돼지갈비찜 도토리야채무침 참나물무침 배추김치	잡곡밥 콩나물국 조기구이 감자조림 해초샐러드 배추김치	잡곡밥 미역국 돈육꾸미볶음 오이생채 무숙채 배추김치
오후 간식			사과파이 두유	백설기 보리차	떠먹는 요거트	포도	초코파이 보리차
석 식			잡곡밥 호박새우전국 쇠고기장조림 김실파무침 가지나물 배추김치	잡곡밥 콩나물국 닭갈비볶음 숙주오이나물 마늘쫄무침 배추김치	잡곡밥 추어탕 달걀조림 고추장무침 숙주나물 배추김치	잡곡밥 감자다시마국 너비아니야채 볶음 실곤약무침 얼갈이나물 배추김치	잡곡밥 우육국국 돈육갈비찜 양파채볶음 호박나물 배추김치
구 분	6일(일)	7일(월)	8일(화)	9일(수)	10일(목)	11일(금)	12일(토)
오전 간식	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽
중 식	잡곡밥 도토리묵국 오리훈제야채찜 오징어브로콜 리초회 부추겉절이 배추김치	잡곡밥 돌깨미역국 고등어조림 새송이버섯볶음 실곤약야채무침 배추김치	잡곡밥 동태국 돈불고기 양배추찜*쌈장 오이고추무침 배추김치	잡곡밥 옥수수*소스 돈까스 리코나치즈샐 러드 오이피클 배추김치	잡곡밥 미더덕된장국 오리주물럭 과일샐러드 숙나물 배추김치	전통비빔밥 조갯살배추국 춘권튀김 백김치	잡곡밥 부대찌개 동그랑땡전 고구마조림 새송이파프리카 볶음 배추김치
오후 간식	카스타드 보리차	기정떡 사이다	삶은계란 보리차	후레쉬베리 보리차	사과	미니핫도그 보리차	마가렛트 두유
석 식	잡곡밥 부대찌개 돈육곤약조림 김실파무침 박나물볶음 배추김치	잡곡밥 근대국 떡갈비구이 멸치볶음 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 순두부백탕 코다리간장조림 견과류볶음 치커리생채 배추김치	잡곡밥 재첩국 안동찜닭 느타리아채볶음 도토리묵무침 배추김치	잡곡밥 수제비국 쇠고기볶음 우렁채볶음 열무된장나물 배추김치	잡곡밥 동태국 백순대볶음 감자조림 브로콜리맛살 볶음 배추김치	잡곡밥 감자양파국 제육볶음 오이고추쌈장 무침 깻잎지 배추김치
구 분	13일(일)	14일(월)	15일(화)	16일(수)	17일(목)	18일(금)	19일(토)
오전 간식	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽
중 식	잡곡밥 북어국 닭갈비 양배추생채 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 북어달걀국 미트볼조림 어묵볶음 김실파무침 배추김치	잡곡밥 오이미역냉국 닭갈비 팽이맛살볶음 잔치샐러드 배추김치	잡곡밥 느타리버섯국 쭈삼불고기 흑임자양배추 샐러드 청경채된장나물 배추김치	잡곡밥 청국장 돼지갈비찜 도토리야채무 침 참나물무침 배추김치	잡곡밥 크림스프 고구마돈까스 스파게티샐러 드 수제모듬피클	잡곡밥 근대국 돈육김치볶음 만가닥버섯 볶음 진미채당콩무 침 배추김치
오후 간식	후렌치파이 보리차	롤케이크 두유	인절미 사이다	굴	사과파이 보리차	떠먹는 요거트	초코파이 보리차
석 식	잡곡밥 쇠고기미역국 자반고등어구이 달걀찜 표고나물 배추김치	잡곡밥 수제비국 고등어시래기찜 도토리묵야채 무침 참나물무침 배추김치	잡곡밥 아귀탕 쇠고기조림 가지나물 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 동태찌개 돈육매리야 조림 숙주오이나물 마늘쫄무침 배추김치	잡곡밥 추어탕 달걀조림 연근조림 팽이고추다대기 배추김치	잡곡밥 감자다시마국 너비아니야채 볶음 실곤약무침 얼갈이나물 배추김치	잡곡밥 크래미달걀국 유린기*소스 브로콜리초회 단무지무침 배추김치

9월 식단표 -2

구 분	20일(일)	21일(월)	22일(화)	23일(수)	24일(목)	25일(금)	26일(토)
오전 간식	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽			
중 식	잡곡밥 목국 닭다리살주물럭 양배추찜*양념 장 애호박볶음 배추김치	잡곡밥 달걀실파국 탕수육 토마토치즈필 샐러드 단무지무침 배추김치	잡곡밥 토란국 돈육갈비찜 김치 시금치나물 배추김치	잡곡밥 청국장 떡갈비야채볶음 단호박채전 얼갈이나물 배추김치			
오후 간식	삶은계란 사이다	카스타드 보리차	백설기 보리차	배			
석 식	잡곡밥 우렁이국 동육고추장 오징어숙회 무침 가지나물 배추김치	잡곡밥 닭개장 김치잡채 쪽파무침 미역오이무침 배추김치	잡곡밥 다슬기국 돈육불고기 오이소박이 파리고추찜 배추김치	잡곡밥 우동국 갈치감자조림 양배추생채 브로콜리참깨 무침 배추김치			
구 분	27일(일)	28일(월)	29일(화)	30일(수)			
오전 간식		흰죽	흰죽	흰죽			
중 식		잡곡밥 아욱국 생선까스*소스 보로콜리초무침 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 육개장 콩치김치조림 감자채볶음 미역줄기볶음 배추김치	잡곡밥 콩나물국 재육볶음 상추쌈*쌈장 호박양파볶음 배추김치			
오후 간식		마가렛 두유	미니핫도그 보리차	사과			
석 식		잡곡밥 어묵국 돈육갈비찜 고구마견과류 오이맛살겨자 배추김치	잡곡밥 복어달걀국 춘장돈육불고기 단배추나물 김정콩조림 배추김치	잡곡밥 어묵탕 군만두 간장떡조림 쫄면무침 배추김치			
원산지 표시	@ 쌀, 찹쌀-(국내산), 배추김치-배추(국내산), 고춧가루(국내산, 중국산), 계육-(국내산/브라질산), 돈육-(국내산/미국산), 우정육-(국내산/호주산), 두부-(국내산/중국산), 아귀-(중국산), 가자미-(미국산), 코다리-(러시아산), 고등어-(국내산), 동태-(러시아산), 새우살-(중국산), 미꾸라지-(중국산), 조갯살-(중국산), 새우살-(중국산), 장어-(중국산), 꽃게-(중국산), 오징어-(페루산), 적어-(캐나다) @ 식단은 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다. *장마철에는 자재 수급이 어려워 메뉴 변경이 많을 수 있습니다.						