

2026년 4월 식단표



4월 1주	03월 30일	03월 31일	04월 01일	04월 02일	04월 03일	04월 04일
오전간식	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레
점심	잡곡밥/소고기야채죽 미역국 돈불고기-10 수제장아찌 콩나물무침 어묵야채볶음 김치 792	잡곡밥/소고기야채죽 김치국 아재카레 오복지무침 청경채겉절이 새우튀김-9 김치 824	잡곡밥/깨죽 된장국 안동찜닭-15 청포묵김가루무침 고대나물 멸치부침 김치 748	잡곡밥/흑임자죽 계란국-1 마파두부-10 오이무침 얼갈이겉절이 가지탕수 김치 816	잡곡밥/새우야채죽 콩나물국 생선까스&타르타르 실곤약야채무침 수제피클 우영초림 김치 885	잡곡밥/버섯야채죽 된장국 돈육야채볶음-10 숙주나물무침 얼무겉절이 고춧잎지 김치 703
오후간식	와플/요구르트	부도/요구르트	카스타드/요구르트	오레오/두유	다이제스트/요구르트	미니콜라/두유
저녁	기장밥/새우야채죽 된장국 닭갈비-15 포시래기무침 얼갈이나물 우두묵무침 김치 757	기장밥/버섯야채죽 호박새우전피개-9 비엔나족찜-10 얼두고추장지짐 모듬콩자반 샐러드파스타 김치 789	기장밥/호박죽 오징어무국-17 고등어조림-7 연근새송이조림 치커리무침 아삭이쌈장무침 김치 779	기장밥/소고기야채죽 콩가루배추국 제육볶음-10 브로콜리찜깨무침 미역줄기볶음 쌈채소+쌈장 김치 743	기장밥/소고기야채죽 감자양파국 숯불맛닭조림-15 파채무침 청경채나물 단호박떡 김치 774	기장밥/닭야채죽 다시마해물국 참치김치볶음 호박볶음 참나물무침 토무침 김치 791 (4/5 점심)
4월 2주	04월 06일	04월 07일	04월 08일	04월 09일	04월 10일	04월 11일
오전간식	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레
점심	잡곡밥/소고기야채죽 콩나물새우전국-9 동그랑땡-1.10 부추겉절이 도시락김 오징어전무침-17 김치 727	잡곡밥/소고기야채죽 된장국 동태조림 마늘종락고무침 도토리묵야채무침 취나물볶음 김치 752	잡곡밥/새우야채죽 미역국 버섯우물고기-16 해파리냉채 시금치고추장지짐 쌈채소+쌈장 김치 751	잡곡밥/깨죽 순두부찜방국 불맛짜장소스-10 중국식오이무침 청경채나물 복숭아전빵 김치 825	잡곡밥/소고기야채죽 청국장 아채계란찜-1 멸치파리조림 무말랭이무침 치커리무침 김치 733	잡곡밥/버섯야채죽 미소장국 돈불고기-10 부생채 얼갈이나물 매콤야채전 김치 749
오후간식	촉촉한초콜릿/요구르트	염마초피/주스	초코파이/요구르트	과일무당	에이스/주스	비타리/두유
저녁	기장밥/새우야채죽 어묵국 돈채피망볶음-10 연근조림 얼갈이겉절이 백목이냉채 김치 776	기장밥/버섯야채죽 바지락배추국-18 제육볶음-10 감자조림 얼무겉절이 연두부+양념장 김치 749	기장밥/호박죽 우거지국 오징어야채볶음-17 들깨우나물 수제장아찌 곤달튀김 김치 768	기장밥/소고기야채죽 된장국 닭갈비-15 콩나물무침 해초무침 어묵피망볶음 김치 747	기장밥/새우야채죽 사골국 육우떡볶이-16 건새우호박볶음-9 숙주나물무침 탕평채-1 김치 745	기장밥/닭야채죽 비치피개 비엔나야채볶음-10 죽순채감자볶음 양배추통들깨무침 오이지무침 김치 784 (4/12 점심)
4월 3주	04월 13일	04월 14일	04월 15일	04월 16일	04월 17일	04월 18일
오전간식	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레
점심	잡곡밥/닭야채죽 된장국 다시마찜닭-15 콩자반 돌나물무침 그린빈알마늘볶음 김치 770	잡곡밥/깨죽 콩나물국 오징어야채볶음-17 두부우부무침 청경채겉절이 쌈채소+쌈장 김치 787	잡곡밥/소고기야채죽 미소장국 하이라이스-10 얼갈이시저샐러드 오복지무침 가래야게-15 김치 812	잡곡밥/흑임자죽 어묵국 계란후라이+약고추장-1 콩나물무침 얼무겉절이 노리치나물 김치 809	잡곡밥/새우야채죽 된장국 소고기버섯소스-16 포시래기무침 고대나물 연근조림 김치 750	잡곡밥/버섯야채죽 미역국 제육볶음-10 청포묵무침 얼갈이겉절이 단호박튀김 김치 753
오후간식	핑리소/요구르트	화이트하임/주스	후레쉬파이/요구르트	크리운산/두유	크리스피롤/주스	팍지채크/두유
저녁	기장밥/새우야채죽 들깨미역국 미트볼조림-10 얼무지짐 마늘종무침 오이참깨파스타 김치 785	기장밥/버섯야채죽 사골갈자국 시래기불고기-10 무생채 치커리무침 김치전 김치 753	기장밥/호박죽 된장국 돈채피망볶음-10 곤약조림 부추무침 마파두부-10 김치 761	기장밥/소고기야채죽 북어국 닭볶음탕-15 마늘종건새우볶음-9 오이무침 브로콜리쌈장무침 김치 794	기장밥/소고기야채죽 우거지해장국 너비야채조림-10 병아리콩조림 수제장아찌 오징어전무침-17 김치 771	기장밥/닭야채죽 닭곰탕-15 김치참치볶음 파채무무침 청경채나물 들기름두부구이 김치 809 (4/19 점심)
4월 4주	04월 20일	04월 21일	04월 22일	04월 23일	04월 24일	04월 25일
오전간식	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레
점심	잡곡밥/소고기야채죽 김치콩나물국 돈육야채볶음-10 취나물볶음 콘샐러드 계란말이-1 김치 774	잡곡밥/소고기야채죽 된장국 삼치구이 새송이곤약조림 얼무겉절이 아삭이쌈장무침 김치 788	잡곡밥/깨죽 미역국 찜빵불고기-10 우물무국 치커리무침 땅콩조림-4 김치 800	잡곡밥/흑임자죽 부대찌개-10 야채계란찜-1 콩나물김가루무침 얼갈이겉절이 만두-10 김치 747	잡곡밥/새우야채죽 버섯찌개 강된장 무생채 청경채나물 햄구이 김치 728	잡곡밥/버섯야채죽 고추장호박피개 백담갈비-15 어묵볶음 토무침 쌈채소+쌈장 김치 743
오후간식	버터링/요구르트	후렌치파이/주스	오메스/요구르트	과일무당	유과/요구르트	밤마초/두유
저녁	기장밥/새우야채죽 청국장 떡갈비조림-10 숙주거지무침 미역줄기볶음 얼갈이나물 김치 793	기장밥/버섯야채죽 사골국 숯불맛닭조림-15 가지볶음 브로콜리초무침 고들빼기무침 김치 746	기장밥/호박죽 미소국 단호박야채카레 단무지무침 시금치나물 새우튀김-9 김치 785	기장밥/소고기야채죽 된장국 소고기버섯소스-16 오이무침 망상냉채 조랭이떡볶이 김치 817	기장밥/소고기야채죽 황태우국 제육볶음-10 부추겉절이 김자반 고구마맛탕 김치 785	기장밥/닭야채죽 된장국 베이컨그린빈볶음-10 매콤감자조림 청포묵무침 꽃맛샐러드 김치 744 (4/26 점심)
4월 5주	04월 27일	04월 28일	04월 29일	04월 30일	05월 01일	05월 02일
오전간식	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레
점심	잡곡밥/소고기야채죽 북어국 파불고기-10 홀그레인오이무침 양념겉절이 죽순채야채볶음 김치 758	잡곡밥/소고기야채죽 된장국 부대볶음-10 치커리우자무침 얼갈이나물 허니버터웨이즈감자 김치 811	잡곡밥/깨죽 호박국 제육볶음-10 병아리콩조림 얼무겉절이 취나물볶음 김치 792	잡곡밥/흑임자죽 콩나물국 닭살야채볶음-15 마늘종고추장무침 청경채겉절이 연두부+양념장 김치 797		
오후간식	부도/요구르트	야채크래커/주스	사과크기/두유	보리과자/주스		
저녁	기장밥/새우야채죽 미역국 두부두루치기-10 연근조림 해초무침 참치푸시리샐러드 김치 818	기장밥/버섯야채죽 파개장 메추리알어묵조림-1 부추겉절이 들깨우나물 목이버섯냉채 김치 725	기장밥/호박죽 미소장국 돈까스조림-10 멸치파리볶음 실곤약야채무침 열대과일샐러드 김치 825	기장밥/소고기야채죽 된장국 고등어조림-7 고대나물 올방개묵김가루무침 참나물무침 김치 768		

▷원산지표기: 돈육:미국산, 닭가슴살:국내산, 닭다리살:브라질산, 닭안심:국내산, 우육:호주산, 훈제오리:국내산, 모듬햄(돈육):국내산, 미트볼(돈육):국내산, 너비야채(계육):국내산, 비엔나(계육):국내산, 해물완자:연육(인도네시아), 돈육강정:국내산, 콩치(견):원양산, 오징어(칠레산), 동태:러시아산, 가지미:미국산, 쌀(백미/잡곡/흑미/누룽지):국내산, 김치(배추, 고추가루):중국산, 두부(매두):외국산 *위 식단은 식자재 수급변화에 따라 변경될 수 있음을 양해 부탁드립니다.

*당뇨 저혈당관리 위해 잡곡밥을 제공하고 있으며, 국의 염도는 0.5~0.6(염도계기종)으로 맞추고 있습니다.