

2026년 9월 식단표



9월1주	08월 31일	09월 01일	09월 02일	09월 03일	09월 04일	09월 05일
오전간식	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레
점심	잡곡밥/소고기야채죽 김치국 돈창양배추볶음-10 고구마조림 얼갈이겉절이 연두부+양념장 김치 737	잡곡밥/소고기야채죽 된장국 오징어도둑볶음-17.10 연근새송이조림 미역조무침 치커리무침 김치 780	잡곡밥/깨죽 콩나물국 마파두부-10 목이버섯냉채 파사이무침 왕만두-10 김치 821	잡곡밥/흑임자죽 미역국 비벼먹는장조림-10 무생채 부추적채무침 김치전 김치 773	잡곡밥/새우야채죽 사골김치국 고등어조림-7 청포묵무침 양념깻잎 부들어묵볶음 김치 765	잡곡밥/버섯야채죽 된장국 돈불고기-10 마늘종볶음 청경채겉절이 훈제오리냉채 김치 752
오후간식	미디도넛/요구르트	반도/요구르트	야채크래커/두스	랑그드자/두유	찰보리밥/요구르트	크키/요구르트
저녁	기장밥/새우야채죽 복어무국 차돌감자파글이-16 알새우야채볶음-9 오목무침 단호박꿀찜 김치 748	기장밥/버섯야채죽 우거지해장국 미트볼조림-10 양배추샐러드 수제장아찌 열무겉절이 김치 759	기장밥/호박죽 우동장국 닭살고약조림-15 시래기지짐 토무침 오이지무침 김치 745	기장밥/소고기야채죽 콩가루배추국 버섯돌물고기-10 브로콜리조무침 숙주장아찌 맛살파리조림 김치 744	기장밥/소고기야채죽 홍합무국 후랑크야채볶음-10 실곤약야채무침 얼갈이시저샐러드 가지볶음 김치 795	기장밥/닭야채죽 부대찌개-10 동그랑땡구이-10 콩자반 무판지무침 그린샐러드+드레싱 김치 771
9월2주	09월 07일	09월 08일	09월 09일	09월 10일	09월 11일	09월 12일
오전간식	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레
점심	잡곡밥/소고기야채죽 된장국 제육볶음-10 곤약조림 해초무침 열무겉절이 김치 767	잡곡밥/소고기야채죽 우동장국 야채카레 단무지무침 치커리무침 유부주머니 김치 810	잡곡밥/새우야채죽 미역국 소불고기-16 양념깻잎 콩나물야채무침 어묵잡채 김치 793	잡곡밥/깨죽 고추장찌개 야채계란찜-1 고구마조림 얼갈이겉절이 김치반 김치 788	잡곡밥/새우야채죽 된장국 돌불고기-10 죽순채야채볶음 꼬시래기무침 쌈채소+쌈장 김치 754	잡곡밥/새우야채죽 계란국-1 참치야채볶음 호박조림 청경채겉절이 락교무침 김치 762
오후간식	웨하스/요구르트	쌀과자/두유	한입카스테라/요구르트	과일푸딩	롤리폴리/주스	곡육크키/요구르트
저녁	기장밥/새우야채죽 콩나물국 소세지어묵볶음-10 그린빈볶음 무생채 계란장조림-7 김치 01월 17일	기장밥/버섯야채죽 감자양파국 돈해피양배추-10 청경채겉절이 오이참깨무침 꽃빵 김치 02월 12일	기장밥/호박죽 청국장 닭볶음-15 마늘종볶음 올방개국김무침 숙주장아찌 김치 771	기장밥/소고기야채죽 복어두부국 오징어무조림-17 양배추통들깨무침 부추겉절이 명종조림-4 김치 748	기장밥/새우야채죽 홍합무국 동그랑땡나완소-10 김치조림 오이지무침 도라지나물 김치 787	기장밥/닭야채죽 미역국 돈육새송이조림-10 삼색거저채 고추장열무지짐 가지볶음 김치 775
9월3주	09월 14일	09월 15일	09월 16일	09월 17일	09월 18일	09월 19일
오전간식	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레
점심	잡곡밥/닭야채죽 사골국 시래기돌물고기-10 멸치견과류볶음 수제장아찌 마늘종무침 김치 780	잡곡밥/새우야채죽 순두부새우전국 김치덕볶음탕-15 가지야채볶음 동부죽무침 파채무침 김치 758	보리밥/소고기야채죽 미역국 계란후라이+약고추장-1 열무겉절이 콩나물무침 고사리나물 김치 752	잡곡밥/흑임자죽 된장국 너비야채조림-10 브로콜리조무침 오이지무침 애호박전-9 김치 757	잡곡밥/새우야채죽 콩나물국 강된장 얼갈이겉절이 무생채 구운김+양념장 김치 803	잡곡밥/버섯야채죽 김치국 육우떡볶이-16 양배추김가루무침 부추무침 맛살야채볶음 김치 759
오후간식	치즈크래커/요구르트	딸기크키/두유	카스테라/요구르트	보리과자/주스	마가렛/요구르트	후레치파이/두유
저녁	기장밥/새우야채죽 된장국 부대찌개-10 오징어조림 고춧가루 도라지무침 김치 746	기장밥/버섯야채죽 미소국 오징어당면볶음-17 병아리콩조림 무판지무침 천사채샐러드 김치 771	기장밥/호박죽 어묵국 우민지감자조림-16 배추나물 삼색거저채 두부강정 김치 784	기장밥/소고기야채죽 버섯팽이국 제육볶음-10 곤약조림 토무침 쌈채소+쌈장 김치 748	기장밥/소고기야채죽 고추장찌개 돌태조림 어묵볶음 적채쪽파무침 고구마맛탕 김치 782	기장밥/닭야채죽 된장국 햄감자파글이-10 파리조림 콩샐러드 꼬시래기무침 김치 780
9월4주	09월 21일	09월 22일	09월 23일	09월 24일	09월 25일	09월 26일
오전간식	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레
점심	잡곡밥/소고기야채죽 된장국 제육볶음-10 유부곤약조림 도시락김 열무겉절이 김치 737	잡곡밥/소고기야채죽 다시마채무국 두부조림-10 어묵볶음 얼갈이겉절이 오징어전무무침-17 김치 766	잡곡밥/깨죽 계란국-1 파장소스-10 단무지무침 양장피냉채 군만두 김치 810	잡곡밥/흑임자죽 토란국 조기구이 단무지무침 콩나물무침 알감자조림 김치 822		잡곡밥/버섯야채죽 청국장 갈비맛불고기 미역줄기볶음 양파장아찌 쌈채소+쌈장 김치 783
오후간식	미디를케익/요구르트	크리스피롤/두유	휘낭시/요구르트	유과/요구르트		과일푸딩
저녁	기장밥/새우야채죽 오징어짬뽕국 소고기버섯소스 브로콜리조무침 오목지무침 파채무침 김치 801	기장밥/버섯야채죽 하얀파게장 쌈장닭갈비 오이지무침 도토리묵무침 죽순채야채볶음 김치 747	기장밥/호박죽 된장국 돌불고기 모듬버섯볶음 실곤약야채무침 연두부+양념장 김치 783			기장밥/새우야채죽 어묵국 베이컨김치볶음-10 청포묵무침 무생채 콩자반 김치 814
9월5주	09월 28일	09월 29일	09월 30일	10월 01일	10월 02일	10월 03일
오전간식	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레
점심	잡곡밥/소고기야채죽 미역국 돈불고기-10 숙주나물 양념깻잎 우엉채조림 김치 782	보리밥/소고기야채죽 우동장국 돈까스조림-10 수제피클 근대나물 로제파스타 김치 805	잡곡밥/깨죽 된장국 고등어조림-7 미역줄기볶음 오이지무침 연두부+양념장 김치 757			
오후간식	와플/요구르트	반만주/두유	초코파이/요구르트			
저녁	기장밥/새우야채죽 콩나물국 두부두부찌기-10 부추겉절이 버섯야채볶음 계란찜-1 김치 729	기장밥/버섯야채죽 우거지해장국 참치야채볶음 브로콜리숙인자무침 토무침 취나물볶음 김치 773	기장밥/호박죽 황태무국 돈육김치찜-10 알새우호박볶음-9 얼갈이겉절이 파채무침 김치 748			

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

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