

발행처 : 오케이노치원
 발행일 : 2026. 09 .01
 원 장 : 손 환 호

9월식단표

창원시 사회복지급식관리지원센터

구분		1(화)	2(수)	3(목)	4(금)	5(토)
오전간식		옥수수스프	쥬스.비스켓	양송이스프	미숫가루	요구르트.밤빵
점심식사		잡곡밥 해물짬뽕국 간장순살닭볶음 단호박범벅 양배추생채 배추김치	쌀밥 순두부찌개 순살고등어조림 새송이버섯볶음 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 수제빫국 쇠고기달걀장조림 미역줄기볶음 알배추겉절이 잘게썬깍두기)	마파두부덮밥 맑은근대국 새우살채소볶음 오이생채 배추김치	쌀밥 숙갓어묵국 닭볶음탕 느타리버섯나물 양상추유자청무침 배추김치
오후간식		썩떡.식혜	카스텔라.두유	수박	단팥빵.매실차	식빵/딸기썰.우유
구분	7(월)	8(화)	9(수)	10(목)	11(금)	12(토)
오전간식	발효차.비스켓	옥수수스프	쥬스.비스켓	양송이스프	미숫가루	요구르트.밤빵
점심식사	쌀밥 감자양파국 돼지고기불고기 모듬쌈/쌈장 무생채 배추김치	잡곡밥 표고맑은국 동태엇장조림 달걀찜 고춧잎무침 배추김치	쌀밥 시래기된장국 잡채 연두부샐러드/흑 임자드레싱 양념깻잎지 배추김치	잡곡밥 유부맑은국 순살삼치구이 감자양념조림 부추사과무침 배추김치	짜장덮밥 달걀찜국 찐만두/양념장 단무지무침 배추김치	쌀밥 매콤어묵탕 쇠고기우영조림 동근호박볶음 김가루무침 잘게썬깍두기
오후간식	증편.감잎차	삶은달걀.꿀차	미니약과.수정과	술빵.식혜	찐고구마.메밀차	마들렌.우유
구분	14(월)	15(화)	16(수)	17(목)	18(금)	19(토)
오전간식	발효차.비스켓	옥수수스프	쥬스.비스켓	양송이스프	미숫가루	요구르트.밤빵
점심식사	쌀밥 우거지청국 조기구이 감자채볶음 건취나물무침 배추김치	잡곡밥 매콤홍합살맑은국 돼지고기춘장볶음 도토리묵무침 숙주나물 배추김치	쌀밥 미역국 순살고등어조림 방아잎전) 아삭이고추쌈장 무침 배추김치	잡곡밥 맑은김치국 두부탕수/소스 다진돼지고기가지 볶음 오이생채(5,6) 잘게썬깍두기	쌀밥 조갯살맑은국 다진쇠고기감자 볶음 검정깨두부무침 양상추샐러드/오 리엔탈드레싱 배추김치	쌀밥 된장찌개 순살갈치구이 쪽파달걀찜 깻잎순겉절이 배추김치
오후간식	유과.매실차	찐감자.우영차	초코파이.쥬스	배	롤케이크.우유	절편.매실차
구분	21(월)	22(화)	23(수)	24(목)	25(금)	26(토)
오전간식	발효차.비스켓	옥수수스프	쥬스.비스켓	양송이스프	즐거 운 한가 위	요구르트.밤빵
점심식사	쌀밥 매콤콩나물국 대패묵살채소볶음 양배추찜/쌈장 실파김치무침 배추김치	잡곡밥 부대찌개 순살삼치구이 청포묵무침) 건곤드레나물 배추김치	쌀밥 들깨묵국 오리주물럭 모듬쌈/쌈장 부추매실청무침 배추김치	잡곡밥 다진팽이버섯장국 코다리양념조림 연두부샐러드/참깨 소스 양파겉절이 배추김치		쌀밥 조갯살탕국 소고기불고기 애호박전 얼갈이겉절이 배추김치
오후간식	미니붕어빵.쥬스	땅콩샌드요구르트	송편.보리차	패스츄리.대추차		크리스피롤.쥬스
구분	28(월)	29(화)	30(수)			
오전간식	발효차.비스켓	옥수수스프	쥬스.비스켓			
점심식사	쌀밥 버섯맑은국 쇠고기피망조림 온두부/들깨소스 열무겉절이 배추김치	쌀밥 미역국 해물완자구이 브로콜리볶음 콩나물무침 배추김치	쌀밥 장어탕 달걀채소전 가지볶음 오이생채 배추김치			
오후간식	증편.도라지차	바나나.우유	링도넛.포도쥬스			

***위식단은 식자재의 공급현황에 따라 변경될 수도 있습니다.

건강보험공단 제공

