

2025년 12월 식단표

일자/요일	01(월)	02(화)	03(수)	04(목)	05(금)	06(토)
아침	귀리보리죽 물김치	귀리보리죽 물김치	단호박죽 물김치	귀리보리죽 물김치	귀리보리죽 물김치	귀리보리죽 물김치
점심	장국밥 황태우국 돈육김치조림 동부육우침 열우갈김치 김치	장국밥 원장국 김치참치볶음 브로콜리흑임자우침 꼭갓두부부우리 김치	장국밥 다시마채우국 고등어조림 콩나물우침 락교우침 김치	장국밥 사골감자국 물계란불고기 도토리묵우침 열갈이나물 김치	장국밥 원장국 오징어볶음볶음 수제장아찌 숙주나물 김치	장국밥 원장국 오박배섯국 양배추샐러드 미역줄기볶음 김치
저녁	가장밥 미역국 소세지어묵볶음 우장채조림 불그래인오이우침 김치 와플/요구르트	가장밥 호박새우국 육우묵볶이 목이버섯볶음 청경채겉절이 김치 화이트현미/주스	가장밥 창국장 양상채송이볶음 열우고추장자장 공채장아찌 김치 초코파이/요구르트	가장밥 비지찌개 미트볼조림 가지볶음 참나물우침 김치 과일푸딩	가장밥 미역국 매콤두부 열치마늘볶음 고사래기우침 김치 크라운산도/주스	가장밥 원장국 채묵볶음 새송이아재볶음 참나물우침 오곡물/두유
일/오일	08(월)	09(화)	10(수)	11(목)	12(금)	13(토)
아침	귀리보리죽 물김치	귀리보리죽 물김치	귀리보리죽 물김치	단호박죽 물김치	귀리보리죽 물김치	귀리보리죽 물김치
점심	장국밥 콩나물국 김치채묵볶음 치커리우침 파래우침 김치	장국밥 우동장국 아재카레 식지킨샐러드 청경채겉절이 김치	장국밥 미역국 버섯우봉고기 창포묵아재우침 해파리냉채 김치	장국밥 소고기우국 창국장 닭볶음탕 콘샐러드 오이지우침 김치	장국밥 창국장 삼치구이 분동겉절이 숙주나물 김치	장국밥 원장국 배이건그린면볶음 새송이아재볶음 수제미물 김치
저녁	가장밥 원장국 통그랑탕나한스 우민튀김자조림 부추우침 김치	가장밥 오징어우국 닭데라아찌조림 죽송이아재볶음 열우갈김치 김치	가장밥 원장국 계란말 간새우묵볶음 콩나물우침 김치	가장밥 순두부찌개 시래기돈불고기 근육조림 우생채 김치	가장밥 김치아묵국 너비아니조림 시지샐러드 취나물볶음 김치	가장밥 사골우국 순물맛불고기 새우젓호박볶음 꽃우침 김치
오후간식	블랙무카/요구르트	반츠/주스	카스타드/요구르트	다이치현/요구르트	누네네/주스	보리과자/두유
일/오일	15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금)	20(토)
아침	귀리보리죽 물김치	귀리보리죽 물김치	귀리보리죽 물김치	귀리보리죽 물김치	귀리보리죽 물김치	귀리보리죽 물김치
점심	장국밥 원장국 참치아재볶음 참나물우침 양념겉절이 김치	장국밥 북어우국 물계란불고기 새송이볶음 참나물우침 김치	장국밥 미역국 떡갈비 양배추샐러드 청경채겉절이 김치	장국밥 원장국 미역국 동태우조림 치커리우침 콩나물우침 김치	장국밥 미역국 소고기버섯소스 매콤감자조림 열우갈김치 김치	장국밥 유부장국 원근약조림 브로콜리청채우침 파채우우침 김치
저녁	가장밥 버섯호박국 부대볶음 어묵볶음 숙주나물 김치	가장밥 우동장국 해이라이스 실근약아재우침 분동겉절이 김치	가장밥 배추사브국 돈육김치조림 열치마늘 열갈이나물 김치	가장밥 계란국 채묵볶음 시래기조림 꽃두부우침 김치	가장밥 호박황이국 배이건김치볶음 동부묵우침 오이우침 김치	가장밥 원장국 돈채피망볶음 노타리물계볶음 열갈아겉절이 김치
오후간식	오레오/요구르트	빅맘/주스	후렌치배리 요구르트	과일푸딩	아재크래커/주스	후렌치파이/두유
일/오일	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)	27(토)
아침	귀리보리죽 물김치	단호박죽 물김치	귀리보리죽 물김치	귀리보리죽 물김치	귀리보리죽 물김치	귀리보리죽 물김치
점심	장국밥 콩가루배추국 버섯불고기 콩조림 청경채겉절이 김치	장국밥 원장국 계란후라이+락교추장 콩나물우침 호박나물 김치	장국밥 우거지해장국 두부볶음 한식장채 공채장아찌 김치	장국밥 우동장국 참박스테이크 콘샐러드 살근약아재우침 김치	장국밥 물계란배섯국 육우묵볶이 도토리묵우침 열갈이나물 김치	장국밥 원장국 채묵볶음 연근조림 치커리우침 김치
저녁	가장밥 다시마채우국 비엔나아재볶음 참나물조우침 우우묵우침 김치	가장밥 미역국 고구마닭조림 가지볶음 분동겉절이 김치	가장밥 유부황이국 청경채불고기 등기콩양배추우침 물파래우우침 김치	가장밥 원장국 돈채순대볶음 양파장아찌 근대나물 김치	가장밥 부대찌개 참치우조림 그린면볶음 콩나물우침 김치	가장밥 사골감자국 닭근약조림 노타리볶음 열우갈김치 김치
오후간식	그린애플사과 요구르트	주스	미니물계떡 요구르트	초코파이 요구르트	버터링 주스	빙만유 두유
일/오일	29(월)	30(화)	31(수)			
아침	귀리보리죽 물김치	귀리보리죽 물김치	귀리보리죽 물김치			
점심	장국밥 김치콩나물국 짜장소스 단무지우침 가지볶음 김치	장국밥 원근약계장 아재계란탕 양콩조림 청경채나물 김치	장국밥 시래기국 순물맛불고기 분동겉절이 숙주나물 김치			
저녁	가장밥 원장국 돈육두부조림 죽송이아재볶음 오이지우우침 김치	가장밥 우동장국 오징어돈육볶음 양콩채 미역줄기볶음 김치	가장밥 비지찌개 안동찜닭 보리새우우조림 마늘콩우침 김치			
오후간식	다이치현/요구르트	흑흑현무카/주스	미니도넛/요구르트			