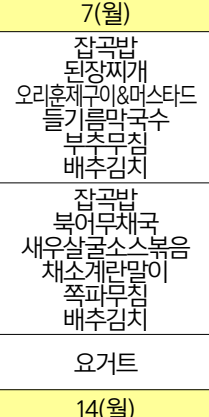
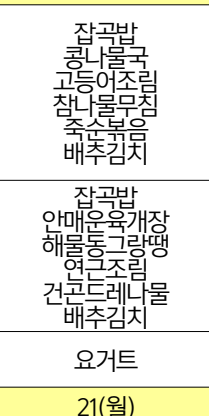
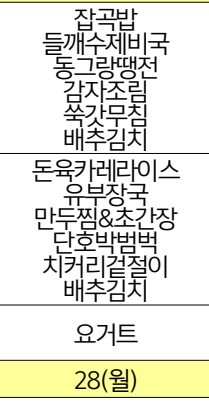
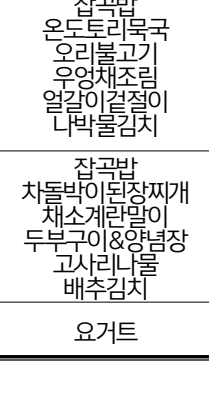


2026년 9월 식단표

일자/요일		1(화)	2(수)	3(목)	4(금)	5(토)
점심		잡곡밥 안배운육개장 계란말이 햄감자볶음 배추나물 깍두기	잡곡밥 오징어볶음 우삼겹골소스볶음 건곤드레나물 단호박찜 배추김치	잡곡밥 갈비탕 계란장조림 어묵볶음 청경채겉절이 배추김치	잡곡밥 얼갈이맑은국 제육불고기 가지나물 상추쌈&쌈장 배추김치	잡곡밥 순살감자탕 고등어구이 표고버섯볶음 깻잎나물 배추김치
저녁		잡곡밥 반계탕 연두부찜&양념장 매밀전병 배추나물 깍두기	잡곡밥 북엇국 돈육육전&양념간장 죽순채소볶음 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 된장찌개 삼치구이 연근조림 양배추찜&쌈장 배추김치	쇠고기채소볶음밥 유부장국 오징어김치전 무른병아리콩조림 양배추샐러드&참깨D 배추김치	(없음)
오후간식		요거트	카스타드	배	양갱&등글레차	삶은달걀&보리차
일자/요일		7(월)	8(화)	9(수)	10(목)	11(금)
점심		잡곡밥 된장찌개 오리훈제&머스타드 들기름막국수 부추무침 배추김치	잡곡밥 순대국 너비아니구이 표고버섯볶음 시금치나물 배추김치	잡곡밥 명란애호박국 달걀비빔 양배추찜&쌈장 고구마소볶음 배추김치	잡곡밥 왕만둣국 카레두부구이&양념장 차벌치볶음 당근죽소무침 배추김치	잡곡밥 감자된장국 동태조림 도라지볶음 배추겉절이 나박물김치
저녁		잡곡밥 복어무채국 새우살골소스볶음 채소계란말이 쪽파무침 배추김치	잡곡밥 얼갈이맑은국 동태전&양념장 죽순채소볶음 곤드레나물 배추김치	잡곡밥 수제비국 오리불고기 탕평채 상추무침 배추김치	잡곡밥 소고기묵국 날치알계란찜 맛살채소볶음 오이&추쌈장무침 배추김치	(없음)
오후간식		요거트	생토마토주스	삶은감자&보리차	시루떡&보리차	미숫가루우유
일자/요일		14(월)	15(화)	16(수)	17(목)	18(금)
점심		잡곡밥 콩나물국 고등어조림 참나물무침 죽순볶음 배추김치	잡곡밥 소고기미역국 연두부찜&양념장 반달메추리알장조림 청경채나물 배추김치	잡곡밥 근대된장국 등갈비찜 탕평채 쪽파무침 배추김치	잡곡밥 사골파국 생선까스&타르타르 소스 호박볶음 고사리나물 배추김치	잡곡밥 북엇국 달볶음탕 고추잎무침 김구이 배추김치
저녁		잡곡밥 안배운육개장 해물등그랑팽 연근조림 건곤드레나물 배추김치	잡곡밥 물만둣국 닭살오른구이 시금치나물 견과류볶음 배추김치	잡곡밥 미역국 소고기육전&양념장 새송이버섯볶음 깻잎나물 배추김치	잡곡밥 버섯들깨탕 찹스테이크 가지찜 오복지무침 배추김치	잡곡밥 소고기묵국 채소계란말이 두부양념조림 더덕무침 배추김치
오후간식		요거트	카스테라	토마토	요거트	약과&보리차
일자/요일		21(월)	22(화)	23(수)	24(목)	25(금)
점심		잡곡밥 들깨수제비국 동그랑팽전 감자조림 쭈꾸미무침 배추김치	잡곡밥 들깨버섯탕 찹스테이크 무른병아리콩조림 숙주나물 깍두기	잡곡밥 토란탕 동태전&양념장 우민찌두부조림 마늘장아찌 배추김치	잡곡밥 안배운육개장 계란말이 맛살채소볶음 연근조림 배추김치	잡곡밥 어묵탕 참치김치볶음 온두부찜 청경채나물 깍두기
저녁		돈육카레라이스 유부장국 만두찜&초간장 단호박버블 치커리겉절이 배추김치	잡곡밥 아욱국 고등어조림 도토리묵무침 시금치나물 나박물김치	잡곡밥 물만둣국 오삼불고기 시래기된장무침 무생채 배추김치	(없음)	(없음)
오후간식		요거트	바나나	카스타드	백설기&보리차	삶은달걀&보리차
일자/요일		28(월)	29(화)	30(수)		
점심		잡곡밥 온도토리묵국 오리불고기 우엉채조림 얼갈이겉절이 나박물김치	잡곡밥 시금치된장국 돈육주육 상추쌈&쌈장 무생채 배추김치	잡곡밥 안배운김치국 치킨너겟&머스타드 실곤약잔채 마늘장아찌 배추김치		
저녁		잡곡밥 차돌박이된장찌개 채소계란말이 두부구이&양념장 고사리나물 배추김치	잡곡밥 사골우거지국 떡갈비조림 해물김치전 오이지무침 배추김치	잡곡밥 물만둣국 콩치김치찜 애호박볶음 가지나물 깍두기		
오후간식		요거트	소보로빵	단팥빵&무가당두유		

※식단은 상황에 따라 변경될 수 있습니다.