

식단표

보여일	여일	여일	여일	수여일	여일	여일	여일
-----	----	----	----	-----	----	----	----

일요일		월요일		화요일		수요일		목요일		금요일		토요일			
				1		2		3		4		5			
				점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁		
				이육신장국 잡채 고구마줄기볶음 열무겉절이 김치	콩나물국 매란장조림 간새우양배추 볶음 비빔고추장무 침 김치	호박새우젓국 생선무조림 가지양파볶음 도토리묵무침 김치	얼갈이된장국 달걀깻잎순복 음 부추전 참나물아찌무 침 김치	창국장찌개 돈육볶음 양배추쌈/쌈 장 숙주나물 김치	어묵국 계란찜 알감자조림 포시래기초무 침 김치	계란파국 자장소스 비빔만두 단무지 김치	조갯살무국 돈육고추장찜 연두부/양념 간장 머위대볶음 김치	시래기된장국 달걀양파볶음 콘살레르 근대나물 김치	들깨미역국 콩치킨김치조 림 호박볶음 마늘쫄지무침 김치		
				간식		간식		간식		간식		간식		간식	
				누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치	
				사브레 떠먹는 요거트		포 도 온음료		바나나 동글레차		고소미 떠먹는 요거트		비빔떡 온음료			
6		7		8		9		10		11		12			
점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁		
		열무된장국 제육볶음 양배추쌈/쌈 장 간장깻잎지 김치	바지락살무국 탕수육간장 가지양파볶음 고춧잎나물 김치	무채국 달걀굴소스볶 음 숙주나물 해초무침 김치	근대된장국 스크램블에그 청포묵김가루 무침 상추겉절이 김치	창국장찌개 피망전채 불어묵볶음 얼갈이겉절이 김치	미역국 후랑크볶음 고추장떡 오복지무침 김치	호박고추장국 생선무조림 도토리묵/양 념간장 콩나물무침 김치	유부무국 돈장조림 들깨머위대볶 음 오이생채 김치	미역국 카레소스 동그랑땡데리 소스 조림 단무지 김치	김치국 달걀아찌볶음 고구마줄기나 물 양배추피를 김치	간새우콩나물 국 돈육김치볶음 온두부 실곤약아찌무 침 김치	이육신장국 매란장조림 맛살양배추볶 음 미역초무침 김치		
간식		간식		간식		간식		간식		간식		간식			
		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치			
		골드버터쿠키 떠먹는 요거트		삶은 감자 마시는 요구르트		수 박 온음료		건 빵 동글레차		고소미 떠먹는 요거트		초코파이 온음료			
13		14		15		16		17		18		19			
점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁		
		김치국 달걀고추장볶 음 콩자반 청경채무침 김치	황태채무국 두부양념찜 비빔만두 오복지무침 김치	어묵국 한식잡채 건파래볶음 숙주나물 김치	호박새우젓국 돈채가지불고 기 참치연양배추 볶음 오이무침 김치	창국장찌개 돈육볶음 양배추쌈/쌈 장 청포묵무침 김치	무채국 고기신적파인 조림 미역줄기볶음 고춧잎나물 김치	미역국 생선무조림 고구마줄기볶 음 비빔나물 김치	시래기된장국 달걀아찌볶음 팽이버섯전 마늘쫄지무침 김치	계란파국 자장소스 탕수육간장 번데기 단무지 김치	두부김치국 순대볶음 번데기 노각무침 김치	콩나물국 돈육두반장볶 고기 푸살라게첩볶 음 취나물무침 김치	열무된장국 생선까스/타르 소스 가지양파볶음 무장아찌 김치		
간식		간식		간식		간식		간식		간식		간식			
		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치			
		고소미 떠먹는 요거트		찜감자 마시는 요구르트		참 외 온음료		찜 빵 동글레차		건 빵 떠먹는 요거트		빠코코넛 마시는 요구르트			
20		21		22		23		24 추석		25 추석		26 추석			
점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁		
		미역국 돈육곤약조림 도토리생채 얼갈이나물 김치	간짜고추장국 고기신적찌리 조림 도토리묵/양 념간장 데친마늘쫄무 침 김치	창국장찌개 부추잡채 시래기된장지 짐 콩나물무침 김치	들깨무채국 계란장조림 맛살양배추볶 음 고춧잎무침 김치	호박양파국 생선무조림 가지볶음 청포묵무침 김치	배추된장국 달걀깻잎순복 음 김치전 차커리유치장 무침 김치	근대된장국 돈불고기 양배추쌈/쌈 장 숙주나물 김치	바섯국 마파두부 춘권튀김/초 간장 브로컬리무침 김치	추 석 휴 무 일		김치국 달걀아찌볶음 양배추피를 무생채 김치	미역국 대파스크램블 에그 연근조림 참나물겉절이 김치		
간식		간식		간식		간식		간식		간식		간식			
		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치				누룽지탕 김 치			
		버터링 떠먹는 요거트		찜빵 마시는 요구르트		복숭아 온음료		떡 동글레차				망고푸딩 온음료			
27		28		29		30									
점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁								
		열무된장국 제육볶음 파래김/양념 간장 차커리무침 김치	콩나물국 두부양념찜 알새송이볶음 근대고추장무 침 김치	미역국 버섯잡채 얼갈이겉절이 숙주나물 김치	어묵국 숯불향달걀볶 음 양배추쌈/쌈 장 마늘쫄지무침 김치	창국장찌개 생선무조림 고사리볶음 오이생채 김치	황태채파국 순대아찌볶음 부추전 아삭이된장무 침 김치								
간식		간식		간식		간식									
		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치		누룽지탕 김 치									
		수 박 온음료		버터링 마시는 요플레		고소미 요플레									