가가호호 2026 년 5 월 식단표 영양사정미경

* 아래 메뉴는 식자재 수급 사정에 따라 다소 변경될수 있습니다.

구분					1(금)근로자의날	2(토)
중식					소고기미역국	두부계란국
					제육볶음	안동찜닭
					미역줄기볶음	느타리쌈장무침
					비트야채절임	가지볶음
					포기김치	포기김치
사이드메뉴						
석식					순두부국	맑은콩나물국
					고등어구이	짜장
					건파래무침	해물동그랑땡
					오이양파무침	열무겉절이
					포기김치	포기김치
오전간식						
오후간식						
	4(월)	5(화)어린이날	6(수)	7(목)	8(금)	9(토)
중식	장터해장국	냉이된장국	돈김치찌개	호박국	쑥콩가루국	유채된장국
	춘천닭갈비	돈불고기	닭볶음	돈찜	김치닭볶음	메추리알돈조림
	계란찜	양배추찜/쌈장	가지볶음	비름나물무침	느타리무침	청포묵무침
	브로컬리숙회	얼갈이겉절이	오복채	맛살샐러드	시래기볶음	치커리샐러드
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
사이드메뉴						
석식	비지찌개	북어미역국	콩가루배추국	계란국	근대된장국	순두부탕
	조기구이	마파두부	생선까스/소스	가자미구이	하이라이스	고등어구이
	물만두/양념장	탕수육소스범벅	양상치샐러드	오이무침	동그랑땡	돈나물무침
	방풍무침	조미김	멸치햄볶음	연근엿장조림	무우장아찌	짜사이무침
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
오전간식						
오후간식						
	11(월)	12(화)	13(수)	14(목)	15(금)	16(토)
중식	얼갈이된장국	토란탕	냉이된장국	바지락콩나물국	시금치된장국	두부계란국
	제육볶음	안동찜닭	묵은지제육	닭볶음	돈불고기	생선까스/소스
	상추/쌈장	어묵채볶음	해파리냉채	도토리묵/양념장	가지볶음	양상치샐러드
	콩나물무침	단무지무침	조미김	연근흑임자샐러드	돈나물초장무침	시래기볶음
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
사이드메뉴						
석식	어묵탕	쑥국	느타리들깨국	아욱된장국	물만두국	콩비지찌개
	돈까스/소스	순살치킨샐러드	코다리강정	고등어구이	카레	가자미구이
	오이양파무침	계란찜	미역줄기볶음	취나물무침	숙주부추무침	실곤약무침
	건파래무침	고들빼기	짜사이무침	된장깻잎지	열무겉절이	마늘쫑볶음
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
오전간식						
오후간식						
	18(월)	19(화)	20(수)	21(목)	22(금)	23(토)
중식	냉이된장국	대파육개장	쑥된장국	호박국	유채된장국	북어미역국
	꽈리돈찜	간장닭조림	제육볶음	묵은지닭찜	돈불고기	안동찜닭
	꼬시래기무침	무생채	시래기지짐	어묵볶음	오이양파무침	미역줄기볶음
	맛살샐러드	얼갈이겉절이	마카로니샐러드	치커리무침	느타리무침	양념깻잎지
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
사이드메뉴						
석식	토란탕	근대된장국	수제비국	아욱된장국	순두부국	시금치된장국
	조기구이	코다리무우조림	하이라이스		순살치킨샐러드	생선까스/소스
	방풍무침	청포묵무침	비름나물무침	계란찜	숙주부추무침	연근조림
	조미김	양념마늘쫑	고들빼기	열무겉절이	가지볶음	오징어젓갈
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
오전간식						
오후간식						
	25(월)대체공휴일	26(화)	27(수)	28(목)	29(금)	30(토)
중식	북어계란국	냉이된장국	바지락미역국	근대된장국	대파육개장	물만두국
	훈제오리볶음	춘천닭갈비	돈불고기	닭볶음	제육볶음	데리야끼닭조림
	아삭이된장무침	취나물무침	브로컬리초장무침	감자조림	상추/쌈장	오이무침
	고들빼기	조미김	방풍무침	실곤약무침	어묵채볶음	양념마늘쫑
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
사이드메뉴						
석식	청국장	콩가루배추국	시래기된장국	비지찌개	쑥콩가루국	들깨미역국
	고등어구이	마파두부	코다리강정	가자미구이	짜장	조기구이
	콩나물무침	무채들깨볶음	숙주맛살무침	계란찜	동그랑땡	무생채
	짜사이무침	양념깻잎지	건파래무침	치커리샐러드	열무겉절이	맛살샐러드
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
오전간식						
오후간식						