

4월 식 단 표

결 재	영양사	대 표
	김혜경	

일자				4월 1일(수)	4월 2일(목)	4월 3일(금)	4월 4일(토)
아침				백미밥 배추된장국 시금치프리카타 맛살채소볶음 제철나물 배추김치	백미밥 순두부백탕 돈육채소볶음 고구마조림 제철나물 배추김치	백미밥 닭곰탕 돈육두부조림 김자반 제철나물 배추김치	백미밥 시금치된장국 삼색계란찜 멸치무조림 제철나물 배추김치
				640kcal	642kcal	641kcal	637kcal
점심				백미밥 복어무채국 제육볶음 청경채사과무침 제철나물 배추김치	백미밥 시래기된장국 닭볶음탕 그린빈스볶음 제철나물 배추김치	백미밥 건새우무국 돈육오징어볶음 한식잡채 제철나물 배추김치	백미밥 동태살맑은국 매콤돈채소볶음 들깨고사리나물 부추무침 배추김치
				748kcal	744kcal	741kcal	742kcal
저녁				백미밥 참치김치찌개 파인애플함박조림 오이송송무침 제철나물 배추김치	백미밥 도토리묵온사발 순대볶음 계란장조림 제철나물 배추김치	백미밥 고추장찌개 돈파불고기 감자샐러드 제철나물 배추김치	백미밥 콩나물해장국 순살찜닭 치커리유자청무침 제철나물 배추김치
				745kcal	745kcal	750kcal	742kcal
일자	4월 5일(일)	4월 6일(월)	4월 7일(화)	4월 8일(수)	4월 9일(목)	4월 10일(금)	4월 11일(토)
아침	백미밥 설렁탕 참치두부조림 얼갈이된장지짐 제철나물 배추김치	백미밥 모듬어묵탕 날치알계란찜 알감자조림 제철나물 배추김치	백미밥 닭곰탕 두부조림 김자반 제철나물 배추김치	백미밥 근대된장국 비엔나소세지볶음 참치무조림 제철나물 배추김치	백미밥 사골우거지탕 계란장조림 어묵채소볶음 제철나물 배추김치	백미밥 시금치된장국 돈육두부조림 맛살채소볶음 제철나물 배추김치	백미밥 시금치된장국 닭살채소볶음 김구이 제철나물 배추김치
	646kcal	648kcal	643kcal	642kcal	638kcal	639kcal	635kcal
점심	백미밥 콩비지찌개 부추산적 오이무침 제철나물 배추김치	백미밥 소고기무국 오징어볶음 간장고구마조림 제철나물 배추김치	백미밥 맑은부대찌개 간장제육 흑임자샐러드 제철나물 배추김치	백미밥 소고기미역국 소불고기 탕평채 제철나물 배추김치	백미밥 건새우무국 순살닭갈비 청경채볶음 제철나물 배추김치	백미밥 콩비지찌개 간장불고기 오이치커리무침 제철나물 배추김치	백미밥 채개장 돈육육첩 제철나물 양배추콘샐러드 배추김치
	738kcal	746kcal	747kcal	755kcal	742kcal	742kcal	747kcal
저녁	백미밥 콩가루배추국 돈육굴소스볶음 마늘쫄무침 제철나물 배추김치	백미밥 닭개장 돈파불고기 무생채 제철나물 배추김치	백미밥 배추된장국 동태무조림 크래미달걀볶음 제철나물 배추김치	백미밥 콩나물김치국 단호박카레 토마토소스미트볼 마카로니콘샐러드 배추김치	백미밥 된장찌개 돈육김치찜 단호박조림 제철나물 배추김치	백미밥 장터국밥 데리야끼치킨 청포묵양념장 제철나물 배추김치	백미밥 감자양파국 오삼불고기 어묵볶음 제철나물 배추김치
	737kcal	745kcal	743kcal	748kcal	740kcal	744kcal	742kcal
일자	4월 12일(일)	4월 13일(월)	4월 14일(화)	4월 15일(수)	4월 16일(목)	4월 17일(금)	4월 18일(토)
아침	백미밥 닭곰탕 계란장조림 양념깻잎지 제철나물 배추김치	백미밥 콩나물김치국 닭살채소조림 김구이 제철나물 배추김치	백미밥 설렁탕 채소계란찜 맛살채소볶음 제철나물 배추김치	백미밥 소고기무국 참치두부조림 김자반 제철나물 배추김치	백미밥 어묵김치국 돈육피망볶음 모듬콩자반 제철나물 배추김치	백미밥 사골우거지탕 베이컨계란찜 멸치무조림 제철나물 배추김치	백미밥 건새우무국 양념두부조림 불어묵파볶음 구이김 배추김치
	639kcal	636kcal	645kcal	638kcal	641kcal	639kcal	644kcal

점심	백미밥 근대된장국 돈육김치볶음 양배추샐러드 제철나물 배추김치	백미밥 나가사끼짬뽕국 마파두부 청경채볶음 제철나물 배추김치	백미밥 콩나물해장국 춘천닭갈비 부추무침 제철나물 배추김치	백미밥 콩가루배추국 훈제오리채소볶음 청포묵양념장 제철나물 배추김치	백미밥 청국장찌개 고추장불고기 참치마요샐러드 제철나물 배추김치	백미밥 육개장 연양불고기 숙갓두부무침 제철나물 배추김치	백미밥 돈육김치찌개 간장제육 파스타샐러드 제철나물 배추김치
	743kcal	745kcal	736kcal	755kcal	746kcal	745kcal	742kcal
저녁	백미밥 두부새우젓찌개 안동찜닭 새송이볶음 제철나물 배추김치	백미밥 순살감자탕 돈파불고기 건과류멸치볶음 제철나물 배추김치	백미밥 된장찌개 간장제육 무생채 제철나물 배추김치	백미밥 가스오장국 돈육카레 계란장조림 상추겉절이 배추김치	백미밥 닭개장 수육 무무침 제철나물 배추김치	백미밥 맑은미역국 닭살김치찜 단호박조림 제철나물 배추김치	백미밥 시래기된장국 순살데리야끼치킨 양배추된장지짐 제철나물 배추김치
	742kcal	746kcal	739kcal	738kcal	755kcal	748kcal	739kcal
일자	4월 19일(일)	4월 20일(월)	4월 21일(화)	4월 22일(수)	4월 23일(목)	4월 24일(금)	4월 25일(토)
아침	백미밥 설렁탕 명란계란찜 알감자조림 제철나물 배추김치	백미밥 순두부백탕 돈육채소볶음 김구이 제철나물 배추김치	백미밥 소고기무국 두부조림 브로콜리볶음 제철나물 배추김치	백미밥 근대된장국 시금치프리타타 어묵채소볶음 제철나물 배추김치	백미밥 사골우거지탕 닭살간장조림 김자반 제철나물 배추김치	백미밥 닭곰탕 참치두부조림 호박새우젓볶음 제철나물 배추김치	백미밥 건새우무국 계란장조림 햄김치볶음 제철나물 배추김치
	640kcal	639kcal	641kcal	642kcal	640kcal	642kcal	638kcal
점심	백미밥 된장찌개 생선조림 건파래볶음 제철나물 배추김치	백미밥 맑은미역국 어항가지 물만두/초간장 제철나물 배추김치	백미밥 냉이된장국 닭살두루치기 감자채볶음 제철나물 배추김치	백미밥 동태맑은국 간장찜닭 한식잡채 제철나물 배추김치	백미밥 조갯살된장국 제육볶음 제철나물 양배추콘샐러드 배추김치	백미밥 콩가루배추국 오삼불고기 감자조림 제철나물 배추김치	백미밥 콩비지찌개 간장제육 연근조림 제철나물 배추김치
	736kcal	736kcal	741kcal	742kcal	742kcal	746kcal	750kcal
저녁	백미밥 콩나물김치국 간장불고기 건새우마늘쫀 제철나물 배추김치	백미밥 순살감자탕 오징어삼겹볶음 청포묵김가루무침 제철나물 배추김치	백미밥 돈육김치찌개 돈파불고기 고구마샐러드 제철나물 배추김치	백미밥 소고기장터국 양배추참치볶음 단호박조림 제철나물 배추김치	백미밥 계란부추국 돈육짜장 제철나물 단무지무침 배추김치	백미밥 수제비국 돈육숙주볶음 김치볶음 제철나물 배추김치	백미밥 시래기된장국 순살닭갈비 제철나물 흑임자샐러드 배추김치
	738kcal	745kcal	742kcal	745kcal	748kcal	746kcal	741kcal
일자	4월 26일(일)	4월 27일(월)	4월 28일(화)	4월 29일(수)	4월 30일(목)		
아침	백미밥 근대된장국 돈육채소볶음 어묵조림 제철나물 배추김치	백미밥 닭곰탕 돈육두부조림 우거지된장지짐 제철나물 배추김치	백미밥 콩나물해장국 닭살간장조림 김치볶음 제철나물 배추김치	백미밥 사골우거지탕 계란찜 소세지겉절이볶음 제철나물 배추김치	백미밥 소고기무국 두부조림 김자반 제철나물 배추김치		
	640kcal	641kcal	639kcal	641kcal	644kcal		
점심	백미밥 참치김치찌개 굴소스닭조림 치커리유자청무침 제철나물 배추김치	백미밥 배추된장국 훈제오리불고기 느타리초무침 제철나물 배추김치	백미밥 맑은미역국 제육볶음 양배추된장무침 제철나물 배추김치	백미밥 콩비지찌개 간장제육 건새우마늘쫀 제철나물 배추김치	백미밥 청국장찌개 순살찜닭 상추겉절이 제철나물 배추김치		
	745kcal	748kcal	738kcal	742kcal	743kcal		
저녁	백미밥 오징어콩나물국 미트볼토마토소스 오이무침 제철나물 배추김치	백미밥 부대찌개 간장불고기 단호박샐러드 제철나물 배추김치	백미밥 순살감자탕 데리야끼치킨 실곤약야채무침 제철나물 배추김치	백미밥 조갯살된장국 순살닭갈비 청포묵무침 제철나물 배추김치	백미밥 가스오장국 단호박카레 생선가스/타르타르 무생채 배추김치		
	742kcal	749kcal	740kcal	739kcal	748kcal		

식재료 수급상황에 따라 일부 메뉴는 변경될 수 있습니다

4월 [간식] 식단표

일자				4월 1일(수)	4월 2일(목)	4월 3일(금)	4월 4일(토)
오전 간식				닭죽	당근죽	매생이죽	호박죽
오후 간식				과자/두유	카스타드/주스	과자/비피더스	요플레
일자	4월 5일(일)	4월 6일(월)	4월 7일(화)	4월 8일(수)	4월 9일(목)	4월 10일(금)	4월 11일(토)
오전 간식	흑임자죽	누룽지죽	참깨죽	참치채소죽	김죽	팥죽	브로콜리죽
오후 간식	과자/주스	과자/주스	감자/두유	과자/주스	요플레	단호박/주스	초코파이/주스
일자	4월 12일(일)	4월 13일(월)	4월 14일(화)	4월 15일(수)	4월 16일(목)	4월 17일(금)	4월 18일(토)
오전 간식	들깨죽	호박죽	크래미채소죽	닭죽	흑임자죽	참치채소죽	참깨죽
오후 간식	과자/주스	과자/두유	계란/주스	초코파이/주스	요플레	감자/두유	카스타드/주스
일자	4월 19일(일)	4월 20일(월)	4월 21일(화)	4월 22일(수)	4월 23일(목)	4월 24일(금)	4월 25일(토)
오전 간식	팥죽	닭죽	당근죽	들깨죽	감자미역죽	누룽지죽	부추죽
오후 간식	과자/주스	과자/주스	감자/두유	카스타드/주스	요플레	단호박/주스	초코파이/주스
일자	4월 26일(일)	4월 27일(월)	4월 28일(화)	4월 29일(수)	4월 30일(목)		
오전 간식	흑임자죽	크래미채소죽	팥죽	호박죽	새우살채소죽		
오후 간식	과자/두유	과자/비피더스	요플레	과자/주스	감자/주스		

식재료 수급상황에 따라 일부 메뉴는 변경될 수 있습니다

주요 식료품 원산지

(2026년 4월)

식재료명	원산지
우육	호주산
계육 (오리 포함)	국내산
돈육	국내산
오징어	페루산
낙지	베트남
꽃게	중국산
참조기	중국산
고등어	국내산
명태	러시아산
갈치	남아공
미꾸라지	국내산/중국산
쌀	국내산
죽	국내산, 미국산
두부(순두부/연두부 포함)	대두(외국산/미국, 캐나다, 호주)
배추김치	배추, 고춧가루 중국산

* 식재료 수급상황에 따라 일부 식재의 원산지가 변경될 수 있음을 알려드립니다.