

# 주간식단표 ( 8. 26 ~ 9. 1 )

구분	8월 26일 월		8월 27일 화		8월 28일 수		8월 29일 목		8월 30일 금		8월 31일 토		9월 1일 일	
	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식
조식	차조밥	채소죽	보리밥	호박채소죽	차수수밥	새송이죽	발아현미밥	콩죽	차조밥	호두죽	수수밥	새우살채소죽	현미보리밥	시금치된장죽
	오징어무국	오징어무국	쇠고기미역국	쇠고기미역국	나박김치	나박김치	들깨냉이국	들깨냉이국	복어무국	복어무국	양송이스프	양송이스프	열무된장국	열무된장국
	바삭불고기	바삭불고기	소세지볶음	소세지볶음	임연수무조림	임연수무조림	쇠고기두부조림	쇠고기두부조림	닭안심카레조림	닭안심카레조림	브로커리베이컨볶음	브로커리베이컨볶음	류산슬	류산슬
	새송이밤조림	새송이밤조림	애호박나물	애호박나물	토란조림	토란조림	무청새우젓볶음	무청새우젓볶음	마늘종표고볶음	마늘종표고볶음	메추리알조림	메추리알조림	곤드레나물	곤드레나물
	튀각	튀각	올방개묵무침	올방개묵무침	비름나물	비름나물	오이지무침	오이나물	비타장아찌	비타장아찌	죽순어묵볶음	죽순어묵볶음	파래자반	파래자반
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	비빔밥	당근죽	발아현미밥	새송이죽	차수수밥	당근죽
	쇠고기된장찌개	쇠고기된장찌개	알탕	알탕	유채된장국	유채된장국	만두완탕	만두완탕	바지락미역국	바지락미역국	건새우아욱국	건새우아욱국	갈비탕	갈비탕
	가자미구이	가자미구이	두부계란부침	두부계란부침	오리불고기	오리불고기	고등어김치찜	고등어김치찜	치즈돈까스/소스	돼지불고기	돼지불고기	돼지불고기	완자전/애호박전	완자호박조림
	감자채볶음	감자채볶음	느타리쇠고기볶음	느타리쇠고기볶음	모듬쌈/쌈장	양배추연근조림	호박나물	호박나물	계란후라이	모듬나물	건가지두반장볶음	가지나물	두부조림	두부조림
	콩나물	콩나물	열갈이된장무침	열갈이된장무침	마늘종어묵볶음	마늘종어묵볶음	참나물생채	참나물	마카로니콘샐러드	옥수수조림	맛살파프리카조림	맛살파프리카조림	복어채무침	맛살볶음
	포기김치	백김치	부추김치	백김치	포기김치	백김치	김구이	백김치	열무김치	백김치	포기김치	백김치	깍두기	백김치
같은 간식	토마토주스		알로에주스		포도주스		배주스		오렌지주스		샤인머스켓주스		당근주스	
석식	팥밥	들깨죽	김치어묵우동	호두죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	어묵매운탕	어묵국	유부초밥	사골우거지국	돼지김치찌개	돼지김치찌개	시금치된장국	시금치된장국	버섯들깨탕	버섯들깨탕	해물순두부찌개	해물순두부찌개	청국장찌개	청국장찌개
	닭찜	닭찜	새우튀김	새우살감자조림	잡채	잡채	돼지고추장불고기	돼지불고기	갈치구이	갈치구이	닭안심데리야끼조림	닭안심데리야끼조림	돼지장조림	돼지장조림
	맛살팽이볶음	맛살팽이볶음	명이나물장아찌	명이나물장아찌	해물완자굴소스조림	해물완자굴소스조림	계란조림	계란조림	숙주미나리무침	숙주미나리무침	감자채볶음	감자채볶음	과리고추멸치볶음	멸치볶음
	도라지나물	도라지나물	양상추샐러드	양배추볶음	궁채들깨볶음	궁채들깨볶음	취어채아몬드볶음	무조림	연근땅콩조림	연근조림	우거지청국지침	우거지청국지침	숙갓무침	숙갓무침
	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	김구이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식	포도주스		사과주스		망고주스		토마토주스		알로에주스		토마토주스		배주스	
오후 간식	삶은계란/식혜	식혜	카스 테라/아이스티	아이스티	단호박팥찜	당근주스	두유(베지밀)	두유(베지밀)	바나나	포도주스	시리얼/우유	우유	편빵/요구르트	망고주스
저녁 간식	떠먹는요구르트		바나나맛두유		떠먹는요구르트		우유(100ml)		떠먹는요구르트		마시는요구르트(포도)		떠먹는요구르트	

\* 위 식단은 내부사정과 식품 수급사정에 따라 다소 변경 될 수 있습니다

\* 식품원산지는 아래를 기준으로 하며, 변경 및 특이사항은 별도 표기를 원칙합니다

쌀(밥, 죽, 누룽지) : 국내산, 배추김치류 : 배추 / 고추가루-국내산, 두부 : 외국산, 콩비지/연두부 : 국내산,  
 쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 소시지:돼지/닭(국내산), 오리:국내산, 치즈돈까스:돼지(국산), 베이컨:돼지(외국산),  
 오징어:국내산, 해물완자:오징어(칠레/페루산), 고등어(캔):국내산, 갈치-모로코산, 오징어(솔방울):중국산,

# 주간식단표 ( 8. 19 ~ 8. 25 )

구분	8월 19일 월		8월 20일 화		8월 21일 수		8월 22일 목		8월 23일 금		8월 24일 토		8월 25일 일	
	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식
조식	차조밥	채소죽	보리밥	호박채소죽	차수수밥	새송이죽	발아현미밥	콩죽	차조밥	호두죽	수수밥	새우살채소죽	현미보리밥	시금치된장죽
	열무된장국	열무된장국	콩나물김치국	콩나물김치국	아귀맑은탕	아귀맑은탕	두부새우젓찌개	두부새우젓찌개	닭개장	닭개장	쇠고기무국	쇠고기무국	근대국	근대국
	삼치구이	삼치구이	참치감자조림	참치감자조림	장독뚝이	장독뚝이	미트볼조림	미트볼조림	잡채	잡채	코다리살조림	코다리살조림	닭봉데리아끼조림	닭안심데리아끼조림
	숙주나물	숙주나물	메추리알조림	메추리알조림	마늘쫄볶음	마늘쫄볶음	느타리쇠고기볶음	느타리쇠고기볶음	애호박나물	애호박나물	맛살새송이볶음	맛살새송이볶음	참나물	참나물
	연두부/양념장	연두부/양념장	명란젓갈	명란젓갈	갯잎장아찌	갯잎장아찌	김구이	김구이	명이나물장아찌	명이나물장아찌	파래자반	파래자반	무짬지새우젓볶음	무짬지새우젓볶음
	포기김치	백김치	백김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	메밀국수	당근죽	발아현미밥	새송이죽	잔치국수	당근죽
	콩비지찌개	콩비지찌개	설렁탕	설렁탕	어묵매운탕	어묵국	호박익힌장국	호박익힌장국	옥수수감자밥(소)	얼갈이된장국	시금치된장국	시금치된장국	영양찰밥(소)	쇠고기무국
	우엉잡채	우엉잡채	골뱅이무침	임연수무조림	돼지춘장조림	돼지춘장조림	닭볶음	닭볶음	오징어무침	오징어조림	매콤돼지사태찜	돼지사태찜	돈까스/데미	애호박새우젓볶음
	시금치나물	시금치나물	맛살볶음	맛살볶음	참치계란볶음	참치계란볶음	어묵감자조림	어묵감자조림	모듬튀김	감자조림	나물갯잎볶음	나물갯잎볶음	콩나물	콩나물
	오징어젓갈	명란젓갈	오이고추된장무침	연두부/양념장	해초무침	김구이	고사리들깨볶음	고사리들깨볶음	양배추샐러드	양배추볶음	탕평채	탕평채	파래자반	파래자반
	파김치	백김치	깍두기	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	열무김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치
같은 간식	토마토주스		알로에주스		포도주스		배주스		오렌지주스		샤인머스켓주스		당근주스	
석식	팥밥	들깨죽	기장밥	호두죽	베이컨채소볶음밥	감자죽	기장밥	들깨죽	보리밥	새송이버섯죽	차수수밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	미역국	미역국	애호박된장찌개	애호박된장찌개	유부된장국	유부된장국	돼지고추장찌개	돼지고추장찌개	청국장찌개	청국장찌개	만두완탕	만두완탕	사골우거지국	사골우거지국
	쇠고기불고기	쇠고기불고기	닭찜	닭찜	김치볶음	베이컨채소볶음	갈치무조림	갈치무조림	건새우참나물전	돼지불고기	조기양념찜	조기양념찜	계란채소볶음	계란채소볶음
	어묵볶음	어묵볶음	취나물	취나물	해리포테이토	감자옛장조림	꽃맛살볶음	꽃맛살볶음	가지나물	가지나물	두부감자조림	두부감자조림	꼬막양념조림	꼬막양념조림
	고추잎무침	고추잎무침	연근유자샐러드	연근조림	양상추샐러드	호박나물	오이나물	오이나물	들기름갯잎찜	들기름갯잎찜	열무나물	열무나물	부추겉절이	부추나물
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	단무지무침	백김치	포기김치	백김치	무생채	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식	포도주스		사과주스		망고주스		토마토주스		알로에주스		토마토주스		배주스	
오후 간식	마들렌/밀크티	밀크티	메론	샤인머스켓주스	바나나우유	바나나우유	양갱	오렌지주스	바나나릭/요구르트	포도주스	호박죽	사과주스	生~망고주스	生~망고주스
저녁 간식	마시는요구르트(사과)		떠먹는요구르트		떠먹는요구르트		고칼슘두유		떠먹는요구르트		떠먹는요구르트		우유(100ml)	

\* 위 식단은 내부사정과 식품 수급사정에 따라 다소 변경 될 수 있습니다  
 \* 식품원산지는 아래를 기준으로 하며, 변경 및 특이사항은 별도 표기를 원칙합니다  
 쌀(밥, 죽, 누룽지) : 국내산, 배추김치류 : 배추 / 고추가루-국내산, 두부 : 외국산, 콩비지/연두부 : 국내산,  
 쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 베이컨:돼지(외국산), 미트볼:돼지/닭(국산), 만두:돼지(국산), 돈까스:돼지(국산)  
 갈치:모로코산, 오징어:국내산, 오징어(솔방울):중국산, 코다리:러시아산, 조기:국내산



# 주간식단표 ( 8. 12 ~ 8. 18 )

구분	8월 12일 월		8월 13일 화		8월 14일 수		8월 15일 목		8월 16일 금		8월 17일 토		8월 18일 일	
	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식
조식	차조밥	채소죽	보리밥	호박채소죽	차수수밥	새송이죽	발아현미밥	콩죽	차조밥	호두죽	수수밥	새우살채소죽	현미보리밥	시금치된장죽
	아욱국	아욱국	순두부찌개	순두부찌개	얼갈이된장국	얼갈이된장국	경상도식무국	경상도식무국	시금치된장국	시금치된장국	대구맑은탕	대구맑은탕	복어국	복어국
	돼지불고기	돼지불고기	소세지채소볶음	소세지채소볶음	닭안심볶음	닭안심볶음	꼬막양념조림	꼬막양념조림	쇠고기두부조림	쇠고기두부조림	메추리알장조림	메추리알장조림	쇠고기감자조림	쇠고기감자조림
	무나물	무나물	열무된장무침	열무된장무침	참나물	참나물	시금치나물	시금치나물	비름나물	비름나물	취나물	취나물	미나리무침	미나리무침
	깻잎장아찌	깻잎장아찌	김구이	김구이	간장마늘종장아찌	간장마늘종장아찌	튀각	튀각	무짬지무침	무짬지무침	오이지무침	오이볶음	파래자반	파래자반
	포기김치	백김치	백김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	냉면	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	김치콩나물밥	당근죽	발아현미밥	새송이죽	사골떡만두국	당근죽
	콩나물국	콩나물국	복어미역국	복어미역국	영양찰밥(소)	건새우아욱국	청국장찌개	청국장찌개	우무냉국	우무냉국	햄섞어찌개	햄섞어찌개	옥수수밥	사골무국
	오징어볶음/소면	오징어장조림	닭채소조림	닭채소조림	LA갈비구이	쇠고기불고기	돼지청양불고기	돼지불고기	생선까스/소스	삼치무조림	코다리양념찜	코다리양념찜	유리기	닭안심볶음
	토마토계란볶음	토마토계란볶음	맛살겨자냉채	맛살채볶음	고추지무침	호박새우전볶음	어묵볶음	어묵볶음	느타리버섯무침	느타리쇠고기볶음	건가지볶음	건가지볶음	콩나물	콩나물
	죽순들깨볶음	죽순들깨볶음	견과견새우조림	견과견새우조림	감자범벅	감자범벅	무나물	무나물	김구이&양념장	김구이	연근땅콩조림	연근조림	무짬지무침	무짬지무침
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	열무김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치
같은 간식	토마토주스		알로에주스		포도주스		배주스		오렌지주스		샤인머스켓주스		당근주스	
석식	팥밥	들깨죽	쇠고기전복죽	쇠고기전복죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	육개장	육개장	나박김치	나박김치	호박고추장찌개	호박고추장찌개	도토리묵사발	동치미	사골미역국	사골미역국	유채된장국	유채된장국	어묵국	어묵국
	느타리어묵볶음	느타리어묵볶음	모듬전	완자옛장조림	고등어고사리찜	고등어고사리찜	쇠고기장조림	쇠고기장조림	잡채	잡채	오리불고기	오리불고기	폭찜	폭찜
	호박나물	호박나물	명란젓갈	명란젓갈	숙갓나물	숙갓나물	청경채볶음	청경채볶음	감자조림	감자조림	브로커리된장무침	브로커리된장무침	노각무침	노각무침
	탕평채	탕평채	부추생채	부추버섯볶음	새송이밤조림	새송이밤조림	우엉조림	우엉조림	도라지무침	도라지볶음	데친두부	두부조림	멸치마늘볶음	멸치마늘볶음
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	들기름김치볶음	백김치	포기김치	백김치
같은 간식	포도주스		사과주스		망고주스		토마토주스		알로에주스		토마토주스		배주스	
오후 간식	쌀과자/수정과	수정과	미숫가루셰이크	미숫가루셰이크	과일주스(썬업)	과일주스(썬업)	편고구마/요구르트	오렌지주스	황도	포도주스	치즈감자스프(+크루통)	사과주스	편빵/요구르트	망고주스
저녁 간식	우유(100ml)		떠먹는요구르트		떠먹는요구르트		마시는요구르트(포도)		떠먹는요구르트		초코맛두유		떠먹는요구르트	

\* 위 식단은 내부사정과 식품 수급사정에 따라 다소 변경 될 수 있습니다

\* 식품원산지는 아래를 기준으로 하며, 변경 및 특이사항은 별도 표기를 원칙합니다

쌀(밥, 죽, 누룽지) : 국내산, 배추김치류 : 배추 / 고추가루-국내산, 두부 : 외국산, 콩비지/연두부 : 국내산,  
 쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 소시지:돼지/닭(국내산), 소(LA갈비):호주산, 런천미트:돼지/닭(국산), 부대행:돼지/닭(국산),  
 오리:국산, 닭(가라아케):국내산, 오징어:국내산, 오징어(솔방울):중국산, 전복:국내산, 고등어(캔):국산, 코다리:러시아산,

# 주간식단표 ( 8. 5 ~ 8. 11 )

구분	8월 5일 월		8월 6일 화		8월 7일 수		8월 8일 목		8월 9일 금		8월 10일 토		8월 11일 일	
	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식
조식	차조밥	채소죽	보리밥	호박채소죽	차수수밥	새송이죽	발아현미밥	콩죽	차조밥	호두죽	수수밥	새우살채소죽	현미보리밥	시금치된장죽
	돼지고추장찌개	돼지고추장찌개	시금치된장국	시금치된장국	콩가루배추국	콩가루배추국	사골미역국	사골미역국	얼갈이된장국	얼갈이된장국	두부새우젓찌개	두부새우젓찌개	닭곰탕	닭곰탕
	잡채	잡채	닭안심데리야끼조림	닭안심데리야끼조림	임연수무조림	임연수무조림	참치계란볶음	참치계란볶음	돼지춘장볶음	돼지춘장볶음	느타리쇠고기볶음	느타리쇠고기볶음	미트볼청경채조림	미트볼청경채조림
	참나물무침	참나물무침	어묵볶음	어묵볶음	숙주미나리무침	숙주미나리무침	청경채조림	청경채조림	그린빈햄조림	그린빈햄조림	열무된장무침	열무된장무침	우엉버섯볶음	우엉버섯볶음
	마늘장아찌	마늘조림	명이장아찌	명이장아찌	연두부/양념장	연두부/양념장	무짬지무침	무짬지무침	튀각	튀각	채소피클	무조림	올방개묵김무침	올방개묵김무침
	백김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	콩국수	당근죽	발아현미밥	새송이죽	하이라이스	당근죽
	냉이된장국	냉이된장국	돼지김치찌개	돼지김치찌개	쇠고기들깨탕	쇠고기들깨탕	해물순두부찌개	해물순두부찌개	유부초밥	콩국	유채된장국	유채된장국	크림스프	크림스프
	돼지장조림	돼지장조림	가자미튀김	가자미무조림	햄계란부침	햄계란부침	돼지불고기	돼지불고기	탕수육	베이컨감자볶음	돼지바삭불고기	돼지바삭불고기	치즈고구마돈가스	돼지불고기
	버섯볶음	버섯볶음	감자조림	감자조림	취나물	취나물	오이부추무침	오이나물	마늘쫀든장무침	마늘쫀조림	계란조림	계란볶음	고사리나물	고사리나물
	무청새우젓볶음	무청새우젓볶음	숙주나물	숙주나물	진미채무침	호박나물	양배추쌈/쌈장	양배추볶음	토마토마리네이드	토마토계란볶음	시금치나물	시금치나물	양배추사과사라다	하이스소스
	포기김치	백김치	고들빼기무침	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	단무지락교무침	백김치
같은 간식	토마토주스		알로에주스		포도주스		배주스		오렌지주스		샤인머스켓주스		당근주스	
석식	팥밥	들깨죽	곤드레밥	호두죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	쇠고기감자국	쇠고기감자국	동치미	동치미	황태무국	황태무국	건새우아욱국	건새우아욱국	대구맑은탕	대구맑은탕	콩나물김치국	콩나물김치국	게맛살계란탕	게맛살계란탕
	삼치구이	삼치구이	돈가스/데미	돼지장조림	돼지고추장불고기	돼지불고기	쇠고기감자조림	쇠고기감자조림	닭볶음	닭볶음	갈치무조림	갈치무조림	피망잡채/꽃빵	피망잡채
	콩나물	콩나물	도라지오이무침	도라지볶음	상추쌈&쌈장	채소조림	맛살볶음	맛살볶음	부들어묵조림	부들어묵조림	깻잎멸치조림	깻잎멸치조림	물만두찜	물만두찜
	연두부새우쌈샐러드	연두부양념조림	김구이&양념장	김구이	고구마줄기원장무침	고구마줄기원장무침	애호박새우젓나물	애호박새우젓나물	연근샐러드	연근조림	표고마늘쫀볶음	표고마늘쫀볶음	짜사이볶음	무조림
	포기김치	백김치	열무김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	부추김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식	포도주스		사과주스		망고주스		토마토주스		알로에주스		토마토주스		망고주스	
오후 간식	살은계란&요구르트	오렌지주스	수박화채	샤인머스켓주스	사브레&라떼	라떼	팥죽	오렌지주스	冷~연시	포도주스	시리얼&우유	우유	갈아만든배주스	갈아만든배주스
저녁 간식	떠먹는요구르트		아몬드&잣두유		떠먹는요구르트		우유(100ml)		떠먹는요구르트		떠먹는요구르트		마시는요구르트(사과)	

\* 위 식단은 식품 수급사정에 따라 다소 변경 될 수 있습니다

\* 식품원산지는 아래를 기준으로 하며, 변경 및 특이사항은 별도 표기를 원칙합니다

쌀(밥, 죽, 누룽지) : 국내산, 배추김치류 : 배추 / 고추가루-국내산, 두부 : 외국산, 콩비지/연두부 : 국내산, 콩국:대두(외국산)

쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 돈가스:돼지(국산), 런천미트:돼지/닭(국산), 햄:돼지/닭(국산), 탕수육:돼지(국산), 베이컨:돼지(외국산)

미트볼:돼지/닭(국산), 치즈고구마돈가스:돼지(국산), 꽃게:중국산, 오징어(솔방울):중국산, 갈치:모로코산,



성남시  
노인보건센터  
Seongnam Center of Senior Health

# 주간식단표 ( 7. 29 ~ 8. 4 )

구분	7월 29일 월		7월 30일 화		7월 31일 수		8월 1일 목		8월 2일 금		8월 3일 토		8월 4일 일	
	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식
조식	차조밥	채소죽	보리밥	호박채소죽	차수수밥	새송이죽	발아현미밥	콩죽	차조밥	호두죽	수수밥	새우살채소죽	현미보리밥	시금치된장죽
	경상도식무국	경상도식무국	된장찌개	된장찌개	표고미역국	표고미역국	콩비지찌개	콩비지찌개	아귀맑은탕	아귀맑은탕	삼색수제비국	삼색수제비국	시래기된장국	시래기된장국
	류산슬	류산슬	바싹불고기	바싹불고기	코다리무조림	코다리무조림	돼지장조림	돼지장조림	햄감자조림	햄감자조림	계란야채볶음	계란야채볶음	닭살채소조림	닭살채소조림
	비름나물	비름나물	호박나물	호박나물	궁채들깨볶음	궁채들깨볶음	브로커리볶음	브로커리볶음	숙주나물	숙주나물	취나물	취나물	들깨고사리볶음	들깨고사리볶음
	깻잎장아찌	깻잎장아찌	김구이	김구이	오복채장아찌	오복채장아찌	고들빼기무침	김구이	오징어젓갈	명란젓갈	오이지무침	오이지무침	튀각	튀각
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	김구이	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	아보카도카레라이스	당근죽	발아현미밥	새송이죽	날치알볶음밥	당근죽
	콩나물무국	콩나물무국	동태찌개	동태찌개	돼지감자탕	돼지감자탕	닭곰탕	닭곰탕	냉우동(소)	우동국물	우거지청국장찌개	우거지청국장찌개	미역장국	미역장국
	쇠고기불고기	쇠고기불고기	소세지바질볶음	소세지바질볶음	어묵떡볶이	어묵볶음	콩나물잡채	콩나물잡채	새우튀김&양파튀김	새우살조림	춘천식)닭볶음	춘천식)닭볶음	생선까스/소스	임연수무조림
	마늘쫀무침	마늘쫀볶음	메추리알조림	메추리알조림	해물완자조림	해물완자조림	애호박새우젓볶음	애호박새우젓볶음	느타리채소무침	느타리버섯볶음	도라지나물	도라지나물	명이나물장아찌	명이나물장아찌
	얼갈이된장무침	얼갈이된장무침	시금치나물	시금치나물	참나물	참나물	들기름깻잎찜	들기름깻잎찜	양상추샐러드	카레소스	취어채아몬드조림	연두부/양념장	연근샐러드	연근조림
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	깍두기	백김치	열무김치	백김치	단무지락교무침	백김치	포기김치	백김치	들기름김치볶음	백김치
같은 간식	토마토쥬스		알로에쥬스		포도쥬스		배쥬스		오렌지쥬스		샤인머스켓쥬스		당근쥬스	
석식	팥밥	들깨죽	잔치국수	호두죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	유채된장국	유채된장국	영양찰밥(소)	쇠고기무국	복어국	복어국	시금치된장국	시금치된장국	쇠고기무국	쇠고기무국	어묵무국	어묵무국	오징어무국	오징어무국
	닭안심데리야끼조림	닭안심데리야끼조림	가지두반장볶음	가지볶음	돼지고추장불고기	돼지불고기	조기양념조림	조기양념조림	마파두부	마파두부	고등어김치찜	고등어무조림	돼지갈비찜	돼지양념찜
	감자채볶음	감자채볶음	만두강정	만두찜	두부조림	두부조림	쇠고기버섯볶음	쇠고기버섯볶음	꽃맛살채소볶음	꽃맛살채소볶음	감자조림	감자조림	탕평채	탕평채
	우무냉채	연두부/양념장	코슬로우	옥수수채소조림	오이고추된장무침	무조림	죽순볶음	죽순볶음	무짬지새우젓볶음	무짬지새우젓볶음	열무된장무침	열무된장무침	썩갓생채	썩갓나물
	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	백김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식	포도쥬스		사과쥬스		망고쥬스		토마토쥬스		알로에쥬스		토마토쥬스		배쥬스	
오후 간식	카스 테라/요구르트	오렌지쥬스	수박	샤인머스켓쥬스	딸기쉐이크	딸기쉐이크	마시는요구르트	마시는요구르트	아이스티/과자(새우깡)	아이스티	병아리콩스프(+크루통)	사과쥬스	찐감자/단호박식혜	단호박식혜
저녁 간식	떠먹는요구르트		마시는요구르트		떠먹는요구르트		바나나맛두유		떠먹는요구르트		우유(100ml)		떠먹는요구르트	

\* 위 식단은 식품 수급사정에 따라 다소 변경 될 수 있습니다

\* 식품원산지는 아래를 기준으로 하며, 변경 및 특이사항은 별도 표기를 원칙합니다

쌀(밥, 죽, 누룽지) : 국내산, 배추김치류 : 배추 / 고추가루-국내산, 두부 : 외국산, 콩비지/연두부 : 국내산,  
 쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 소시지:돼지/닭(국산), 런천미트:돼지/닭(국산), 초핑햄:돼지/닭(국산), 베이컨:돼지(외국산)  
 오징어:국내산, 오징어(술방울):중국산, 동태:미국산, 코다리:러시아산, 해물완자:오징어(칠레, 페루산), 조기:국내산, 고등어(캔):국내산,

