주 간 식 단 표

요일 / 날짜						8/1(토)	8/2(일)
행복한 아침						잡곡밥 홍합무채국 너비아니조림 새콤달콤도라지무침 김자반 나박김치	잡곡밥 애호박새우젓국 동태무우조림 쑥갓무침 구이김 나박김치
						우유	두유
활력이 넘치는 점심						잡곡밥 황태채콩나물국 닭볶음탕(감자) 느타리버섯볶음 브로콜리무침 배추김치	잡곡밥 유부무채된장국 소불고기 도토리묵/양념장 건파래무침(부추) 배추김치
건강을 생각하는 저녁						잡곡밥 청국장찌개 (두부,콩나물) 매콤아귀조림 우엉채떡살볶음 콩자반 배추김치	잡곡밥 부대찌개 (두부,베이크드빈스,소스) 꼬마돈까스/케찹 감자채야채볶음 비빔낙지젓 배추김치
열량/단백질						2025kcal/92g	1935kcal/94g

* 위 메뉴는 식재료 수급상황에 따라 변경될 수 있으니 양해해 주시기 바랍니다 *
소고기-> 수입산(호주)/돼지, 닭고기, 오리고기(가공품) -> 국내산/백미, 찹쌀, 흑미, 현미,서리태콩-> 국내산/죽,누룽지 -> 국내산
배추김치(배추, 고춧가루) ->중국산/고춧가루->국내산/대두(두부류, 콩비지) -> 외국산/명태,코다리 -> 러시아산/오징어 -> 국내산/주꾸미->베트남산/아귀->중국산/우렁 -> 국내산
삼치 -> 국내산/고등어 -> 노르웨이/가자미-> 러시아산/조기 -> 중국산/홍합살->중국산/바지락살->중국산/날치알->외국산(태국,페루 등)/새우살->베트남산/굴->국내산/
오징어젓,낙지젓 -> 중국산/참치캔,꽁치캔 -> 원양산/베이컨,스팸 –> 외국산(이 외 별도표기)

주 간 식 단 표

요일 / 날짜	26.8/3(월)	8/4(화)	8/5(수)	8/6(목)	8/7(금)	8/8(토)	8/9(일)
행복한 아침	잡곡밥 누룽지탕 메추리알곤약조림 숙주나물무침 구이김 나박김치	잡곡밥 육개장 (숙주,고사리) 두부민찌간장조림 참나물무침 김자반 나박김치	잡곡밥 우렁두부된장국 (애호박) 소고기꽈리고추조림 미나리나물무침 구이김 나박김치	잡곡밥 순두부애호박국 매콤아귀조림 쑥갓두부무침 김자반 나박김치	샌드위치 (식빵,감자,계란,당근, 머스타드S,피클,햄) 바나나	잡곡밥 건새우고추장찌개 (감자,애호박) 비엔나피망볶음 얼갈이무침 김자반 나박김치	잡곡밥 오징어콩나물국 떡갈비조림 새송이버섯볶음 구이김 나박김치
	두유	우유	그릭요거트	우유	불가리스	우유	두유
활력이 넘치는 점심	서리태콩밥 오이미역냉국 소불고기(팽이버섯) 로메인/호두쌈장 아삭이고추된장무침 배추김치	클로렐라밥 건새우아욱수제비국 고등어감자조림 고추튀김 우묵가사리새콤무침 열무김치	칼국수 (애호박,당근,양파,멸치 육수,바지락살,김가루) 고기왕만두찜 얼갈이겉절이(부추) (배추-국내산, 고춧가루-국내산)	서리태콩밥 부대찌개 (햄,두부,빈스,소스) 찜닭 (당면,감자,짬닭소스) 진미채고추장조림 시금치무침 배추김치	잡곡밥 새우살계란부춧국 돈사태김치찜 표고버섯튀김 브로콜리연근샐러드 (흑임자드레싱) 배추김치	잡곡밥 도토리묵냉국 (냉면육수,묵,오이,김치) 쭈꾸미볶음/명란마요S 콩나물무침 도시락김 배추김치	잡곡밥 조갯살시래기국 코다리무우조림 둥근호박새우젓볶음 실곤약샐러드(적채) 배추김치
	포도				수박바		
건강을 생각하는 저녁	떡라면(계란) 단무지/배추김치 불가리스	잡곡밥 참치김칫국 돈육불고기 도라지나물볶음 청경채무침 배추김치	잡곡밥 물만둣국 (사골육수,계란) 조기고사리조림 표고버섯볶음 청포묵/간장양념장 배추김치	잡곡밥 청국장찌개 (두부,콩나물) 불어묵피망조림 가지볶음 콩나물김가루무침 배추김치	잡곡밥 맑은감자국 가자미무우조림 고사리볶음 치커리나물무침 배추김치	잡곡밥 황태채무국 오리불고기 비름나물무침 콩자반 배추김치	잡곡밥 돈육김치찌개(두부) 날치알계란찜 미역줄기볶음 비빔낙지젓 배추김치
열량/단백질	2413kcal/90g	2315kcal/89g	2075kcal/92g	2175kcal/85g	2500kcal/94g	2075kcal/84g	1965kcal/96g

* 위 메뉴는 식재료 수급상황에 따라 변경될 수 있으니 양해해 주시기 바랍니다 *
소고기-> 수입산(호주)/돼지, 닭고기, 오리고기(가공품) -> 국내산/백미, 찹쌀, 흑미, 현미,서리태콩-> 국내산/죽,누룽지 -> 국내산
배추김치(배추, 고춧가루) ->중국산/고춧가루->국내산/대두(두부류, 콩비지) -> 외국산/명태,코다리 -> 러시아산/오징어 -> 국내산/주꾸미->베트남산/아귀->중국산/우렁 -> 국내산
삼치 -> 국내산/고등어 -> 노르웨이/가자미-> 러시아산/조기 -> 중국산/홍합살->중국산/바지락살->중국산/날치알->외국산(태국,페루 등)/새우살->베트남산/굴->국내산/
오징어젓,낙지젓 -> 중국산/참치캔,꽁치캔 -> 원양산/베이컨,스팸 –> 외국산(이 외 별도표기)

주 간 식 단 표

요일 / 날짜	26.8/10(월)	8/11(화)	8/12(수)	8/13(목)	8/14(금)	8/15(토)	8/16(일)
행복한 아침	잡곡밥 누룽지탕 매콤두부조림(민찌) 시래기된장무침 구이김 나박김치	쌀밥 소고기미역국 떡갈비조림 궁채들깨볶음 김자반 나박김치 *소고기-국내산*	잡곡밥 청국장찌개 (두부,콩나물) 가자미조림 비름나물무침 구이김 나박김치	샌드위치 (식빵,감자,계란,당근, 머스타드S,피클,햄) 바나나	잡곡밥 우렁두부된장국 돈육피망볶음 미나리나물무침 구이김 나박김치	잡곡밥 바지락부춧국 쇠고기장조림 미역줄기맛살볶음 김자반 나박김치	잡곡밥 육개장 (숙주,고사리) 사각어묵볶음 쑥갓두부무침 구이김 나박김치
	두유	우유	그릭요거트	우유	요구르트	우유	두유
활력이 넘치는 점심	잡곡밥 황태채두부계란국 닭볶음탕(감자) 깻잎전 크레미천사채샐러드 (오이) 보쌈김치 *보쌈김치-국내산*	서리태콩밥 우무콩국 (우무,콩가루,오이) 고추장불고기 양배추쌈/우렁쌈장 오이고추 배추김치	잔치국수 김치왕만두찜 (만두속김치-배추,국내산,고춧가루-중국산) 단무지 얼갈이겉절이(부추) (고춧가루-국내산, 얼갈이-국내산)	서리태콩밥 바지락시래기된장국 우삼겹숙주볶음(굴소스) (우삼겹-미국산) 새송이버섯조림 오이부추무침 배추김치	<<말복>> 삼계죽 (엄나무,인삼,대추,마늘 ,부추,당근,양파) 돈육표고버섯장조림 씨앗젓갈 부추겉절이 열무김치	잡곡밥 오리탕 (얼갈이,부추) 잔멸치아몬드조림 애호박볶음 새콤달콤도라지무침 배추김치	잡곡밥 매콤오징어무국 닭가슴살볶음 연근조림 부추양파무침 배추김치
	메로나	샤인머스켓			수박		
건강을 생각하는 저녁	잡곡밥 물만둣국 소세지계란부침 고사리볶음 얼갈이나물무침 배추김치	잡곡밥 유부된장국 고등어감자조림 우엉채볶음 청경채나물무침 배추김치	잡곡밥 맑은감자부춧국 오리불고기 느타리버섯볶음 열무나물무침 배추김치	잡곡밥 애호박순두부국 매콤아귀조림 알감자조림 건파래부추무침 배추김치	잡곡밥 돈육김치찌개(두부) 날치알계란찜 진미채고추장무침 치커리무침 배추김치	단호박죽 메추리알조림 청포묵김가루무침 비빔오징어젓 배추김치	잡곡밥 아욱두부된장국 꽁치꽈리고추조림 궁채볶음 콩자반 배추김치
열량/단백질	2330kcal/85g	2400kcal/88g	2365kcal/91g	1945kcal/82g	2530kcal/95g	2025kcal/93g	1985kcal/90g

* 위 메뉴는 식재료 수급상황에 따라 변경될 수 있으니 양해해 주시기 바랍니다 *
소고기-> 수입산(호주)/돼지, 닭고기, 오리고기(가공품) -> 국내산/백미, 찹쌀, 흑미, 현미,서리태콩-> 국내산/죽,누룽지 -> 국내산
배추김치(배추, 고춧가루) ->중국산/고춧가루->국내산/대두(두부류, 콩비지) -> 외국산/명태,코다리 -> 러시아산/오징어 -> 국내산/주꾸미->베트남산/아귀->중국산/우렁 -> 국내산
삼치 -> 국내산/고등어 -> 노르웨이/가자미-> 러시아산/조기 -> 중국산/홍합살->중국산/바지락살->중국산/날치알->외국산(태국,페루 등)/새우살->베트남산/굴->국내산/
오징어젓,낙지젓 -> 중국산/참치캔,꽁치캔 -> 원양산/베이컨,스팸 –> 외국산(이 외 별도표기)

주 간 식 단 표

요일 / 날짜	26.8/17(월)	8/18(화)	8/19(수)	8/20(목)	8/21(금)	8/22(토)	8/23(일)
행복한 아침	잡곡밥 누룽지탕 가자미무우조림 오이양파무침 구이김 나박김치	잡곡밥 돈육김치찌개(두부) 야채계란찜 도라지볶음(흑임자) 김자반 나박김치	잡곡밥 물만둣국 조기고사리조림 고추장아찌무침 구이김 나박김치	샌드위치 (식빵,감자,계란,당근 머스타드S,피클,햄) 바나나	잡곡밥 쭈꾸미무국 떡갈비피망조림 치커리나물무침 구이김 나박김치	잡곡밥 건새우감자양파국 어묵볶음 쑥갓나물무침 김자반 나박김치	잡곡밥 두부호박잎된장국 멸치아몬드볶음 숙주나물무침 구이김 나박김치
	두유	우유	그릭요거트	우유	요구르트	우유	두유
활력이 넘치는 점심	하이라이스 (소고기,감자,당근) 김치콩나물국 콘크림롤까스/소스 깍두기	서리태콩밥 우무콩국(콩가루,오이) 오징어삼겹살불고기 건파래부추무침 양념깻잎지 배추김치	비빔국수 (콩나물,오이,적양배추 계란1/2,양념장) 미소장국(팽이버섯) 튀김만두 단무지/배추김치	서리태콩밥 건새우아욱된장국 고등어김치조림 호박야채전 도토리묵무침 (상추,깻잎) 배추김치	잡곡밥 육개장 (양지,토란대,콩나물) 메추리알곤약조림 표고버섯볶음 진미채고추장무침 배추김치	잡곡밥 맑은오징어무국 닭볶음탕(감자) 캐슈넛우엉채조림 참나물무침 배추김치	잡곡밥 부대찌개(두부) 소불고기 새송이버섯조림 미나리무침 배추김치
	포도				호두마루		
건강을 생각하는 저녁	잡곡밥 시래기된장국 (표고버섯,두부) 마파두부(돈민찌) 감자채볶음 브로콜리흑임자무침 배추김치	잡곡밥 우렁두부된장국(호박) 타코야끼/소스 애호박새우젓볶음 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 매생이국(두부) 쇠고기장조림 느타리버섯볶음 해초샐러드 배추김치	잡곡밥 애호박순두부국 (냉동새우살) 오리불고기 연근조림 열무나물무침 배추김치	짜장면 단무지/배추김치 이오	잡곡밥 청국장찌개 (두부,콩나물,표고) 아귀조림 미역줄기맛살볶음 씨앗젓갈 배추김치	잡곡밥 황태채콩나물국(두부) 분홍소세지꽈리조림 들깨고사리볶음 비빔낙지젓 배추김치
열량/단백질	2300kcal/90g	2010kcal/95g	2030kcal/75g	2000kcal/84g	2780kcal/93g	1980kcal/98g	1900kcal/90g

* 위 메뉴는 식재료 수급상황에 따라 변경될 수 있으니 양해해 주시기 바랍니다 *
소고기-> 수입산(호주)/돼지, 닭고기, 오리고기(가공품) -> 국내산/백미, 찹쌀, 흑미, 현미,서리태콩-> 국내산/죽,누룽지 -> 국내산
배추김치(배추, 고춧가루) ->중국산/고춧가루->국내산/대두(두부류, 콩비지) -> 외국산/명태,코다리 -> 러시아산/오징어 -> 국내산/주꾸미->베트남산/아귀->중국산/우렁 -> 국내산
삼치 -> 국내산/고등어 -> 노르웨이/가자미-> 러시아산/조기 -> 중국산/홍합살->중국산/바지락살->중국산/날치알->외국산(태국,페루 등)/새우살->베트남산/굴->국내산/
오징어젓,낙지젓 -> 중국산/참치캔,꽁치캔 -> 원양산/베이컨,스팸 –> 외국산(이 외 별도표기)

주 간 식 단 표

요일 / 날짜	26.8/24(월)	8/25(화)	8/26(수)	8/27(목)	8/28(금)	8/29(토)	8/30(일)
행복한 아침	잡곡밥 누룽지탕 조기고사리조림 감자채스팸볶음 구이김 나박김치 *스팸-외국산*	잡곡밥 돈육김치찌개 계란찜 궁채나물무침 김자반 나박김치	잡곡밥 호박된장국 고등어감자조림 새송이볶음 구이김 나박김치	샌드위치 (식빵,참치,피클,계란, 양파,콘,머스타드) 바나나	잡곡밥 맑은유부국 가자미무우조림 참나물무침 구이김 나박김치	잡곡밥 미역된장국 돈육메알조림 쑥갓무침 김자반 나박김치	잡곡밥 황태무국 돈민찌두부조림 미역줄기볶음 구이김 나박김치
	두유	우유	그릭요거트	우유	요구르트	우유	두유
활력이 넘치는 점심	잡곡밥 콩나물냉국(홍고추) 닭갈비 (떡살,고구마,버섯,소스) 깻잎전 꽃맛살샐러드 (오이,콘,마요네즈) 백김치(국내산)	강황밥 꼬물이만둣국(계란) 오징어볶음/소면 견과류연근조림 미나리무침 배추김치	짬뽕수제비 (오징어,새우살,홍합,목 이버섯,짬뽕S,수제비) 탕수육/소스 단무지 배추김치	서리태콩밥 애호박우렁두부된장국 소불고기 표고버섯/초장 브로콜리흑임자무침 배추김치	잡곡밥 설렁탕 (사골,양지,소면) 계란꽈리고추조림 양파,고추,당근/쌈장 씨앗젓갈 미니깍두기 *사골,양지-국내산*	잡곡밥 부대찌개(두부) 꼬마돈까스/케찹 시금치나물무침 천사채샐러드 배추김치	잡곡밥 바지락무국 돈육고추장불고기 동부묵/간장양념장 상추야채무침 배추김치
			비빔빅		포도		
건강을 생각하는 저녁	잡곡밥 두부미역국 마파두부(돈민찌) 애호박나물볶음 양념깻잎지 배추김치	잡곡밥 청국장찌개 (두부,콩나물) 돈채피망볶음 꽃빵 열무나물무침 배추김치	잡곡밥 순두부국 (애호박,바지락살) 오리불고기 들깨고사리볶음 해초샐러드 배추김치	잡곡밥 맑은새우살감자국 매콤아귀조림 콩나물무침 비빔오징어젓 배추김치	잡곡밥 시래기된장국 분홍소세지조림 들깨무나물볶음 청경채무침 배추김치	잡곡밥 계란파국 쭈꾸미야채볶음 오이양파무침 고추장아찌무침 배추김치	잡곡밥 소고기무국 타코야끼/소스 베이컨숙주볶음 비빔낙지젓 배추김치
열량/단백질	2150kcal/99g	2015kcal/93g	2310kcal/95g	2200kcal/95g	2400kcal/98g	2050kcal/92g	1980kcal/95g

* 위 메뉴는 식재료 수급상황에 따라 변경될 수 있으니 양해해 주시기 바랍니다 *
소고기-> 수입산(호주)/돼지, 닭고기, 오리고기(가공품) -> 국내산/백미, 찹쌀, 흑미, 현미,서리태콩-> 국내산/죽,누룽지 -> 국내산
배추김치(배추, 고춧가루) ->중국산/고춧가루->국내산/대두(두부류, 콩비지) -> 외국산/명태,코다리 -> 러시아산/오징어 -> 국내산/주꾸미->베트남산/아귀->중국산/우렁 -> 국내산
삼치 -> 국내산/고등어 -> 노르웨이/가자미-> 러시아산/조기 -> 중국산/홍합살->중국산/바지락살->중국산/날치알->외국산(태국,페루 등)/새우살->베트남산/굴->국내산/
오징어젓,낙지젓 -> 중국산/참치캔,꽁치캔 -> 원양산/베이컨,스팸 –> 외국산(이 외 별도표기)

주 간 식 단 표

요일 / 날짜	26.8/31(월)	9/1(화)	9/2(수)	9/3(목)	9/4(금)	9/5(토)	9/6(일)
행복한 아침	잡곡밥 누룽지탕 볼어묵피망조림 쑥갓무침 구이김 나박김치	잡곡밥 계란파국 쭈꾸미양배추볶음 열무나물무침 김자반 나박김치	잡곡밥 건새우아욱된장국 떡갈비조림 오이양파무침 구이김 나박김치	잡곡밥 다슬기부춧국 소세지꽈리고추조림 콩나물무침 구이김 나박김치	샌드위치 (식빵,감자,계란,당근 머스타드S,피클,햄) 바나나	잡곡밥 돈육김치찌개 메추리알장조림 미역줄기볶음 김자반 나박김치	잡곡밥 알미역국 가자미조림 도라지나물볶음 구이김 나박김치
	두유	우유	그릭요거트	우유	요구르트	우유	두유
활력이 넘치는 점심	잡곡밥 황태채무국 부대볶음 (햄,김치,콩나물) 날치알계란찜 브로콜리흑임자무침 배추김치	강황밥 도토리묵냉국 (냉면육수,묵,오이,김치) 오리불고기(감자) 단호박튀김 치커리사과무침 배추김치	백짬뽕 단무지/배추김치	잡곡밥 육개장(양지) (토란대,숙주,계란) 명태강정/강정소스 느타리버섯볶음 천사채샐러드 배추김치 *양지-국내산*	보리밥 청국장찌개 (두부,콩나물) 돈육고추장불고기 로메인/양념장 가지나물무침 깍두기	잡곡밥 물만둣국(계란) 조기고사리조림 표고볶음 청경채나물무침 배추김치	잡곡밥 얼큰동태국 (미나리,두부) 우채피망볶음 감자조림 참나물무침 배추김치
	방울토마토		꽈베기		포도		
건강을 생각하는 저녁	잡곡밥 애호박순두부국 고등어무조림 견파래부추무침 시금치무침 배추김치	잡곡밥 우렁두부된장국 꼬마돈까스/케찹 새송이버섯볶음 미나리무침 배추김치	잡곡밥 맑은새우살감자국 순살아귀조림 들깨고사리볶음 연근샐러드 배추김치	잡곡밥 유부된장국 닭볶음탕(감자) 캐슈넛우엉채조림 해초샐러드 배추김치	잡곡밥 애호박수제비국 꽁치무우조림 건궁채나물볶음 얼갈이무침 배추김치	잡곡밥 얼큰오징어국 순대찜/새우젓 들깨무나물볶음 고추장아찌무침 배추김치	잡곡밥 조갯살시래기된장국 두부조림 숙주나물무침 비빔오징어젓 배추김치
열량/단백질	2250kcal/95g	2200kcal/90g	2750kcal/95g	2150kcal/88g	2320kcal/110g	2010kcal/95g	1980kcal/95g

* 위 메뉴는 식재료 수급상황에 따라 변경될 수 있으니 양해해 주시기 바랍니다 *
소고기-> 수입산(호주)/돼지, 닭고기, 오리고기(가공품) -> 국내산/백미, 찹쌀, 흑미, 현미,서리태콩-> 국내산/죽,누룽지 -> 국내산
배추김치(배추, 고춧가루) ->중국산/고춧가루->국내산/대두(두부류, 콩비지) -> 외국산/명태,코다리 -> 러시아산/오징어 -> 국내산/주꾸미->베트남산/아귀->중국산/우렁 -> 국내산
삼치 -> 국내산/고등어 -> 노르웨이/가자미-> 러시아산/조기 -> 중국산/홍합살->중국산/바지락살->중국산/날치알->외국산(태국,페루 등)/새우살->베트남산/굴->국내산/
오징어젓,낙지젓 -> 중국산/참치캔,꽁치캔 -> 원양산/베이컨,스팸 –> 외국산(이 외 별도표기)

주 간 식 단 표

요일 / 날짜	26.9/7(월)	9/8(화)	9/9(수)	9/10(목)	9/11(금)	9/12(토)	9/13(일)
행복한 아침	잡곡밥 누룽지탕 돈육메추리알조림 미나리무침 구이김 나박김치	잡곡밥 돈육김치찌개(두부) 볼어묵피망조림 콩나물부추무침 김자반 나박김치	잡곡밥 열무된장국(두부) 고등어무우조림 느타리볶음 구이김 나박김치	샌드위치 (식빵,감자,계란,양파, 오이,마요네즈,햄) 바나나	잡곡밥 물만둣국(계란) 조기고사리조림 치커리무침 구이김 나박김치	잡곡밥 맑은새우살감자국 메추리알장조림 궁채나물볶음 김자반 나박김치	잡곡밥 순두부국 (바지락살) 오징어야채볶음 얼갈이무침 구이김 나박김치
	두유	우유	그릭요거트	우유	요구르트	우유	두유
활력이 넘치는 점심	카레라이스 (돈육,감자,당근,양파) 건새우아욱된장국 바삭에그카츠/케찹 양배추콘샐러드 깍두기	잡곡밥 맑은재첩국(부추) 닭볶음탕(감자) 연근조림 쑥갓두부무침 배추김치	우동 (우동면,장국,새우튀김, 유부,우동건더기) 단무지/배추김치	잡곡밥 도가니탕 (사골,스지) 쭈꾸미조랭이떡살볶음 동그랑땡전(계란) 청경채사과무침 배추김치 *사골,스지-국내산*	쿨로렐라밥 된장찌개 매콤등갈비조림 꽈리고추찜 숙주김가루무침 백김치 *백김치-국내산*	잡곡밥 조갯살시래기된장국 가자미무우조림 애호박새우젓볶음 모듬콩자반 배추김치	잡곡밥 청국장찌개 (두부,콩나물) 소불고기 천사채샐러드 상추무침 배추김치
	포도		보석바	메론			
건강을 생각하는 저녁	잡곡밥 계란파국 순살아귀조림 표고볶음 참나물무침 배추김치	잡곡밥 애호박두부된장국 꽁치꽈리고추조림 우엉채볶음 들깨시금치무침 배추김치	잡곡밥 황태채콩나물국 쇠고기장조림 도라지나물볶음 오이양파무침 배추김치	잡곡밥 유부된장국 매콤오리불고기 감자조림 가지나물무침 배추김치	잡곡밥 육개장(숙주,고사리) 마파두부 새송이버섯조림 브로콜리흑임자무침 배추김치	잡곡밥 맑은동태국 (쑥갓,두부) 떡갈비조림 청포묵/양념장 고추장아찌 배추김치	잡곡밥 우렁두부된장국 야채계란찜 들깨무나물볶음 비빔낙지젓 배추김치
열량/단백질	2480kcal/95g	2050kcal/88g	2350kcal/90g	2650kcal/95g	2250kcal/110g	2050kcal/90g	2100kcal/95g

* 위 메뉴는 식재료 수급상황에 따라 변경될 수 있으니 양해해 주시기 바랍니다 *
소고기-> 수입산(호주)/돼지, 닭고기, 오리고기(가공품) -> 국내산/백미, 찹쌀, 흑미, 현미,서리태콩-> 국내산/죽,누룽지 -> 국내산
배추김치(배추, 고춧가루) ->중국산/고춧가루->국내산/대두(두부류, 콩비지) -> 외국산/명태,코다리 -> 러시아산/오징어 -> 국내산/주꾸미->베트남산/아귀->중국산/우렁 -> 국내산
삼치 -> 국내산/고등어 -> 노르웨이/가자미-> 러시아산/조기 -> 중국산/홍합살->중국산/바지락살->중국산/날치알->외국산(태국,페루 등)/새우살->베트남산/굴->국내산/
오징어젓,낙지젓 -> 중국산/참치캔,꽁치캔 -> 원양산/베이컨,스팸 –> 외국산(이 외 별도표기)

주 간 식 단 표

요일 / 날짜	26.9/14(월)	9/15(화)	9/16(수)	9/17(목)	9/18(금)	9/19(토)	9/20(일)
행복한 아침	잡곡밥 누룽지탕 돈육꽈리고추조림 시금치무침 구이김 나박김치	잡곡밥 소고기느타리버섯국 조기고사리조림 숙주나물무침 김자반 나박김치	잡곡밥 시래기된장국 고등어무우조림 미역줄기맛살볶음 구이김 나박김치	잡곡밥 맑은순두부국 떡갈비파프리카조림 청경채무침 김자반 나박김치	잡곡밥 들깨미역국 매콤꽁치김치찜 가지나물무침 구이김 나박김치	잡곡밥 황태채콩나물국 쇠고기장조림 쑥갓무침 김자반 나박김치	잡곡밥 쭈꾸미무국 돈민찌두부조림 들깨무나물볶음 구이김 나박김치
	두유	우유	그릭요거트	우유	요구르트	우유	두유
활력이 넘치는 점심	잡곡밥 감자부춧국 오징어볶음/소면 새송이버섯계란전 비름나물무침 배추김치	잡곡밥 우렁두부된장국 양갈비구이(쯔란) 청포묵/간장양념장 황태채고추장무침 배추김치 *양갈비-호주산*	쫄면 (사리,콩나물,오이,적채 ,계란,소스) 우동장국 (우동건더기,쑥갓) 튀김만두 단무지/배추김치	서리태콩밥 맑은바지락부추국 로제닭볶음탕 (로제소스,감자,분모자) 고구마줄기볶음 표고버섯/초장 배추김치	잡곡밥 김치어묵국 삼겹살마늘볶음 쌈(상추,깻잎)/쌈장 아삭이고추,양파 파김치	잡곡밥 아욱수제비된장국 가자미무우조림 야채전 (애호박,당근,양파) 천사채마요네즈무침 배추김치	잡곡밥 돈등뼈감자탕 너비아니구이 캐슈넛우엉채조림 쑥갓무침 배추김치
			월드콘		포도		
건강을 생각하는 저녁	잡곡밥 건새우무채국 사각어묵고추장조림 고사리나물볶음 브로콜리무침 배추김치	잡곡밥 콩나물김칫국 동그랑땡계란부침 표고버섯볶음 오이양파무침 배추김치	잡곡밥 청국장찌개 (두부,콩나물) 오리불고기 궁채나물볶음 치커리무침 배추김치	잡곡밥 유부된장국 쭈꾸미야채볶음 도토리묵/양념장 미나리겉절이 배추김치	잡곡밥 애호박두부된장국 메추리알곤약조림 도라지나물볶음 열무무침 배추김치	잡곡밥 부대찌개 (햄,두부,빈스) 날치알계란찜 열무무침 비빔낙지젓 배추김치	잡곡밥 팽이버섯두부된장국 매콤아귀조림 도라지나물볶음 고추장아찌 배추김치
열량/단백질	1900kcal/80g	2010kcal/95g	2830kcal/105g	2000kcal/100g	2480kcal/93g	1980kcal/98g	1900kcal/90g

* 위 메뉴는 식재료 수급상황에 따라 변경될 수 있으니 양해해 주시기 바랍니다 *
소고기-> 수입산(호주)/돼지, 닭고기, 오리고기(가공품) -> 국내산/백미, 찹쌀, 흑미, 현미,서리태콩-> 국내산/죽,누룽지 -> 국내산
배추김치(배추, 고춧가루) ->중국산/고춧가루->국내산/대두(두부류, 콩비지) -> 외국산/명태,코다리 -> 러시아산/오징어 -> 국내산/주꾸미->베트남산/아귀->중국산/우렁 -> 국내산
삼치 -> 국내산/고등어 -> 노르웨이/가자미-> 러시아산/조기 -> 중국산/홍합살->중국산/바지락살->중국산/날치알->외국산(태국,페루 등)/새우살->베트남산/굴->국내산/
오징어젓,낙지젓 -> 중국산/참치캔,꽁치캔 -> 원양산/베이컨,스팸 –> 외국산(이 외 별도표기)

주 간 식 단 표

요일 / 날짜	26.9/21(월)	9/22(화)	9/23(수)	9/24(목)	9/25(금)	9/26(토)	9/27(일)
행복한 아침	잡곡밥 누룽지탕 돈육메알장조림 비름나물무침 구이김 나박김치	잡곡밥 물만둣국(계란) 삼치무우조림 브로콜리무침 김자반 나박김치	잡곡밥 매생이두부국 오리불고기 감자채야채볶음 구이김 나박김치	잡곡밥 조갯살시래기된장국 매콤볼어묵조림 도라지볶음 김자반 나박김치	잡곡밥 쇠고기미역국 너비아니조림 무나물볶음 구이김 나박김치	잡곡밥 순두부국 조기조사리조림 참나물무침 김자반 나박김치	잡곡밥 애호박우렁된장국 돈민찌두부조림 미나리무침 구이김 나박김치
	두유	우유	그릭요거트	우유	요구르트	우유	두유
활력이 넘치는 점심	잡곡밥 맑은새우살감자국 닭강정(땅콩,소스) 가지부추굴소스볶음 도토리묵야채무침 배추김치	잡곡밥 건새우아욱된장국 삼겹살수육 상추,깻잎/견과류장 새콤달콤오징어초무침 (배,미나리) 배추김치	잔치국수 (애호박,당근,양파,계란 ,멸치육수,소면) 배추걸절이(쪽파) (배추-국내산, 고춧가루-국내산)	잡곡밥 도가니탕 메추리알조림 오이고추,양파/쌈장 상추부추무침 깍두기 *사골,스지-국내산*	잡곡밥 청국장찌개 (두부,콩나물) 매콤고등어김치조림 시금치무침 깻잎전 배추김치	잡곡밥 황태무국 소불고기(파채) 시래기지짐 건파래부추무침 배추김치	잡곡밥 매콤콩나물국 오리훈제/소스 연근조림 쑥갓나물무침 배추김치
	사과			고구마	포도		
건강을 생각하는 저녁	잡곡밥 매콤오징어무국 스팸구이 새송이굴소스볶음 열무나물무침 배추김치	잡곡밥 육개장(고사리,숙주) 소세지꽈리고추조림 잔멸치아몬드볶음 치커리무침 배추김치	잡곡밥 맑은유부장국 칠리새우 캐슈넛우엉채조림 오이양파무침 배추김치	잡곡밥 팽이버섯두부된장국 쭈꾸미볶음 콩나물전 비름나물무침 배추김치	짜장면 단무지/배추김치 이오	잡곡밥 돈육김치찌개(두부) 야채계란찜 느타리버섯볶음 해초샐러드 배추김치	잡곡밥 모듬어묵국 가자미무우조림 궁채나물볶음 고추장아찌 배추김치
열량/단백질	2380kcal/95g	2050kcal/85g	2120kcal/96g	2440kcal/97g	2805kcal/96g	1940kcal/92g	2075kcal/87g

* 위 메뉴는 식재료 수급상황에 따라 변경될 수 있으니 양해해 주시기 바랍니다 *
소고기-> 수입산(호주)/돼지, 닭고기, 오리고기(가공품) -> 국내산/백미, 찹쌀, 흑미, 현미,서리태콩-> 국내산/죽,누룽지 -> 국내산
배추김치(배추, 고춧가루) ->중국산/고춧가루->국내산/대두(두부류, 콩비지) -> 외국산/명태,코다리 -> 러시아산/오징어 -> 국내산/주꾸미->베트남산/아귀->중국산/우렁 -> 국내산
삼치 -> 국내산/고등어 -> 노르웨이/가자미-> 러시아산/조기 -> 중국산/홍합살->중국산/바지락살->중국산/날치알->외국산(태국,페루 등)/새우살->베트남산/굴->국내산/
오징어젓,낙지젓 -> 중국산/참치캔,꽁치캔 -> 원양산/베이컨,스팸 –> 외국산(이 외 별도표기)

주 간 식 단 표

요일 / 날짜	26.9/28(월)	9/29(화)	9/30(수)				
행복한 아침	잡곡밥 누룽지탕 쇠고기계란장조림 오이부추무침 구이김 나박김치	잡곡밥 부대찌개(두부) 떡갈비조림 들깨무나물볶음 김자반 나박김치	잡곡밥 우렁된장찌개 돈민찌두부조림 애호박맛살볶음 김구이 나박김치				
	두유	우유	그릭요거트				
활력이 넘치는 점심	잡곡밥 육개장(양지) (토란대,숙주,소스) 삼치구이 고구마줄기볶음 목이버섯무침 배추김치 *양지-국내산*	잡곡밥 아욱수제비된장국 (건새우) 매콤등갈비조림 새송이버섯볶음 가지나물무침 배추김치	짜장떡볶이 (떡살,어묵,메추리알) 꼬불이어묵 튀김 (오징어,고구마) 단무지/배추김치				
	샤인머스캣		쿨피스				
건강을 생각하는 저녁	잡곡밥 동태찌개국 (두부,쑥갓,바지락) 날치알계란찜 감자채볶음 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 들깨미역국 꽁치꽈리고추조림 도라지나물볶음 미나리무침 배추김치	잡곡밥 들깨미역국 미트볼피망조림 실곤약야채무침 취나물들기름볶음 배추김치				
열량/단백질	2330kcal/85g	2100kcal/88g	2565kcal/91g				

* 위 메뉴는 식재료 수급상황에 따라 변경될 수 있으니 양해해 주시기 바랍니다 *
소고기-> 수입산(호주)/돼지, 닭고기, 오리고기(가공품) -> 국내산/백미, 찹쌀, 흑미, 현미,서리태콩-> 국내산/죽,누룽지 -> 국내산
배추김치(배추, 고춧가루) ->중국산/고춧가루->국내산/대두(두부류, 콩비지) -> 외국산/명태,코다리 -> 러시아산/오징어 -> 국내산/주꾸미->베트남산/아귀->중국산/우렁 -> 국내산
삼치 -> 국내산/고등어 -> 노르웨이/가자미-> 러시아산/조기 -> 중국산/홍합살->중국산/바지락살->중국산/날치알->외국산(태국,페루 등)/새우살->베트남산/굴->국내산/
오징어젓,낙지젓 -> 중국산/참치캔,꽁치캔 -> 원양산/베이컨,스팸 –> 외국산(이 외 별도표기)