

주간식단표

구분		행복을 여는 아침 	정성 가득한 점심 	오후 간식	건강을 위한 저녁 	저녁 간식	식재료 원산지
10/4	일반식	백미밥/시금치죽 북어계란국 두부양념조림 오이양파볶음 된장고추지 배추김치/물김치	잡곡밥/녹두죽 감자된장국 돼지두루치기 무들깨볶음 김구이/간장 배추김치/물김치	마가렛	백미밥/새우죽 어묵국 코다리무조림 두부조림 호박나물 배추김치/물김치	플레이요거트	쇠고기 수입 (호주산)
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	7개당	백미밥/잡곡밥	7개당	
10/5	일반식	백미밥/치즈죽 계란파국 콩차무조림 감자조림 가지나물 배추김치/물김치	기장밥/야채죽 떡만두국 닭봉매콤떡조림 콩나물무침 무숙채 배추김치/물김치	토스트	백미밥/견과죽 들깨시락국 어묵양파볶음 계란찜 오이나물볶음 배추김치/물김치	시리얼요거트	돼지고기 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	7개당	백미밥/잡곡밥	7개당	
10/6	일반식	백미밥/닭죽 바지락살미역국 돈민찌무조림 양념깻잎지 오이맛살생채 배추김치/물김치	기장밥/단호박죽 멸치국수 돈민찌볶음 조미김 배추김치/물김치	바나나	백미밥/팔죽 들깨시락국 어묵양파볶음 계란찜 오이나물볶음 배추김치/물김치	바나나요거트	닭 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	7개당	백미밥/잡곡밥	7개당	
10/7	일반식	백미밥/사골야채죽 유부된장국 갈치무조림 고구마줄양파볶음 오이지무침 배추김치/물김치	기장밥/흑임자죽 꽃게된장국 카레 오만디콩나물찜 가지나물 배추김치/물김치	찐고구마	백미밥/소고기죽 북어포계란국 배추나물무침 버섯야채볶음 소세지야채볶음 배추김치/물김치	딸기찜요거트	오리고기 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	7개당	백미밥/잡곡밥	7개당	
10/8	일반식	백미밥/흰죽 버섯들깨국 야채계란말이 무숙채 얼갈이된장무침 배추김치/물김치	잡곡밥/땅콩죽 유부우동 쇠고기양배추볶음 쫄면 콩나물무침 배추김치/물김치	카스타드	기장밥/흑임자죽 감자호박국 해물동그랑땡전 단호박조림 김구이/간장 배추김치/물김치	플레이요거트	쌀 국내산
	당뇨식	차조밥/잡곡밥	차조밥/잡곡밥	7개당	차조밥/잡곡밥	7개당	식육가공품
10/9	일반식	백미밥/소고기죽 어묵무국 야채계란찜 양념깻잎지 고사리들깨찜 배추김치/물김치	기장밥/견과죽 재첩국 적어구이 감자채볶음 무채들깨볶음 배추김치/물김치	옥수수스프	백미밥/야채죽 들깨미역국 갈치무조림 짜장 어묵양파볶음 배추김치/물김치	아로니아요거트	국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	7개당	백미밥/잡곡밥	7개당	배추김치, 열무김치, 물김치, 깍두기
10/10	일반식	백미밥/검은깨죽 쇠고기무국 참치양배추볶음 오이양파생채 전어고추지 배추김치/물김치	차조밥/단호박죽 감자수제비 돈육불고기 양배추쌈/쌈장 콩나물무침 배추김치/물김치	김치전	백미밥/견과죽 시락국 두부구이/양념장 버섯야채볶음 부추나물무침 배추김치/물김치	플레이요거트	배추, 무(국내산)고추가루(국내산100%)
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	7개당	백미밥/잡곡밥	7개당	

* 위 메뉴는 식자재 수급 상황에 따라 변경 될 수 있습니다.