



주간식단표



구분		행복을 여는 아침 	정성 가득한 점심 	오후 간식	건강을 위한 저녁 	저녁 간식	식재료 원산지
10/11	일반식	백미밥/시금치죽 동태탕 완자어묵양파볶음 배추나물 오징어젓무무침 배추김치/물김치	잡곡밥/녹두죽 북어무채국 쭈삼불고기 양배추쌈/쌈장 배추겉절이 배추김치/물김치	마가렛트	백미밥/새우죽 계란파국 생선가스/타르소스 호박나물 고구마줄기무침 배추김치/물김치	플레이너요거트	쇠고기 수입 (호주산)
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	7개당	백미밥/잡곡밥	7개당	
10/12	일반식	백미밥/치즈죽 어묵국 두부양념조림 가지볶음 전어고추지 배추김치/물김치	기장밥/야채죽 양송이브로콜리스프 함박스테이크 쫄면 오이양파생채 배추김치/물김치	토스트	백미밥/견과죽 감자된장국 카레 야채계란말이 무숙채 배추김치/물김치	시리얼요거트	돼지고기 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	7개당	백미밥/잡곡밥	7개당	
10/13	일반식	백미밥/닭죽 계란북어국 갈치무조림 콩나물무침 강된장찌개 배추김치/물김치	기장밥/단호박죽 들깨시락국 비빔밥 계란후라이 잡채 배추김치/물김치	바나나	백미밥/팔죽 들깨미역국 적어구이 어묵양파볶음 날치알김부침 배추김치/물김치	바나나요거트	닭 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	7개당	백미밥/잡곡밥	7개당	
10/14	일반식	백미밥/사골야채죽 쇠고기미역국 오이맛살생채 단풍콩잎지 두부강된장찌개 배추김치/물김치	기장밥/흑임자죽 육개장 적어구이 계란찜 해물부추전 배추김치/물김치	찐고구마	백미밥/소고기죽 버섯된장국 닭안심야채볶음 숙주나물무침 건취나물볶음 배추김치/물김치	딸기썬요거트	오리고기 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	7개당	백미밥/잡곡밥	7개당	
10/15	일반식	백미밥/흰죽 바지락살미역국 두부양념조림 얼갈이된장찌개 가지나물무침 배추김치/물김치	잡곡밥/땅콩죽 감자수제비국 짜장 콩나물무침 쫄면 배추김치/물김치	카스타드	기장밥/흑임자죽 크림스프 어묵양파볶음 감자채볶음 가지나물 배추김치/물김치	플레이너요거트	쌀 국내산
	당뇨식	차조밥/잡곡밥	차조밥/잡곡밥	7개당	차조밥/잡곡밥	7개당	식육가공품
10/16	일반식	백미밥/소고기죽 북어포무채국 돈민짜무조림 오징어젓무무침 미역줄기볶음 배추김치/물김치	기장밥/견과죽 시락국 돈불고기 미역나물무침 가지나물 배추김치/물김치	옥수수스프	백미밥/야채죽 감자호박된장국 갈치무조림 박나물조개살볶음 양배추생채 배추김치/물김치	아로니아요거트	국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	7개당	백미밥/잡곡밥	7개당	배추김치, 열무김치, 물김치, 깍두기
10/17	일반식	백미밥/검은깨죽 계란국 계란야채찜 감자조림 양념깻잎지 배추김치/물김치	차조밥/단호박죽 들깨미역국 쇠고기불고기 카레 무채들깨볶음 배추김치/물김치	김치전	백미밥/견과죽 양송이스프 적어구이 오징어젓무무침 단호박조림 배추김치/물김치	플레이너요거트	배추, 무(국내산)고추가루(국내산100%)
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	7개당	백미밥/잡곡밥	7개당	

* 위 메뉴는 식자재 수급 상황에 따라 변경 될 수 있습니다.