

## 식단표 정보

|    | 영양사 | 과장 | 사무국장 | 원장 |
|----|-----|----|------|----|
| 결재 |     |    |      |    |

식단기간: 2026-01-05 ~ 2026-01-11

| 식단일자             | 조식  | 중식   | 석식   | 간식             |
|------------------|---|--|--|----------------|
| 2026-01-05 (월요일) | 보리밥<br>돈육김치찌개<br>(돈육, 국내산)<br>단호박스프<br>코다리무조림 (원양)<br>참나물무침<br>김치 | 차돌청국장찌개<br>(차돌박이, 호주산)<br>취나물밥, 양념장<br>바삭불고기구이, 파채무침<br>(돈육, 수입산)<br>알타리김치 | 보리밥<br>시금치국<br>주꾸미당면볶음<br>(베트남)<br>감자샐러드<br>물미역초무침<br>김치       |                |
| 2026-01-06 (화요일) | 보리밥<br>복어콩나물국<br>쇠고기야채죽<br>(쇠고기, 한우)<br>두부어묵조림<br>돌나물, 초장<br>김치   | 강황밥<br>복주머니달걀국<br>(돈육, 국내산)<br>아비꼬카레<br>후라이드치킨<br>(닭, 국내산)<br>깍두기          | 보리밥<br>닭계장<br>(닭가슴살, 국내산)<br>김치                                |                |
| 2026-01-07 (수요일) | 우유, 체크, 녹차카스테라<br>보리밥, 쇠고기무맑은국<br>(한우), 햄달걀구이, 씨앗젓<br>갈, 김치       | 보리밥<br>도토리묵채국<br>수제김치전<br>알타리김치  | 보리밥<br>어묵국<br>오징어덮밥<br>(오징어, 국내산)<br>김치                        | 사과, 오렌지, 자두 주스 |
| 2026-01-08 (목요일) | 보리밥<br>근대국<br>녹두죽<br>쇠고기우영조림<br>(쇠고기, 한우)<br>봄동생채<br>김치           | 참쌀팔밥<br>바지락미역국<br>돈사태매운조림<br>단호박찜<br>시금치나물<br>김치                           | 보리밥<br>쇠고기콩나물국<br>(한우)<br>연두부, 양념장<br>오징어실채볶음<br>시래기된장조림<br>김치 |                |
| 2026-01-09 (금요일) | 보리밥<br>홍합무국<br>팔죽<br>참치김치볶음<br>달걀후라이<br>파김치                       | 양송이스프<br>모닝빵<br>토마토스파게티<br>치킨까스, 머스타드D<br>시저샐러드<br>피클, 깍두기                 | 스크램블볶음밥<br>& 자장소스<br>유부미소국<br>떡볶이 & 순대<br>야채튀김<br>그린샐러드<br>김치  |                |
| 2026-01-10 (토요일) | 우유, 콘푸레이크, 호빵<br>냉이된장찌개, 진미볶음,<br>야채범벅동그랑땡전, 김치                   | 잡곡밥<br>참치추어탕<br>돈육마늘장조림<br>(돈육, 국내산)<br>감자채볶음<br>다시마채무침<br>김치              | 꽃게새우찌개<br>(꽃게, 중국산)<br>무청시래기밥, 양념장<br>메밀전병<br>김치               | 저녁간식: 후원품(꿀)   |
| 2026-01-11 (일요일) | 보리밥<br>쇠고기미역국(한우)<br>참치야채죽<br>두부스테이크조림<br>무쪽파생채<br>김치             | 참쌀밥<br>오리백숙<br>(오리, 국내산)<br>오징어젓갈마늘쫄무침<br>깍두기                              | 백미밥<br>떡라면<br>김치   | 저녁간식: 삶은고구마    |