

식단표 정보

식단기간: 2026-09-07 ~ 2026-09-13

식단일자	조 식	중 식	석 식	간 식
2026-09-07 (월요일)	보리밥 북어무국 훈제오리야채볶음 (오리, 국내산) 부추적양파생채 김치	콩나물밥, 양념장 호박감자된장국 돈육간장불고기 (돈전지, 국내, 대패삼겹, 독일) 열무김치	보리밥 들깨미역국 적어순살구이(미국) 감자피망채볶음 깻잎지무침 김치	
2026-09-08 (화요일)	보리밥 쇠고기샤브샤브 (우볼고기, 호주산) 크림스프 & 모닝빵 쌈아랫갈 달걀후라이 김치	보리밥 올갱이국 두부구이, 양념장 오징어실채볶음 브로콜리계란참깨무침 김치	보리밥 얼갈이된장국 순살방어데리야기조림 (방어, 국내산) 어묵매운볶음 치커리사과무침 김치	
2026-09-09 (수요일)	우유, 콘푸레이크, 사과잼 크림소보로빵 보리밥, 꽃게된장국(꽃게, 중국산), 닭다리살조랭이 조림(닭다리살, 국내산), 만가닥버섯볶음, 김치	흑미밥 쇠고기콩나물국 (한우) 버섯잡채 알감자햄조림 얼갈이나물 김치	오징어무국 (오징어, 국내산) 야채고기말이조림 달걀찜 방풍초장무침 김치	
2026-09-10 (목요일)	보리밥 김치순두부국 녹두죽 야채동그랑땡전 멸치볶음 김치	기장밥 무청시락국 삼겹살고추장볶음 (삼겹, 국내산) 단호박샐러드 야채파채겉절이 김치	보리밥 순살감자탕 (돈등뼈, 국내산) 오징어젓갈무침 김치	
2026-09-11 (금요일)	보리밥 감자맑은국 타락죽 두부참치조림 시금치나물 김치	보리밥 꼬지어묵국 오리고추장불고기 (오리, 국내산) 가지양념무침 오이부추생채 김치	두부된장국 무청버섯밥, 양념장 메밀전병 김치	
2026-09-12 (토요일)	우유, 콘푸레이크, 부드러운 운치드케익빵 보리밥, 시금치국, 달걀야 채말이, 땅콩조림, 김치	잡곡밥 청국장찌개 간장찜닭 (닭, 국내산) 도토리묵, 양념장 참나물무침 김치	보리밥 물만두달걀국 (돈육, 국내산) 마파두부덮밥 (돈육, 국내산) 단무지채부추무침	저녁간식: 만쥬
2026-09-13 (일요일)	보리밥 쇠고기무맑은국 (한우) 땅콩죽 돈육마늘장조림 (돈육, 국내산) 호박나물 김치	찰현미밥 콩나물맑은국 코다리순살매운조림 (코다리, 원양) 어묵푹고추볶음 깻순나물 김치	백미밥 해물라면 김치	저녁간식: 찢고구마