식단표 정보

식단기간: 2026-11-09 ~ 2026-11-15

식단일자	조 식	중 식	석 식	간 식
2026-11-09 (월요일)	보리밥 두부된장국 오리불고기 (오리, 국내산) 부추적양파무침 김치	흑미밥 돼지목살김치찌개 (목살, 국내산) 주꾸미당면볶음 (주꾸미, 베트남) 고구마샐러드 오이무침 김치	보리밥 복주머니만두국 짜장덮밥 (돈육, 국내산) 깍두기	
2026-11-10 (화요일)	보리밥 들깨감자버섯국 쇠고기야채죽 (쇠고기, 한우) 참치김치볶음 달걀후라이 김치	찰현미밥 다슬기국 김치찜닭 (닭, 국내산) 양배추, 쌈장 오이고추무침 김치	보리밥 재첩부추국 쇠고기덮밥 (쇠고기, 호주산) 김치	
2026-11-11 (수요일)	우유, 콘푸레이크, 호빵 보리밥, 대구지리(원양), 소세지야채볶음, 콩나물매 콤무침, 김치	홍국쌀밥 쇠고기미역국(한우) 버섯잡채 멸치고추장볶음 시금치나물 김치	보리밥 콩나물맑은국 오징어숙회무침 (오징어, 원양) 달걀야채말이 호박나물 김치	
2026-11-12 (목요일)	보리밥 청국장찌개 녹두죽 우삼겹불고기 (외국산) 도라지쪽파생채 김치	쌀밥 가리비해물칼국수 교자만두찜 배추겉절이	차돌된장찌개 (차돌, 미국산) 무청표고밥, 양념장 백순대볶음 김치	
2026-11-13 (금요일)	보리밥 쇠고기버섯국 (한우) 크림스프& 모닝빵 쥐포채볶음 달걀후라이 김치	셰프데이 (기호도 조사 후 결정)	돈까스치킨도시락 전복죽	
2026-11-14 (토요일)	우유, 콘푸레이크, 촉촉한 치즈케익 보리밥, 오리간장불고기 (국내산), 방풍나물무침, 김치	흑미밥 쇠고기미역국(한우) 떡갈비조림 으깬감자샐러드 오이치커리무침 김치	새우완탕 야채볶음밥, 자장소스 깍뚝단무지	저녁간식: 사과
2026-11-15 (일요일)	보리밥 얼갈이된장국 단호박죽 삼치순살구이(국내산) 어묵매운볶음 김치	귀리밥 부대찌개 동태전(원양) 오징어실채볶음 열무된장나물 김치	백미밥 너구리라면 김치	저녁간식: 삶은고구마