

2016년 9월 식단표(변경)

	월	화	수	목	금	토
	5	6	7	8	9	10
조식	쌀밥 쇠고기계란탕 시리얼 수제소시지 유자머핀	파리고추멸치볶음 배추김치 전복죽 모닝빵감자샌드위치	잡쌀밥 부대찌개 야채계란찜 고구마맛탕 배추김치 모닝빵+딸기잼	잡쌀밥 삼색수제비국 애호박나물 돈육김치볶음 배추김치 쌀카스테라	쌀밥 연두부국 떡갈비조림 파리고추계란장조림 배추김치 에그타르트	브로콜리&로마노치즈 스프 스크램블에그 치아바타햄버거 랜덤라떼(바나나,딸기)
중식	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 돼지갈비떡찜 매운콩나물무침 잡채 배추김치 요거트당근케익	사과카레라이스 유부된장국 꽃만두+양념장 콩나물무침 배추김치 츄러스 딸기우유	혼합잡곡밥 우럭매운탕 연두부+양념장 팽이버섯부추나물 탕수육 배추김치 미숫가루	완두콩밥 맑은콩나물국 단호박돈육볶음 가지나물 오지치즈후라이 배추김치 딸기유산균음료	통밀밥 강된장찌개 양배추쌈 양념족발 감자피망전 배추김치 밀감맛푸딩	주먹밥 물국수/양념장 후라이드꼬치 배추김치 파인애플주스
석식	흑미밥 단배추된장국 파스타 무쌈 오리훈제/머스터드 배추김치 유기농포도주스	밤밥 뼈해장수제비 달고치 시금치프리카타 배추김치 요구르트(블루베리맛) 브로콜리초회	참치주먹밥 짬뽕국(면) 치킨또띠아 배추김치 월요구르트 참나물무침	자장잡채밥 달걀양파국 오징어무침 단무지 메치니코프(랜덤) 파파야칩핫도그	기장밥 매운순대국 단배추나물 스윗치즈치킨 알감자버터구이 배추김치 21곡크림치즈롤(2개씩)	
	12	13	14	15	16	17
조식	잡쌀밥 감자양파국 파리고추멸치볶음 삼색소시지야채볶음 배추김치 바게트+생크림	잡쌀밥 오색만두국 연근땅콩조림 치킨텐더+머스타드소스 배추김치 밀크프랑스빵	추석연휴			
중식	보리밥 유부보쌈어묵국 비벼먹는찜닭 도토리묵+양념장 방어스테이크 배추김치 월요구르트	쌀밥 쇠고기야채죽 핫크리스피치킨 모듬감자튀김 매실음료 배추김치 모듬야채피클				
석식	차조밥 돼지국밥/다데기 부추나물 수제고르곤졸라피자 배추김치 비요뜨					

2016년 9월 식단표(변경)

	19	20	21	22	23	24
조식	쌀밥 우거지된장국 검은콩잔멸치조림 마파두부 배추김치 사과 감귤빵	[조식] 참쌀밥 동태매운탕 숙주나물무침 떡고기말이조림 배추김치 우리밀초콜렛롤	참쌀밥 대합미역국 우영잡채 런천미트햄구이 배추김치 키위	파프리카오이샐러드 배추김치 달야채죽 크로크무스 하루야채컬러비타민	참쌀밥 팽이버섯된장국 미트볼떡조림 도시락김 배추김치 사과 에플레어	월도프샐러드 누룽지 피자핫도그 파인애플주스 귤
중식	통밀밥 추어탕 대구식매운갈비찜 잔파나물 마카로니콘치즈 배추김치 아이스망고	인델리카레라이스 팽이버섯된장국 오이나물 불고기레사딜라 배추김치 파인애플	완두콩밥 삼색떡국 매운감자조림 새우살 호박나물 유린기 배추김치 미숫가루	수수밥 동태국 가지나물 콘치즈 녹차돈육오븐구이+바 베큐소스 배추김치 배	밤밥 방아멸치시락국 단배추나물 애호박전/간장 매운순살포크 배추김치 골드키위	스파게티 리코타치즈토마토샐러드 오이피클 단호박크림스프 회오리요술감자 라임레몬주스
석식	왕새우튀김우동 참치김치볶음주먹밥 웨지감자 총각김치 토마토 랜덤라떼(바나나,딸기)	클로렐라쌀밥 삼색수제비국 무쌈 양파국소스볶음 삼겹살버섯볶음 배추김치 요구르트	버섯카로틴밥 매운순대국 브로콜리어묵조림 참나물무침 새우떡치즈오븐구이 배추김치 요구르트푸딩	오색현미밥 청국장찌개 안동찜닭 무나물 감자샐러드 배추김치 비요뜨	베이컨파래볶음밥 들깨무채국 청경채나물 달걀떡볶이 배추김치 피자토스트 사랑해주스	
	26	27	28	29	30	10월 01일
조식	참쌀밥 땃초콩나물국 베이컨감자채볶음 수제너비아니구이 배추김치 사과	일미땅콩무침 총각김치 전복죽 계란퐁토스트	쌀밥 참치김치찌개 돌돌고기떡말이 표고죽순볶음 석박지 귤 땃큐베리넛츠	쌀밥 쇠고기미역국 검은콩잔멸치조림 간썬새우/칠리소스 배추김치 토마토	쌀밥 쇠고기국 베이컨스크램블에그 도시락김 열무김치 사과 시나몬토스트	쌀밥 부대찌개 돼지고기메추리알장조림 파리고추어묵볶음 배추김치 귤 카스테라(우리쌀)
중식	쌀밥 새우살연두부국 고사리나물 오징어삼겹살볶음 시금치프리타타 배추김치 요구르트	보리밥 콩가루배추국 오리훈제샐러드 시금치나물 모짜렐라치즈스틱 배추김치 요구르트푸딩	옥수수밥 대합살미역국 파프리카오이볶음 돈바베큐구이 갯잎전 배추김치 키위주스	곤드레밥/강된장 유부보쌈어묵국 달걀개두반장조림 취나물된장무침 배추김치 아이러브요거트(맛랜덤)	비빔밥 니모어묵국 고구마맛탕 메밀꽃핀전병 백김치 수제블루베리요거트	
석식	혼합잡곡밥 꽃게탕 단배추나물 통두부양념구이 사천식치킨 배추김치 귤	치킨마요덮밥 가쓰오장국 숙주나물 오징어먹물치즈피자 총각김치 화인쿨(자두)	오곡밥 근대된장국 불닭볶음납작면 청경채나물 생선까스 바나나초코파이	쥐눈이콩밥 짬뽕국 비름나물 탕수육 고추납작군만두 배추김치 엔요	팔밥 시금치된장국 간장달걀비 김치부침개 총각김치 오이당근볶음 배NFC주스	