

주차별 식단 정보

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 소고기버섯볶음 열갈이나물 도시락김 백김치 쌀밥 시래기된장국 소고기버섯볶음 열갈이나물 도시락김 백김치
- 중식: 쌀밥 양송이스프 생선까스&탈탈소스 양송이볶음 맛살야채볶음 백김치 쌀밥 양송이스프 생선까스&탈탈소스 양송이볶음 맛살야채볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 북어채무국 간장오리불고기 감자채볶음 무나물 백김치 잡곡밥 북어채무국 간장오리불고기 감자채볶음 무나물 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 오징어간장볶음 메추리알장조림 브로콜리볶음 백김치 쌀밥 순두부백탕 오징어간장볶음 메추리알장조림 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥1/2 계란파국 짜장면(소스 약하게) 간풍새우볶음(소스 약하게) 단무지무침(고추분 제외) 백김치 쌀밥1/2 계란파국 짜장면(소스 약하게) 간풍새우볶음(소스 약하게) 단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 맑은동태탕 부추야채전 봄동나물 백김치 잡곡밥 맑은동태탕 부추야채전 봄동나물 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 바지락살무국 떡갈비구이 야채계란찜 들깨무나물 백김치 쌀밥 바지락살무국 떡갈비구이 야채계란찜 들깨무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 두부된장국 돈육간장볶음 모듬쌈&저염쌈장 새송이버섯볶음 백김치 쌀밥 두부된장국 돈육간장볶음 모듬쌈&저염쌈장 새송이버섯볶음 백김치
- 석식: 유부초밥 어묵우동국 소세지볶음 제철과일 백김치 유부초밥 어묵우동국 소세지볶음 제철과일 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국 갈치구이 쫄갯두부무침 가지양파볶음 백김치 쌀밥 소고기무국 갈치구이 쫄갯두부무침 가지양파볶음 백김치
- 중식: 야채볶음밥 계란후라이 맑은콩나물국 새우살볶음 청경채나물 백김치 야채볶음밥 계란후라이 맑은콩나물국 새우살볶음 청경채나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 홍합탕 닭살간장볶음 오이나물 찐두부&양념장 백김치 잡곡밥 홍합탕 닭살간장볶음 오이나물 찐두부&양념장 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 블루베리롤조각 시리얼&우유 계란스크램블 백김치 쌀밥1/2 누룽지 블루베리롤조각 시리얼&우유 계란스크램블 백김치

- 중식: 쌀밥 북어채무국 수육 숙주나물 열갈이나물 백김치 쌀밥 북어채무국 수육 숙주나물 열갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 알탕(고추분 제외) 동그랑땡전 바지락살볶음 도라지나물 백김치 잡곡밥 알탕(고추분 제외) 동그랑땡전 바지락살볶음 도라지나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 버섯된장국 산적구이 계란후라이 브로콜리볶음 백김치 쌀밥 버섯된장국 산적구이 계란후라이 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 사골파국 해물야채전 감자조림 무나물 백김치 쌀밥 사골파국 해물야채전 감자조림 무나물 백김치
- 석식: 잡곡밥1/2 영양닭죽 오이나물 새우젓호박볶음 백김치 잡곡밥1/2 영양닭죽 오이나물 새우젓호박볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 삼색수제비국 간장두부조림 시금치나물 새우살볶음 백김치 쌀밥 삼색수제비국 간장두부조림 시금치나물 새우살볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 고등어구이 소세지야채볶음 세발나물 백김치 쌀밥 소고기미역국 고등어구이 소세지야채볶음 세발나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 한식잡채 청경채나물 백김치 잡곡밥 소고기무국 한식잡채 청경채나물 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 소고기버섯볶음 열갈이나물 도시락김 백김치 쌀밥 시래기된장국 소고기버섯볶음 열갈이나물 도시락김 백김치
- 중식: 쌀밥 양송이스프 생선까스&탈탈소스 양송이볶음 맛살야채볶음 백김치 쌀밥 양송이스프 생선까스&탈탈소스 양송이볶음 맛살야채볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 북어채무국 간장오리불고기 감자채볶음 무나물 백김치 잡곡밥 북어채무국 간장오리불고기 감자채볶음 무나물 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 오징어간장볶음 메추리알장조림 브로콜리볶음 백김치 쌀밥 순두부백탕 오징어간장볶음 메추리알장조림 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥1/2 계란파국 짜장면(소스 약하게) 간풍새우볶음(소스 약하게) 단무지무침(고추분 제외) 백김치 쌀밥1/2 계란파국 짜장면(소스 약하게) 간풍새우볶음(소스 약하게) 단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 맑은동태탕 부추야채전 봄동나물 백김치 잡곡밥 맑은동태탕 부추야채전 봄동나물 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 바지락살무국 떡갈비구이 야채계란찜 들깨무나물 백김치 쌀밥 바지락살무국 떡갈비구이 야채계란찜 들깨무나물 백김치

- 중식: 쌀밥 두부된장국 돈육간장볶음 모듬쌈&저염쌈장 새송이버섯볶음 백김치
쌀밥 두부된장국 돈육간장볶음 모듬쌈&저염쌈장 새송이버섯볶음 백김치
- 석식: 유부초밥 어묵우동국 소세지볶음 제철과일 백김치 유부초밥 어묵우동국
소세지볶음 제철과일 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국 갈치구이 쫄갓두부무침 가지양파볶음 백김치 쌀밥
소고기무국 갈치구이 쫄갓두부무침 가지양파볶음 백김치
- 중식: 야채볶음밥 계란후라이 맑은콩나물국 새우살볶음 청경채나물 백김치
야채볶음밥 계란후라이 맑은콩나물국 새우살볶음 청경채나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 홍합탕 닭살간장볶음 오이나물 찐두부&양념장 백김치 잡곡밥
홍합탕 닭살간장볶음 오이나물 찐두부&양념장 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 블루베리롤조각 시리얼&우유 계란스크램블 백김치
쌀밥1/2 누룽지 블루베리롤조각 시리얼&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국 수육 숙주나물 열갈이나물 백김치 쌀밥 북어채무국 수육
숙주나물 열갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 알탕(고추분 제외) 동그랑땡전 바지락살볶음 도라지나물 백김치
잡곡밥 알탕(고추분 제외) 동그랑땡전 바지락살볶음 도라지나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 버섯된장국 산적구이 계란후라이 브로콜리볶음 백김치 쌀밥
버섯된장국 산적구이 계란후라이 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 사골파국 해물야채전 감자조림 무나물 백김치 쌀밥 사골파국
해물야채전 감자조림 무나물 백김치
- 석식: 잡곡밥1/2 영양닭죽 오이나물 새우젓호박볶음 백김치 잡곡밥1/2 영양닭죽
오이나물 새우젓호박볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 삼색수제비국 간장두부조림 시금치나물 새우살볶음 백김치 쌀밥
삼색수제비국 간장두부조림 시금치나물 새우살볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 고등어구이 소세지야채볶음 세발나물 백김치 쌀밥
소고기미역국 고등어구이 소세지야채볶음 세발나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 한식잡채 청경채나물 백김치 잡곡밥 소고기무국
한식잡채 청경채나물 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 소고기버섯볶음 열갈이나물 도시락김 백김치 쌀밥
시래기된장국 소고기버섯볶음 열갈이나물 도시락김 백김치

- 중식: 쌀밥 양송이스프 생선까스&탈탈소스 양송이볶음 맛살야채볶음 백김치
쌀밥 양송이스프 생선까스&탈탈소스 양송이볶음 맛살야채볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 북어채무국 간장오리불고기 감자채볶음 무나물 백김치 잡곡밥
북어채무국 간장오리불고기 감자채볶음 무나물 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 오징어간장볶음 메추리알장조림 브로콜리볶음 백김치
쌀밥 순두부백탕 오징어간장볶음 메추리알장조림 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥1/2 계란파국 짜장면(소스 약하게) 간풍새우볶음(소스 약하게)
단무지무침(고추분 제외) 백김치 쌀밥1/2 계란파국 짜장면(소스 약하게)
간풍새우볶음(소스 약하게) 단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 맑은동태탕 부추야채전 봄동나물 백김치 잡곡밥 맑은동태탕
부추야채전 봄동나물 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 바지락살무국 떡갈비구이 야채계란찜 들깨무나물 백김치 쌀밥
바지락살무국 떡갈비구이 야채계란찜 들깨무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 두부된장국 돈육간장볶음 모듬쌈&저염쌈장 새송이버섯볶음 백김치
쌀밥 두부된장국 돈육간장볶음 모듬쌈&저염쌈장 새송이버섯볶음 백김치
- 석식: 유부초밥 어묵우동국 소세지볶음 제철과일 백김치 유부초밥 어묵우동국
소세지볶음 제철과일 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국 갈치구이 쫄갓두부무침 가지양파볶음 백김치 쌀밥
소고기무국 갈치구이 쫄갓두부무침 가지양파볶음 백김치
- 중식: 야채볶음밥 계란후라이 맑은콩나물국 새우살볶음 청경채나물 백김치
야채볶음밥 계란후라이 맑은콩나물국 새우살볶음 청경채나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 홍합탕 닭살간장볶음 오이나물 찐두부&양념장 백김치 잡곡밥
홍합탕 닭살간장볶음 오이나물 찐두부&양념장 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 블루베리롤조각 시리얼&우유 계란스크램블 백김치
쌀밥1/2 누룽지 블루베리롤조각 시리얼&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국 수육 숙주나물 열갈이나물 백김치 쌀밥 북어채무국 수육
숙주나물 열갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 알탕(고추분 제외) 동그랑땡전 바지락살볶음 도라지나물 백김치
잡곡밥 알탕(고추분 제외) 동그랑땡전 바지락살볶음 도라지나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 버섯된장국 산적구이 계란후라이 브로콜리볶음 백김치 쌀밥
버섯된장국 산적구이 계란후라이 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 사골파국 해물야채전 감자조림 무나물 백김치 쌀밥 사골파국
해물야채전 감자조림 무나물 백김치

- 석식: 잡곡밥1/2 영양닭죽 오이나물 새우젓호박볶음 백김치 잡곡밥1/2 영양닭죽 오이나물 새우젓호박볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 삼색수제비국 간장두부조림 시금치나물 새우살볶음 백김치 쌀밥 삼색수제비국 간장두부조림 시금치나물 새우살볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 고등어구이 소세지야채볶음 세발나물 백김치 쌀밥 소고기미역국 고등어구이 소세지야채볶음 세발나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 한식잡채 청경채나물 백김치 잡곡밥 소고기무국 한식잡채 청경채나물 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 소고기버섯볶음 열갈이나물 도시락김 백김치 쌀밥 시래기된장국 소고기버섯볶음 열갈이나물 도시락김 백김치
- 중식: 쌀밥 양송이스프 생선까스&탈탈소스 양송이볶음 맛살야채볶음 백김치 쌀밥 양송이스프 생선까스&탈탈소스 양송이볶음 맛살야채볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 북어채무국 간장오리불고기 감자채볶음 무나물 백김치 잡곡밥 북어채무국 간장오리불고기 감자채볶음 무나물 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 오징어간장볶음 메추리알장조림 브로콜리볶음 백김치 쌀밥 순두부백탕 오징어간장볶음 메추리알장조림 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥1/2 계란파국 짜장면(소스 약하게) 간풍새우볶음(소스 약하게) 단무지무침(고추분 제외) 백김치 쌀밥1/2 계란파국 짜장면(소스 약하게) 간풍새우볶음(소스 약하게) 단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 맑은동태탕 부추야채전 봄동나물 백김치 잡곡밥 맑은동태탕 부추야채전 봄동나물 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 바지락살무국 떡갈비구이 야채계란찜 들깨무나물 백김치 쌀밥 바지락살무국 떡갈비구이 야채계란찜 들깨무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 두부된장국 돈육간장볶음 모듬쌈&저염쌈장 새송이버섯볶음 백김치 쌀밥 두부된장국 돈육간장볶음 모듬쌈&저염쌈장 새송이버섯볶음 백김치
- 석식: 유부초밥 어묵우동국 소세지볶음 제철과일 백김치 유부초밥 어묵우동국 소세지볶음 제철과일 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국 갈치구이 쫄갓두부무침 가지양파볶음 백김치 쌀밥 소고기무국 갈치구이 쫄갓두부무침 가지양파볶음 백김치
- 중식: 야채볶음밥 계란후라이 맑은콩나물국 새우살볶음 청경채나물 백김치 야채볶음밥 계란후라이 맑은콩나물국 새우살볶음 청경채나물 백김치

- 석식: 잡곡밥 홍합탕 닭살간장볶음 오이나물 찐두부&양념장 백김치 잡곡밥
홍합탕 닭살간장볶음 오이나물 찐두부&양념장 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 블루베리롤조각 시리얼&우유 계란스크램블 백김치
쌀밥1/2 누룽지 블루베리롤조각 시리얼&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 복어채무국 수육 숙주나물 열갈이나물 백김치 쌀밥 복어채무국 수육
숙주나물 열갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 알탕(고추분 제외) 동그랑땡전 바지락살볶음 도라지나물 백김치
잡곡밥 알탕(고추분 제외) 동그랑땡전 바지락살볶음 도라지나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 버섯된장국 산적구이 계란후라이 브로콜리볶음 백김치 쌀밥
버섯된장국 산적구이 계란후라이 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 사골파국 해물야채전 감자조림 무나물 백김치 쌀밥 사골파국
해물야채전 감자조림 무나물 백김치
- 석식: 잡곡밥1/2 영양닭죽 오이나물 새우젓호박볶음 백김치 잡곡밥1/2 영양닭죽
오이나물 새우젓호박볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 삼색수제비국 간장두부조림 시금치나물 새우살볶음 백김치 쌀밥
삼색수제비국 간장두부조림 시금치나물 새우살볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 고등어구이 소세지야채볶음 세발나물 백김치 쌀밥
소고기미역국 고등어구이 소세지야채볶음 세발나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 한식잡채 청경채나물 백김치 잡곡밥 소고기무국
한식잡채 청경채나물 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 소고기버섯볶음 열갈이나물 도시락김 백김치 쌀밥
시래기된장국 소고기버섯볶음 열갈이나물 도시락김 백김치
- 중식: 쌀밥 양송이스프 생선까스&탈탈소스 양송이볶음 맛살야채볶음 백김치
쌀밥 양송이스프 생선까스&탈탈소스 양송이볶음 맛살야채볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 복어채무국 간장오리불고기 감자채볶음 무나물 백김치 잡곡밥
복어채무국 간장오리불고기 감자채볶음 무나물 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 오징어간장볶음 메추리알장조림 브로콜리볶음 백김치
쌀밥 순두부백탕 오징어간장볶음 메추리알장조림 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥1/2 계란파국 짜장면(소스 약하게) 간풍새우볶음(소스 약하게)
단무지무침(고추분 제외) 백김치 쌀밥1/2 계란파국 짜장면(소스 약하게)
간풍새우볶음(소스 약하게) 단무지무침(고추분 제외) 백김치

- 석식: 잡곡밥 맑은동태탕 부추야채전 봄동나물 백김치 잡곡밥 맑은동태탕 부추야채전 봄동나물 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 바지락살무국 떡갈비구이 야채계란찜 들깨무나물 백김치 쌀밥 바지락살무국 떡갈비구이 야채계란찜 들깨무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 두부된장국 돈육간장볶음 모듬쌈&저염쌈장 새송이버섯볶음 백김치 쌀밥 두부된장국 돈육간장볶음 모듬쌈&저염쌈장 새송이버섯볶음 백김치
- 석식: 유부초밥 어묵우동국 소세지볶음 제철과일 백김치 유부초밥 어묵우동국 소세지볶음 제철과일 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 건새우미역국 소불고기 간장두부조림 도라지들깨나물 백김치 쌀밥 건새우미역국 소불고기 간장두부조림 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 계란파국 카레소스 케이준치킨샐러드(머스타드 조금) 꼬들단무지무침(고추분 제외) 백김치 쌀밥 계란파국 카레소스 케이준치킨샐러드(머스타드 조금) 꼬들단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 웅심이만두국 찐순대 간장감자조림 청경채나물 백김치 잡곡밥 웅심이만두국 찐순대 간장감자조림 청경채나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 치즈머핀 초코칩스&우유 계란스크램블 백김치 쌀밥1/2 누룽지 치즈머핀 초코칩스&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국 오리훈제야채볶음 브로콜리볶음 바지락살볶음 백김치 쌀밥 북어채무국 오리훈제야채볶음 브로콜리볶음 바지락살볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 열갈이된장국 간장등갈비찜 옥수수물파래전 백김치 잡곡밥 열갈이된장국 간장등갈비찜 옥수수물파래전 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국 갈비만두&양념장 맛살야채볶음 참나물 백김치 쌀밥 소고기무국 갈비만두&양념장 맛살야채볶음 참나물 백김치
- 중식: 쌀밥 모듬어묵국 돈육간장볶음 애기새송이버섯볶음 풋마늘간장무침 백김치 쌀밥 모듬어묵국 돈육간장볶음 애기새송이버섯볶음 풋마늘간장무침 백김치
- 석식: 잡곡밥 바지락살미역국 삼치구이 소고기볶음 숙주나물 백김치 잡곡밥 바지락살미역국 삼치구이 소고기볶음 숙주나물 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 연양식바삭불고기 계란후라이 봄동나물 백김치 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 연양식바삭불고기 계란후라이 봄동나물 백김치
- 중식: 쌀밥 돈등뼈감자탕(고추분 제외) 돈채피망볶음 가지양파볶음 세발나물 백김치 쌀밥 돈등뼈감자탕(고추분 제외) 돈채피망볶음 가지양파볶음 세발나물 백김치

- 석식: 잡곡밥 닭곰탕 냉이새우전&양념장 간장두부조림 백김치 잡곡밥 닭곰탕 냉이새우전&양념장 간장두부조림 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 온두부&양념장 모듬장조림 시금치나물 백김치 쌀밥 시래기된장국 온두부&양념장 모듬장조림 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 온메밀국수(와사비 제외) 왕봉간장조림 맛살볶음 군고구마&요구르트 백김치 쌀밥 온메밀국수(와사비 제외) 왕봉간장조림 맛살볶음 군고구마&요구르트 백김치
- 석식: 소고기콩나물밥 달래양념장 들깨버섯국 코다리간장조림 백김치 소고기콩나물밥 달래양념장 들깨버섯국 코다리간장조림 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 쭈뼛장국 미트볼간장조림 계란말이 오이나물 백김치 쌀밥 쭈뼛장국 미트볼간장조림 계란말이 오이나물 백김치
- 중식: 쌀밥 게살스프 수제돈까스&소스 조금 들기름소면무침 백김치 쌀밥 게살스프 수제돈까스&소스 조금 들기름소면무침 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 순살아귀콩나물찜(고추분 제외) 쭈갓나물 두부구이 백김치 잡곡밥 소고기무국 순살아귀콩나물찜(고추분 제외) 쭈갓나물 두부구이 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 버섯들깨국 조기구이 불어묵간장볶음 무나물 백김치 쌀밥 버섯들깨국 조기구이 불어묵간장볶음 무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 맑은콩나물국 안동찜닭(당면 제외) 도토리묵&양념장 새우살볶음 백김치 쌀밥 맑은콩나물국 안동찜닭(당면 제외) 도토리묵&양념장 새우살볶음 백김치
- 석식: 충무김밥 잔치국수(김치 제외) 오징어간장볶음 단호박조림 백김치 충무김밥 잔치국수(김치 제외) 오징어간장볶음 단호박조림 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 건새우미역국 소불고기 간장두부조림 도라지들깨나물 백김치 쌀밥 건새우미역국 소불고기 간장두부조림 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 계란파국 카레소스 케이준치킨샐러드(머스타드 조금) 꼬들단무지무침(고추분 제외) 백김치 쌀밥 계란파국 카레소스 케이준치킨샐러드(머스타드 조금) 꼬들단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 웅심이만두국 찰순대 간장감자조림 청경채나물 백김치 잡곡밥 웅심이만두국 찰순대 간장감자조림 청경채나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 치즈머핀 초코칩스&우유 계란스크램블 백김치 쌀밥1/2 누룽지 치즈머핀 초코칩스&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국 오리훈제야채볶음 브로콜리볶음 바지락살볶음 백김치 쌀밥 북어채무국 오리훈제야채볶음 브로콜리볶음 바지락살볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 열갈이된장국 간장등갈비찜 옥수수물파래전 백김치 잡곡밥 열갈이된장국 간장등갈비찜 옥수수물파래전 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국 갈비만두&양념장 맛살야채볶음 참나물 백김치 쌀밥 소고기무국 갈비만두&양념장 맛살야채볶음 참나물 백김치
- 중식: 쌀밥 모듬어묵국 돈육간장볶음 애기새송이버섯볶음 풋마늘간장무침 백김치 쌀밥 모듬어묵국 돈육간장볶음 애기새송이버섯볶음 풋마늘간장무침 백김치
- 석식: 잡곡밥 바지락살미역국 삼치구이 소고기볶음 숙주나물 백김치 잡곡밥 바지락살미역국 삼치구이 소고기볶음 숙주나물 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 연양식바삭불고기 계란후라이 봄동나물 백김치 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 연양식바삭불고기 계란후라이 봄동나물 백김치
- 중식: 쌀밥 돈등뼈감자탕(고추분 제외) 돈채피망볶음 가지양파볶음 세발나물 백김치 쌀밥 돈등뼈감자탕(고추분 제외) 돈채피망볶음 가지양파볶음 세발나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 닭곰탕 냉이새우전&양념장 간장두부조림 백김치 잡곡밥 닭곰탕 냉이새우전&양념장 간장두부조림 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 온두부&양념장 모듬장조림 시금치나물 백김치 쌀밥 시래기된장국 온두부&양념장 모듬장조림 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 온메밀국수(와사비 제외) 왕봉간장조림 맛살볶음 군고구마&요구르트 백김치 쌀밥 온메밀국수(와사비 제외) 왕봉간장조림 맛살볶음 군고구마&요구르트 백김치
- 석식: 소고기콩나물밥 달래양념장 들깨버섯국 코다리간장조림 백김치 소고기콩나물밥 달래양념장 들깨버섯국 코다리간장조림 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 썩된장국 미트볼간장조림 계란말이 오이나물 백김치 쌀밥 썩된장국 미트볼간장조림 계란말이 오이나물 백김치
- 중식: 쌀밥 게살스프 수제돈까스&소스 조금 들기름소면무침 백김치 쌀밥 게살스프 수제돈까스&소스 조금 들기름소면무침 백김치

- 석식: 잡곡밥 소고기무국 순살아귀콩나물찜(고추분 제외) 쫄갓나물 두부구이
백김치 잡곡밥 소고기무국 순살아귀콩나물찜(고추분 제외) 쫄갓나물 두부구이
백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 버섯들깨국 조기구이 불어묵간장볶음 무나물 백김치 쌀밥 버섯들깨국
조기구이 불어묵간장볶음 무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 맑은콩나물국 안동찜닭(당면 제외) 도토리묵&양념장 새우살볶음
백김치 쌀밥 맑은콩나물국 안동찜닭(당면 제외) 도토리묵&양념장 새우살볶음
백김치
- 석식: 충무김밥 잔치국수(김치 제외) 오징어간장볶음 단호박조림 백김치
충무김밥 잔치국수(김치 제외) 오징어간장볶음 단호박조림 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 건새우미역국 소불고기 간장두부조림 도라지들깨나물 백김치 쌀밥
건새우미역국 소불고기 간장두부조림 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 계란파국 카레소스 케이준치킨샐러드(머스타드 조금)
꼬들단무지무침(고추분 제외) 백김치 쌀밥 계란파국 카레소스
케이준치킨샐러드(머스타드 조금) 꼬들단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 웅심이만두국 찐순대 간장감자조림 청경채나물 백김치 잡곡밥
웅심이만두국 찐순대 간장감자조림 청경채나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 치즈머핀 초코칩스&우유 계란스크램블 백김치 쌀밥1/2
누룽지 치즈머핀 초코칩스&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국 오리훈제야채볶음 브로콜리볶음 바지락살볶음 백김치
쌀밥 북어채무국 오리훈제야채볶음 브로콜리볶음 바지락살볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 열갈이된장국 간장등갈비찜 옥수수물파래전 백김치 잡곡밥
열갈이된장국 간장등갈비찜 옥수수물파래전 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국 갈비만두&양념장 맛살야채볶음 참나물 백김치 쌀밥
소고기무국 갈비만두&양념장 맛살야채볶음 참나물 백김치
- 중식: 쌀밥 모듬어묵국 돈육간장볶음 애기새송이버섯볶음 풋마늘간장무침
백김치 쌀밥 모듬어묵국 돈육간장볶음 애기새송이버섯볶음 풋마늘간장무침
백김치
- 석식: 잡곡밥 바지락살미역국 삼치구이 소고기볶음 숙주나물 백김치 잡곡밥
바지락살미역국 삼치구이 소고기볶음 숙주나물 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 연양식바삭불고기 계란후라이 봄동나물
백김치 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 연양식바삭불고기 계란후라이 봄동나물
백김치

- 중식: 쌀밥 돈등뼈감자탕(고추분 제외) 돈채피망볶음 가지양파볶음 세발나물 백김치 쌀밥 돈등뼈감자탕(고추분 제외) 돈채피망볶음 가지양파볶음 세발나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 닭곰탕 냉이새우전&양념장 간장두부조림 백김치 잡곡밥 닭곰탕 냉이새우전&양념장 간장두부조림 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 온두부&양념장 모듬장조림 시금치나물 백김치 쌀밥 시래기된장국 온두부&양념장 모듬장조림 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 온메밀국수(와사비 제외) 왕봉간장조림 맛살볶음 군고구마&요구르트 백김치 쌀밥 온메밀국수(와사비 제외) 왕봉간장조림 맛살볶음 군고구마&요구르트 백김치
- 석식: 소고기콩나물밥 달래양념장 들깨버섯국 코다리간장조림 백김치 소고기콩나물밥 달래양념장 들깨버섯국 코다리간장조림 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 쑥된장국 미트볼간장조림 계란말이 오이나물 백김치 쌀밥 쑥된장국 미트볼간장조림 계란말이 오이나물 백김치
- 중식: 쌀밥 게살스프 수제돈까스&소스 조금 들기름소면무침 백김치 쌀밥 게살스프 수제돈까스&소스 조금 들기름소면무침 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 순살아귀콩나물찜(고추분 제외) 쑥갓나물 두부구이 백김치 잡곡밥 소고기무국 순살아귀콩나물찜(고추분 제외) 쑥갓나물 두부구이 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 버섯들깨국 조기구이 불어묵간장볶음 무나물 백김치 쌀밥 버섯들깨국 조기구이 불어묵간장볶음 무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 맑은콩나물국 안동찜닭(당면 제외) 도토리묵&양념장 새우살볶음 백김치 쌀밥 맑은콩나물국 안동찜닭(당면 제외) 도토리묵&양념장 새우살볶음 백김치
- 석식: 충무김밥 잔치국수(김치 제외) 오징어간장볶음 단호박조림 백김치 충무김밥 잔치국수(김치 제외) 오징어간장볶음 단호박조림 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 건새우미역국 소불고기 간장두부조림 도라지들깨나물 백김치 쌀밥 건새우미역국 소불고기 간장두부조림 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 계란과국 카레소스 케이준치킨샐러드(머스타드 조금) 꼬들단무지무침(고추분 제외) 백김치 쌀밥 계란과국 카레소스 케이준치킨샐러드(머스타드 조금) 꼬들단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 웅심이만두국 찰순대 간장감자조림 청경채나물 백김치 잡곡밥 웅심이만두국 찰순대 간장감자조림 청경채나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 치즈머핀 초코칩스&우유 계란스크램블 백김치 쌀밥1/2 누룽지 치즈머핀 초코칩스&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국 오리훈제야채볶음 브로콜리볶음 바지락살볶음 백김치 쌀밥 북어채무국 오리훈제야채볶음 브로콜리볶음 바지락살볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 열갈이된장국 간장등갈비찜 옥수수물파래전 백김치 잡곡밥 열갈이된장국 간장등갈비찜 옥수수물파래전 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국 갈비만두&양념장 맛살야채볶음 참나물 백김치 쌀밥 소고기무국 갈비만두&양념장 맛살야채볶음 참나물 백김치
- 중식: 쌀밥 모듬어묵국 돈육간장볶음 애기새송이버섯볶음 풋마늘간장무침 백김치 쌀밥 모듬어묵국 돈육간장볶음 애기새송이버섯볶음 풋마늘간장무침 백김치
- 석식: 잡곡밥 바지락살미역국 삼치구이 소고기볶음 숙주나물 백김치 잡곡밥 바지락살미역국 삼치구이 소고기볶음 숙주나물 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 연양식바삭불고기 계란후라이 봄동나물 백김치 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 연양식바삭불고기 계란후라이 봄동나물 백김치
- 중식: 쌀밥 돈등뼈감자탕(고추분 제외) 돈채피망볶음 가지양파볶음 세발나물 백김치 쌀밥 돈등뼈감자탕(고추분 제외) 돈채피망볶음 가지양파볶음 세발나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 닭곰탕 냉이새우전&양념장 간장두부조림 백김치 잡곡밥 닭곰탕 냉이새우전&양념장 간장두부조림 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 온두부&양념장 모듬장조림 시금치나물 백김치 쌀밥 시래기된장국 온두부&양념장 모듬장조림 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 온메밀국수(와사비 제외) 왕봉간장조림 맛살볶음 군고구마&요구르트 백김치 쌀밥 온메밀국수(와사비 제외) 왕봉간장조림 맛살볶음 군고구마&요구르트 백김치
- 석식: 소고기콩나물밥 달래양념장 들깨버섯국 코다리간장조림 백김치 소고기콩나물밥 달래양념장 들깨버섯국 코다리간장조림 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 쭉뚫장국 미트볼간장조림 계란말이 오이나물 백김치 쌀밥 쭉뚫장국 미트볼간장조림 계란말이 오이나물 백김치
- 중식: 쌀밥 게살스프 수제돈까스&소스 조금 들기름소면무침 백김치 쌀밥 게살스프 수제돈까스&소스 조금 들기름소면무침 백김치

- 석식: 잡곡밥 소고기무국 순살아귀콩나물찜(고추분 제외) 쑥갓나물 두부구이
백김치 잡곡밥 소고기무국 순살아귀콩나물찜(고추분 제외) 쑥갓나물 두부구이
백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 버섯들깨국 조기구이 불어묵간장볶음 무나물 백김치 쌀밥 버섯들깨국
조기구이 불어묵간장볶음 무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 맑은콩나물국 안동찜닭(당면 제외) 도토리묵&양념장 새우살볶음
백김치 쌀밥 맑은콩나물국 안동찜닭(당면 제외) 도토리묵&양념장 새우살볶음
백김치
- 석식: 충무김밥 잔치국수(김치 제외) 오징어간장볶음 단호박조림 백김치
충무김밥 잔치국수(김치 제외) 오징어간장볶음 단호박조림 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 건새우미역국 소불고기 간장두부조림 도라지들깨나물 백김치 쌀밥
건새우미역국 소불고기 간장두부조림 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 계란파국 카레소스 케이준치킨샐러드(머스타드 조금)
꼬들단무지무침(고추분 제외) 백김치 쌀밥 계란파국 카레소스
케이준치킨샐러드(머스타드 조금) 꼬들단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 웅심이만두국 찐순대 간장감자조림 청경채나물 백김치 잡곡밥
웅심이만두국 찐순대 간장감자조림 청경채나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 카스텔라 그레놀라&우유 계란스크램블 백김치 쌀밥1/2
누룽지 카스텔라 그레놀라&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 건새우미역국(저염국) 돈육간장볶음 모듬쌈&우렁쌈장(쌈장 약하게)
오복지무침 백김치 쌀밥 건새우미역국(저염국) 돈육간장볶음
모듬쌈&우렁쌈장(쌈장 약하게) 오복지무침 백김치
- 석식: 소고기죽 사골파국 적어구이 감자채피망볶음 부추나물 백김치 소고기죽
사골파국 적어구이 감자채피망볶음 부추나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 너비아니구이(소스 제외) 계란찜 숙주나물 백김치 쌀밥
순두부백탕 너비아니구이(소스 제외) 계란찜 숙주나물 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국(저염국) 닭살간장볶음 감자조림 얼갈이나물 백김치 쌀밥
북어채무국(저염국) 닭살간장볶음 감자조림 얼갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 버섯들깨국(저염국) 해물볶음우동(우동면 제외) 메밀전병(청양고추
제외) 맛살볶음 백김치 잡곡밥 버섯들깨국(저염국) 해물볶음우동(우동면 제외)
메밀전병(청양고추 제외) 맛살볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 찐만두&양념장 소세지구이 시금치나물
백김치 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 찐만두&양념장 소세지구이 시금치나물
백김치

- 중식: 쌀밥 소고기미역국 두부간장조림 부추야채전 들깨궁채나물 백김치 쌀밥
소고기미역국 두부간장조림 부추야채전 들깨궁채나물 백김치
- 석식: 찰흑미밥 애호박된장국(저염국) 갈치구이 불어묵볶음 무나물 백김치
찰흑미밥 애호박된장국(저염국) 갈치구이 불어묵볶음 무나물 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 연포탕(저염국) 떡갈비구이 새송이버섯볶음 도라지들깨나물 백김치
쌀밥 연포탕(저염국) 떡갈비구이 새송이버섯볶음 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 콩나물국(저염국) 하이라이스 닭살간장볶음 파프리카볶음 백김치
쌀밥 콩나물국(저염국) 하이라이스 닭살간장볶음 파프리카볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 오리탕(고추분 제외) 한식잡채 도토리묵&양념장 백김치 잡곡밥
오리탕(고추분 제외) 한식잡채 도토리묵&양념장 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국(저염국) 모듬장조림 브로콜리맛살볶음 세발나물 백김치
쌀밥 소고기무국(저염국) 모듬장조림 브로콜리맛살볶음 세발나물 백김치
- 중식: 봄나물비빔밥&약고추장 계란후라이 두부된장국(저염국) 설탕조금 백김치
봄나물비빔밥&약고추장 계란후라이 두부된장국(저염국) 설탕조금 백김치
- 석식: 잡곡밥 바지락살칼국수(저염국) 낙삼새불고기 치커리간장무침 백김치
잡곡밥 바지락살칼국수(저염국) 낙삼새불고기 치커리간장무침 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 모듬어묵국(저염국) 고등어구이 날치알계란찜 봄동나물 백김치 쌀밥
모듬어묵국(저염국) 고등어구이 날치알계란찜 봄동나물 백김치
- 중식: 쌀밥 열갈이된장국 생선까스&타르타르소스 돈민찌두부조림 오이나물
백김치 쌀밥 열갈이된장국 생선까스&타르타르소스 돈민찌두부조림 오이나물
백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 훈제오리야채볶음 가지양파볶음 참나물 백김치 잡곡밥
소고기무국 훈제오리야채볶음 가지양파볶음 참나물 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 냉이된장국(저염국) 소불고기 애호박볶음 새우살볶음 백김치 쌀밥
냉이된장국(저염국) 소불고기 애호박볶음 새우살볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 맑은대구탕 오징어간장볶음 고구마조림 무나물 백김치 쌀밥
맑은대구탕 오징어간장볶음 고구마조림 무나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 삼색수제비(저염국) 닭살간장볶음 쭉전 오이나물 백김치 잡곡밥
삼색수제비(저염국) 닭살간장볶음 쭉전 오이나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 카스텔라 그레놀라&우유 계란스크램블 백김치 쌀밥1/2
누룽지 카스텔라 그레놀라&우유 계란스크램블 백김치

- 중식: 쌀밥 건새우미역국(저염국) 돈육간장볶음 모든쌈&우렁쌈장(쌈장 약하게) 오복지무침 백김치 쌀밥 건새우미역국(저염국) 돈육간장볶음 모든쌈&우렁쌈장(쌈장 약하게) 오복지무침 백김치
- 석식: 소고기죽 사골파국 적어구이 감자채피망볶음 부추나물 백김치 소고기죽 사골파국 적어구이 감자채피망볶음 부추나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 너비아니구이(소스 제외) 계란찜 숙주나물 백김치 쌀밥 순두부백탕 너비아니구이(소스 제외) 계란찜 숙주나물 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국(저염국) 닭살간장볶음 감자조림 얼갈이나물 백김치 쌀밥 북어채무국(저염국) 닭살간장볶음 감자조림 얼갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 버섯들깨국(저염국) 해물볶음우동(우동면 제외) 메밀전병(청양고추 제외) 맛살볶음 백김치 잡곡밥 버섯들깨국(저염국) 해물볶음우동(우동면 제외) 메밀전병(청양고추 제외) 맛살볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 찐만두&양념장 소세지구이 시금치나물 백김치 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 찐만두&양념장 소세지구이 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 두부간장조림 부추야채전 들깨궁채나물 백김치 쌀밥 소고기미역국 두부간장조림 부추야채전 들깨궁채나물 백김치
- 석식: 찰흑미밥 애호박된장국(저염국) 갈치구이 불어묵볶음 무나물 백김치 찰흑미밥 애호박된장국(저염국) 갈치구이 불어묵볶음 무나물 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 연포탕(저염국) 떡갈비구이 새송이버섯볶음 도라지들깨나물 백김치 쌀밥 연포탕(저염국) 떡갈비구이 새송이버섯볶음 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 콩나물국(저염국) 하이라이스 닭살간장볶음 파프리카볶음 백김치 쌀밥 콩나물국(저염국) 하이라이스 닭살간장볶음 파프리카볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 오리탕(고추분 제외) 한식잡채 도토리묵&양념장 백김치 잡곡밥 오리탕(고추분 제외) 한식잡채 도토리묵&양념장 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국(저염국) 모든장조림 브로콜리맛살볶음 세발나물 백김치 쌀밥 소고기무국(저염국) 모든장조림 브로콜리맛살볶음 세발나물 백김치
- 중식: 봄나물비빔밥&약고추장 계란후라이 두부된장국(저염국) 설탕조금 백김치 봄나물비빔밥&약고추장 계란후라이 두부된장국(저염국) 설탕조금 백김치
- 석식: 잡곡밥 바지락살칼국수(저염국) 낙삼새불고기 치커리간장무침 백김치 잡곡밥 바지락살칼국수(저염국) 낙삼새불고기 치커리간장무침 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 모듬어묵국(저염국) 고등어구이 날치알계란찜 봄동나물 백김치 쌀밥 모듬어묵국(저염국) 고등어구이 날치알계란찜 봄동나물 백김치
- 중식: 쌀밥 열갈이된장국 생선까스&타르타르소스 돈민찌두부조림 오이나물 백김치 쌀밥 열갈이된장국 생선까스&타르타르소스 돈민찌두부조림 오이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 훈제오리야채볶음 가지양파볶음 참나물 백김치 잡곡밥 소고기무국 훈제오리야채볶음 가지양파볶음 참나물 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 냉이된장국(저염국) 소불고기 애호박볶음 새우살볶음 백김치 쌀밥 냉이된장국(저염국) 소불고기 애호박볶음 새우살볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 맑은대구탕 오징어간장볶음 고구마조림 무나물 백김치 쌀밥 맑은대구탕 오징어간장볶음 고구마조림 무나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 삼색수제비(저염국) 닭살간장볶음 쫄면 오이나물 백김치 잡곡밥 삼색수제비(저염국) 닭살간장볶음 쫄면 오이나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 카스텔라 그레놀라&우유 계란스크램블 백김치 쌀밥1/2 누룽지 카스텔라 그레놀라&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 건새우미역국(저염국) 돈육간장볶음 모듬쌈&우렁쌈장(쌈장 약하게) 오복지무침 백김치 쌀밥 건새우미역국(저염국) 돈육간장볶음 모듬쌈&우렁쌈장(쌈장 약하게) 오복지무침 백김치
- 석식: 소고기죽 사골파국 적어구이 감자채피망볶음 부추나물 백김치 소고기죽 사골파국 적어구이 감자채피망볶음 부추나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 너비아니구이(소스 제외) 계란찜 숙주나물 백김치 쌀밥 순두부백탕 너비아니구이(소스 제외) 계란찜 숙주나물 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국(저염국) 닭살간장볶음 감자조림 열갈이나물 백김치 쌀밥 북어채무국(저염국) 닭살간장볶음 감자조림 열갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 버섯들깨국(저염국) 해물볶음우동(우동면 제외) 메밀전병(청양고추 제외) 맛살볶음 백김치 잡곡밥 버섯들깨국(저염국) 해물볶음우동(우동면 제외) 메밀전병(청양고추 제외) 맛살볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 찐만두&양념장 소세지구이 시금치나물 백김치 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 찐만두&양념장 소세지구이 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 두부간장조림 부추야채전 들깨궁채나물 백김치 쌀밥 소고기미역국 두부간장조림 부추야채전 들깨궁채나물 백김치
- 석식: 찰흑미밥 애호박된장국(저염국) 갈치구이 불어묵볶음 무나물 백김치 찰흑미밥 애호박된장국(저염국) 갈치구이 불어묵볶음 무나물 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 연포탕(저염국) 떡갈비구이 새송이버섯볶음 도라지들깨나물 백김치
쌀밥 연포탕(저염국) 떡갈비구이 새송이버섯볶음 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 콩나물국(저염국) 하이라이스 닭살간장볶음 파프리카볶음 백김치
쌀밥 콩나물국(저염국) 하이라이스 닭살간장볶음 파프리카볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 오리탕(고추분 제외) 한식잡채 도토리묵&양념장 백김치 잡곡밥
오리탕(고추분 제외) 한식잡채 도토리묵&양념장 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국(저염국) 모듬장조림 브로콜리맛살볶음 세발나물 백김치
쌀밥 소고기무국(저염국) 모듬장조림 브로콜리맛살볶음 세발나물 백김치
- 중식: 봄나물비빔밥&약고추장 계란후라이 두부된장국(저염국) 설탕조금 백김치
봄나물비빔밥&약고추장 계란후라이 두부된장국(저염국) 설탕조금 백김치
- 석식: 잡곡밥 바지락살칼국수(저염국) 낙삼새불고기 치커리간장무침 백김치
잡곡밥 바지락살칼국수(저염국) 낙삼새불고기 치커리간장무침 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 모듬어묵국(저염국) 고등어구이 날치알계란찜 봄동나물 백김치 쌀밥
모듬어묵국(저염국) 고등어구이 날치알계란찜 봄동나물 백김치
- 중식: 쌀밥 열갈이된장국 생선까스&타르타르소스 돈민찌두부조림 오이나물
백김치 쌀밥 열갈이된장국 생선까스&타르타르소스 돈민찌두부조림 오이나물
백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 훈제오리야채볶음 가지양파볶음 참나물 백김치 잡곡밥
소고기무국 훈제오리야채볶음 가지양파볶음 참나물 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 냉이된장국(저염국) 소불고기 애호박볶음 새우살볶음 백김치 쌀밥
냉이된장국(저염국) 소불고기 애호박볶음 새우살볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 맑은대구탕 오징어간장볶음 고구마조림 무나물 백김치 쌀밥
맑은대구탕 오징어간장볶음 고구마조림 무나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 삼색수제비(저염국) 닭살간장볶음 쭈전 오이나물 백김치 잡곡밥
삼색수제비(저염국) 닭살간장볶음 쭈전 오이나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 카스텔라 그레놀라&우유 계란스크램블 백김치 쌀밥1/2
누룽지 카스텔라 그레놀라&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 건새우미역국(저염국) 돈육간장볶음 모듬쌈&우렁쌈장(쌈장 약하게)
오복지무침 백김치 쌀밥 건새우미역국(저염국) 돈육간장볶음
모듬쌈&우렁쌈장(쌈장 약하게) 오복지무침 백김치
- 석식: 소고기죽 사골파국 적어구이 감자채피망볶음 부추나물 백김치 소고기죽
사골파국 적어구이 감자채피망볶음 부추나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 너비아니구이(소스 제외) 계란찜 숙주나물 백김치 쌀밥 순두부백탕 너비아니구이(소스 제외) 계란찜 숙주나물 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국(저염국) 닭살간장볶음 감자조림 얼갈이나물 백김치 쌀밥 북어채무국(저염국) 닭살간장볶음 감자조림 얼갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 버섯들깨국(저염국) 해물볶음우동(우동면 제외) 메밀전병(청양고추 제외) 맛살볶음 백김치 잡곡밥 버섯들깨국(저염국) 해물볶음우동(우동면 제외) 메밀전병(청양고추 제외) 맛살볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 찐만두&양념장 소세지구이 시금치나물 백김치 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 찐만두&양념장 소세지구이 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 두부간장조림 부추야채전 들깨궁채나물 백김치 쌀밥 소고기미역국 두부간장조림 부추야채전 들깨궁채나물 백김치
- 석식: 찰흑미밥 애호박된장국(저염국) 갈치구이 불어묵볶음 무나물 백김치 찰흑미밥 애호박된장국(저염국) 갈치구이 불어묵볶음 무나물 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 연포탕(저염국) 떡갈비구이 새송이버섯볶음 도라지들깨나물 백김치 쌀밥 연포탕(저염국) 떡갈비구이 새송이버섯볶음 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 콩나물국(저염국) 하이라이스 닭살간장볶음 파프리카볶음 백김치 쌀밥 콩나물국(저염국) 하이라이스 닭살간장볶음 파프리카볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 오리탕(고추분 제외) 한식잡채 도토리묵&양념장 백김치 잡곡밥 오리탕(고추분 제외) 한식잡채 도토리묵&양념장 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국(저염국) 모듬장조림 브로콜리맛살볶음 세발나물 백김치 쌀밥 소고기무국(저염국) 모듬장조림 브로콜리맛살볶음 세발나물 백김치
- 중식: 봄나물비빔밥&약고추장 계란후라이 두부된장국(저염국) 설탕조금 백김치 봄나물비빔밥&약고추장 계란후라이 두부된장국(저염국) 설탕조금 백김치
- 석식: 잡곡밥 바지락살칼국수(저염국) 낙삼새불고기 치커리간장무침 백김치 잡곡밥 바지락살칼국수(저염국) 낙삼새불고기 치커리간장무침 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 모듬어묵국(저염국) 고등어구이 날치알계란찜 봄동나물 백김치 쌀밥 모듬어묵국(저염국) 고등어구이 날치알계란찜 봄동나물 백김치
- 중식: 쌀밥 얼갈이된장국 생선까스&타르타르소스 돈민찌두부조림 오이나물 백김치 쌀밥 얼갈이된장국 생선까스&타르타르소스 돈민찌두부조림 오이나물 백김치

- 석식: 잡곡밥 소고기무국 훈제오리야채볶음 가지양파볶음 참나물 백김치 잡곡밥 소고기무국 훈제오리야채볶음 가지양파볶음 참나물 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 냉이된장국(저염국) 소불고기 애호박볶음 새우살볶음 백김치 쌀밥 냉이된장국(저염국) 소불고기 애호박볶음 새우살볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 맑은대구탕 오징어간장볶음 고구마조림 무나물 백김치 쌀밥 맑은대구탕 오징어간장볶음 고구마조림 무나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 삼색수제비(저염국) 닭살간장볶음 숙전 오이나물 백김치 잡곡밥 삼색수제비(저염국) 닭살간장볶음 숙전 오이나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 카스텔라 그레놀라&우유 계란스크램블 백김치 쌀밥1/2 누룽지 카스텔라 그레놀라&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 건새우미역국(저염국) 돈육간장볶음 모듬쌈&우렁쌈장(쌈장 약하게) 오복지무침 백김치 쌀밥 건새우미역국(저염국) 돈육간장볶음 모듬쌈&우렁쌈장(쌈장 약하게) 오복지무침 백김치
- 석식: 소고기죽 사골파국 적어구이 감자채피망볶음 부추나물 백김치 소고기죽 사골파국 적어구이 감자채피망볶음 부추나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 너비아니구이(소스 제외) 계란찜 숙주나물 백김치 쌀밥 순두부백탕 너비아니구이(소스 제외) 계란찜 숙주나물 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국(저염국) 닭살간장볶음 감자조림 얼갈이나물 백김치 쌀밥 북어채무국(저염국) 닭살간장볶음 감자조림 얼갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 버섯들깨국(저염국) 해물볶음우동(우동면 제외) 메밀전병(청양고추 제외) 맛살볶음 백김치 잡곡밥 버섯들깨국(저염국) 해물볶음우동(우동면 제외) 메밀전병(청양고추 제외) 맛살볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 찐만두&양념장 소세지구이 시금치나물 백김치 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 찐만두&양념장 소세지구이 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 두부간장조림 부추야채전 들깨궁채나물 백김치 쌀밥 소고기미역국 두부간장조림 부추야채전 들깨궁채나물 백김치
- 석식: 찰흑미밥 애호박된장국(저염국) 갈치구이 불어묵볶음 무나물 백김치 찰흑미밥 애호박된장국(저염국) 갈치구이 불어묵볶음 무나물 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 소고기버섯볶음 얼갈이나물 도시락김 백김치
- 중식: 쌀밥 양송이스프 생선까스&탈탈소스 양송이볶음 맛살야채볶음 백김치

- 석식: 잡곡밥 북어채무국 간장오리불고기 감자채볶음 무나물 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 오징어간장볶음 메추리알장조림 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥1/2 계란파국 짜장면(소스 약하게) 간풍새우볶음(소스 약하게)
단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 맑은동태탕 부추야채전 봄동나물 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 바지락살무국 떡갈비구이 야채계란찜 들깨무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 두부된장국 돈육간장볶음 모듬쌈&저염쌈장 새송이버섯볶음 백김치
- 석식: 유부초밥 어묵우동국 소세지볶음 제철과일 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국 갈치구이 쫄갓두부무침 가지양파볶음 백김치
- 중식: 야채볶음밥 계란후라이 맑은콩나물국 새우살볶음 청경채나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 홍합탕 닭살간장볶음 오이나물 찐두부&양념장 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 블루베리롤조각 시리얼&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국 수육 숙주나물 열갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 알탕(고추분 제외) 동그랑땡전 바지락살볶음 도라지나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 버섯된장국 산적구이 계란후라이 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 사골파국 해물야채전 감자조림 무나물 백김치
- 석식: 잡곡밥1/2 영양닭죽 오이나물 새우젓호박볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 삼색수제비국 간장두부조림 시금치나물 새우살볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 고등어구이 소세지야채볶음 세발나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 한식잡채 청경채나물 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 소고기버섯볶음 열갈이나물 도시락김 백김치
- 중식: 쌀밥 양송이스프 생선까스&탈탈소스 양송이볶음 맛살야채볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 북어채무국 간장오리불고기 감자채볶음 무나물 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 오징어간장볶음 메추리알장조림 브로콜리볶음 백김치

- 중식: 쌀밥1/2 계란파국 짜장면(소스 약하게) 간풍새우볶음(소스 약하게)
단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 맑은동태탕 부추야채전 봄동나물 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 바지락살무국 떡갈비구이 야채계란찜 들깨무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 두부된장국 돈육간장볶음 모듬쌈&저염쌈장 새송이버섯볶음 백김치
- 석식: 유부초밥 어묵우동국 소세지볶음 제철과일 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국 갈치구이 쑥갓두부무침 가지양파볶음 백김치
- 중식: 야채볶음밥 계란후라이 맑은콩나물국 새우살볶음 청경채나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 홍합탕 닭살간장볶음 오이나물 찐두부&양념장 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 블루베리롤조각 시리얼&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국 수육 숙주나물 열갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 알탕(고추분 제외) 동그랑땡전 바지락살볶음 도라지나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 버섯된장국 산적구이 계란후라이 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 사골파국 해물야채전 감자조림 무나물 백김치
- 석식: 잡곡밥1/2 영양닭죽 오이나물 새우젓호박볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 삼색수제비국 간장두부조림 시금치나물 새우살볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 고등어구이 소세지야채볶음 세발나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 한식잡채 청경채나물 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 소고기버섯볶음 열갈이나물 도시락김 백김치
- 중식: 쌀밥 양송이스프 생선까스&탈탈소스 양송이볶음 맛살야채볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 북어채무국 간장오리불고기 감자채볶음 무나물 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 오징어간장볶음 메추리알장조림 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥1/2 계란파국 짜장면(소스 약하게) 간풍새우볶음(소스 약하게)
단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 맑은동태탕 부추야채전 봄동나물 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 바지락살무국 떡갈비구이 야채계란찜 들깨무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 두부된장국 돈육간장볶음 모듬쌈&저염쌈장 새송이버섯볶음 백김치
- 석식: 유부초밥 어묵우동국 소세지볶음 제철과일 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국 갈치구이 쫄갓두부무침 가지양파볶음 백김치
- 중식: 야채볶음밥 계란후라이 맑은콩나물국 새우살볶음 청경채나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 홍합탕 닭살간장볶음 오이나물 찐두부&양념장 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 블루베리롤조각 시리얼&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국 수육 숙주나물 열갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 알탕(고추분 제외) 동그랑땡전 바지락살볶음 도라지나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 버섯된장국 산적구이 계란후라이 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 사골파국 해물야채전 감자조림 무나물 백김치
- 석식: 잡곡밥1/2 영양닭죽 오이나물 새우젓호박볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 삼색수제비국 간장두부조림 시금치나물 새우살볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 고등어구이 소세지야채볶음 세발나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 한식잡채 청경채나물 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 소고기버섯볶음 열갈이나물 도시락김 백김치
- 중식: 쌀밥 양송이스프 생선까스&탈탈소스 양송이볶음 맛살야채볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 북어채무국 간장오리불고기 감자채볶음 무나물 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 오징어간장볶음 메추리알장조림 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥1/2 계란파국 짜장면(소스 약하게) 간풍새우볶음(소스 약하게)
단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 맑은동태탕 부추야채전 봄동나물 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 바지락살무국 떡갈비구이 야채계란찜 들깨무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 두부된장국 돈육간장볶음 모듬쌈&저염쌈장 새송이버섯볶음 백김치
- 석식: 유부초밥 어묵우동국 소세지볶음 제철과일 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국 갈치구이 쫄갯두부무침 가지양파볶음 백김치
- 중식: 야채볶음밥 계란후라이 맑은콩나물국 새우살볶음 청경채나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 홍합탕 닭살간장볶음 오이나물 찢두부&양념장 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 블루베리롤조각 시리얼&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국 수육 숙주나물 열갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 알탕(고추분 제외) 동그랑땡전 바지락살볶음 도라지나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 버섯된장국 산적구이 계란후라이 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 사과파국 해물야채전 감자조림 무나물 백김치
- 석식: 잡곡밥1/2 영양닭죽 오이나물 새우젓호박볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 삼색수제비국 간장두부조림 시금치나물 새우살볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 고등어구이 소세지야채볶음 세발나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 한식잡채 청경채나물 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 소고기버섯볶음 열갈이나물 도시락김 백김치
- 중식: 쌀밥 양송이스프 생선까스&탈탈소스 양송이볶음 맛살야채볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 북어채무국 간장오리불고기 감자채볶음 무나물 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 오징어간장볶음 메추리알장조림 브로콜리볶음 백김치
- 중식: 쌀밥1/2 계란파국 짜장면(소스 약하게) 간풍새우볶음(소스 약하게)
단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 맑은동태탕 부추야채전 봄동나물 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 바지락살무국 떡갈비구이 야채계란찜 들깨무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 두부된장국 돈육간장볶음 모듬쌈&저염쌈장 새송이버섯볶음 백김치
- 석식: 유부초밥 어묵우동국 소세지볶음 제철과일 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 건새우미역국 소불고기 간장두부조림 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 계란파국 카레소스 케이준치킨샐러드(머스타드 조금)
꼬들단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 웅심이만두국 찢순대 간장감자조림 청경채나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 치즈머핀 초코칩스&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국 오리훈제야채볶음 브로콜리볶음 바지락살볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 열갈이된장국 간장등갈비찜 옥수수물파래전 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국 갈비만두&양념장 맛살야채볶음 참나물 백김치
- 중식: 쌀밥 모듬어묵국 돈육간장볶음 애기새송이버섯볶음 풋마늘간장무침 백김치
- 석식: 잡곡밥 바지락살미역국 삼치구이 소고기볶음 숙주나물 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 연양식바삭불고기 계란후라이 봄동나물 백김치
- 중식: 쌀밥 돈등뼈감자탕(고추분 제외) 돈채피망볶음 가지양파볶음 세발나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 닭곰탕 냉이새우전&양념장 간장두부조림 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 온두부&양념장 모듬장조림 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 온메밀국수(와사비 제외) 왕봉간장조림 맛살볶음 군고구마&요구르트 백김치
- 석식: 소고기콩나물밥 달래양념장 들깨버섯국 코다리간장조림 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 찌킨장국 미트볼간장조림 계란말이 오이나물 백김치
- 중식: 쌀밥 게살스프 수제돈까스&소스 조금 들기름소면무침 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 순살아귀콩나물찜(고추분 제외) 쫄갓나물 두부구이 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 버섯들깨국 조기구이 불어묵간장볶음 무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 맑은콩나물국 안동찜닭(당면 제외) 도토리묵&양념장 새우살볶음 백김치
- 석식: 충무김밥 잔치국수(김치 제외) 오징어간장볶음 단호박조림 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 건새우미역국 소불고기 간장두부조림 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 계란과국 카레소스 케이준치킨샐러드(머스타드 조금) 꼬들단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 웅심이만두국 찢순대 간장감자조림 청경채나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 치즈머핀 초코칩스&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국 오리훈제야채볶음 브로콜리볶음 바지락살볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 열갈이된장국 간장등갈비찜 옥수수물파래전 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국 갈비만두&양념장 맛살야채볶음 참나물 백김치
- 중식: 쌀밥 모듬어묵국 돈육간장볶음 애기새송이버섯볶음 풋마늘간장무침 백김치
- 석식: 잡곡밥 바지락살미역국 삼치구이 소고기볶음 숙주나물 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 연양식바삭불고기 계란후라이 봄동나물 백김치
- 중식: 쌀밥 돈등뼈감자탕(고추분 제외) 돈채피망볶음 가지양파볶음 세발나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 닭곰탕 냉이새우전&양념장 간장두부조림 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 온두부&양념장 모듬장조림 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 온메밀국수(와사비 제외) 왕봉간장조림 맛살볶음 군고구마&요구르트 백김치
- 석식: 소고기콩나물밥 달래양념장 들깨버섯국 코다리간장조림 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 찌킨장국 미트볼간장조림 계란말이 오이나물 백김치
- 중식: 쌀밥 게살스프 수제돈까스&소스 조금 들기름소면무침 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 순살아귀콩나물찜(고추분 제외) 쫄갓나물 두부구이 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 버섯들깨국 조기구이 불어묵간장볶음 무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 맑은콩나물국 안동찜닭(당면 제외) 도토리묵&양념장 새우살볶음 백김치
- 석식: 충무김밥 잔치국수(김치 제외) 오징어간장볶음 단호박조림 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 건새우미역국 소불고기 간장두부조림 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 계란과국 카레소스 케이준치킨샐러드(머스타드 조금) 꼬들단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 웅심이만두국 찢순대 간장감자조림 청경채나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 치즈머핀 초코칩스&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국 오리훈제야채볶음 브로콜리볶음 바지락살볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 열갈이된장국 간장등갈비찜 옥수수물파래전 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국 갈비만두&양념장 맛살야채볶음 참나물 백김치
- 중식: 쌀밥 모듬어묵국 돈육간장볶음 애기새송이버섯볶음 풋마늘간장무침 백김치
- 석식: 잡곡밥 바지락살미역국 삼치구이 소고기볶음 숙주나물 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 연양식바삭불고기 계란후라이 봄동나물 백김치
- 중식: 쌀밥 돈등뼈감자탕(고추분 제외) 돈채피망볶음 가지양파볶음 세발나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 닭곰탕 냉이새우전&양념장 간장두부조림 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 온두부&양념장 모듬장조림 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 온메밀국수(와사비 제외) 왕봉간장조림 맛살볶음 군고구마&요구르트 백김치
- 석식: 소고기콩나물밥 달래양념장 들깨버섯국 코다리간장조림 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 찌킨장국 미트볼간장조림 계란말이 오이나물 백김치
- 중식: 쌀밥 게살스프 수제돈까스&소스 조금 들기름소면무침 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 순살아귀콩나물찜(고추분 제외) 쫄갓나물 두부구이 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 버섯들깨국 조기구이 불어묵간장볶음 무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 맑은콩나물국 안동찜닭(당면 제외) 도토리묵&양념장 새우살볶음 백김치
- 석식: 충무김밥 잔치국수(김치 제외) 오징어간장볶음 단호박조림 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 건새우미역국 소불고기 간장두부조림 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 계란과국 카레소스 케이준치킨샐러드(머스타드 조금) 꼬들단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 웅심이만두국 찢순대 간장감자조림 청경채나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 치즈머핀 초코칩스&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국 오리훈제야채볶음 브로콜리볶음 바지락살볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 열갈이된장국 간장등갈비찜 옥수수물파래전 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국 갈비만두&양념장 맛살야채볶음 참나물 백김치
- 중식: 쌀밥 모듬어묵국 돈육간장볶음 애기새송이버섯볶음 풋마늘간장무침 백김치
- 석식: 잡곡밥 바지락살미역국 삼치구이 소고기볶음 숙주나물 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 연양식바삭불고기 계란후라이 봄동나물 백김치
- 중식: 쌀밥 돈등뼈감자탕(고추분 제외) 돈채피망볶음 가지양파볶음 세발나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 닭곰탕 냉이새우전&양념장 간장두부조림 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 시래기된장국 온두부&양념장 모듬장조림 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 온메밀국수(와사비 제외) 왕봉간장조림 맛살볶음 군고구마&요구르트 백김치
- 석식: 소고기콩나물밥 달래양념장 들깨버섯국 코다리간장조림 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 찌킨장국 미트볼간장조림 계란말이 오이나물 백김치
- 중식: 쌀밥 게살스프 수제돈까스&소스 조금 들기름소면무침 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 순살아귀콩나물찜(고추분 제외) 쫄갓나물 두부구이 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 버섯들깨국 조기구이 불어묵간장볶음 무나물 백김치
- 중식: 쌀밥 맑은콩나물국 안동찜닭(당면 제외) 도토리묵&양념장 새우살볶음 백김치
- 석식: 충무김밥 잔치국수(김치 제외) 오징어간장볶음 단호박조림 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 건새우미역국 소불고기 간장두부조림 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 계란과국 카레소스 케이준치킨샐러드(머스타드 조금) 꼬들단무지무침(고추분 제외) 백김치
- 석식: 잡곡밥 웅심이만두국 찢순대 간장감자조림 청경채나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 카스텔라 그레놀라&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 건새우미역국(저염국) 돈육간장볶음 모듬쌈&우렁쌈장(쌈장 약하게) 오복지무침 백김치
- 석식: 소고기죽 사골파국 적어구이 감자채피망볶음 부추나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 너비아니구이(소스 제외) 계란찜 숙주나물 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국(저염국) 닭살간장볶음 감자조림 얼갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 버섯들깨국(저염국) 해물볶음우동(우동면 제외) 메밀전병(청양고추 제외) 맛살볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 찐만두&양념장 소세지구이 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 두부간장조림 부추야채전 들깨궁채나물 백김치
- 석식: 찰흑미밥 애호박된장국(저염국) 갈치구이 불어묵볶음 무나물 백김치

일주일 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 연포탕(저염국) 떡갈비구이 새송이버섯볶음 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 콩나물국(저염국) 하이라이스 닭살간장볶음 파프리카볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 오리탕(고추분 제외) 한식잡채 도토리묵&양념장 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국(저염국) 모듬장조림 브로콜리맛살볶음 세발나물 백김치
- 중식: 봄나물비빔밥&약고추장 계란후라이 두부된장국(저염국) 설탕조금 백김치
- 석식: 잡곡밥 바지락살칼국수(저염국) 낙삼새불고기 치커리간장무침 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 모듬어묵국(저염국) 고등어구이 날치알계란찜 봄동나물 백김치
- 중식: 쌀밥 얼갈이된장국 생선까스&타르타르소스 돈민찌두부조림 오이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 훈제오리야채볶음 가지양파볶음 참나물 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 냉이된장국(저염국) 소불고기 애호박볶음 새우살볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 맑은대구탕 오징어간장볶음 고구마조림 무나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 삼색수제비(저염국) 닭살간장볶음 쫄면 오이나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 카스텔라 그레놀라&우유 계란스크램블 백김치

- 중식: 쌀밥 건새우미역국(저염국) 돈육간장볶음 모든쌈&우렁쌈장(쌈장 약하게)
오복지무침 백김치
- 석식: 소고기죽 사골파국 적어구이 감자채피망볶음 부추나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 너비아니구이(소스 제외) 계란찜 숙주나물 백김치
- 중식: 쌀밥 복어채무국(저염국) 닭살간장볶음 감자조림 열갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 버섯들깨국(저염국) 해물볶음우동(우동면 제외) 메밀전병(청양고추 제외) 맛살볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 찐만두&양념장 소세지구이 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 두부간장조림 부추야채전 들깨궁채나물 백김치
- 석식: 찰흑미밥 애호박된장국(저염국) 갈치구이 불어묵볶음 무나물 백김치

하루 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 연포탕(저염국) 떡갈비구이 새송이버섯볶음 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 콩나물국(저염국) 하이라이스 닭살간장볶음 파프리카볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 오리탕(고추분 제외) 한식잡채 도토리묵&양념장 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국(저염국) 모듬장조림 브로콜리맛살볶음 세발나물 백김치
- 중식: 봄나물비빔밥&약고추장 계란후라이 두부된장국(저염국) 설탕조금 백김치
- 석식: 잡곡밥 바지락살칼국수(저염국) 낙삼새불고기 치커리간장무침 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 모듬어묵국(저염국) 고등어구이 날치알계란찜 봄동나물 백김치
- 중식: 쌀밥 열갈이된장국 생선까스&타르타르소스 돈민찌두부조림 오이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 훈제오리야채볶음 가지양파볶음 참나물 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 냉이된장국(저염국) 소불고기 애호박볶음 새우살볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 맑은대구탕 오징어간장볶음 고구마조림 무나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 삼색수제비(저염국) 닭살간장볶음 쭈전 오이나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 카스텔라 그레놀라&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 건새우미역국(저염국) 돈육간장볶음 모든쌈&우렁쌈장(쌈장 약하게)
오복지무침 백김치

- 석식: 소고기죽 사골파국 적어구이 감자채피망볶음 부추나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 너비아니구이(소스 제외) 계란찜 숙주나물 백김치
- 중식: 쌀밥 북어채무국(저염국) 닭살간장볶음 감자조림 열갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 버섯들깨국(저염국) 해물볶음우동(우동면 제외) 메밀전병(청양고추 제외) 맛살볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 찐만두&양념장 소세지구이 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 두부간장조림 부추야채전 들깨궁채나물 백김치
- 석식: 찰흑미밥 애호박된장국(저염국) 갈치구이 불어묵볶음 무나물 백김치

하루 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 연포탕(저염국) 떡갈비구이 새송이버섯볶음 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 콩나물국(저염국) 하이라이스 닭살간장볶음 파프리카볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 오리탕(고추분 제외) 한식잡채 도토리묵&양념장 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국(저염국) 모듬장조림 브로콜리맛살볶음 세발나물 백김치
- 중식: 봄나물비빔밥&약고추장 계란후라이 두부된장국(저염국) 설탕조금 백김치
- 석식: 잡곡밥 바지락살칼국수(저염국) 낙삼새불고기 치커리간장무침 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 모듬어묵국(저염국) 고등어구이 날치알계란찜 봄동나물 백김치
- 중식: 쌀밥 열갈이된장국 생선까스&타르타르소스 돈민찌두부조림 오이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 훈제오리야채볶음 가지양파볶음 참나물 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 냉이된장국(저염국) 소불고기 애호박볶음 새우살볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 맑은대구탕 오징어간장볶음 고구마조림 무나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 삼색수제비(저염국) 닭살간장볶음 쫄전 오이나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 카스텔라 그레놀라&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 건새우미역국(저염국) 돈육간장볶음 모듬쌈&우렁쌈장(쌈장 약하게) 오복지무침 백김치
- 석식: 소고기죽 사골파국 적어구이 감자채피망볶음 부추나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 너비아니구이(소스 제외) 계란찜 숙주나물 백김치
- 중식: 쌀밥 복어채무국(저염국) 닭살간장볶음 감자조림 열갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 버섯들깨국(저염국) 해물볶음우동(우동면 제외) 메밀전병(청양고추 제외) 맛살볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 찐만두&양념장 소세지구이 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 두부간장조림 부추야채전 들깨궁채나물 백김치
- 석식: 찰흑미밥 애호박된장국(저염국) 갈치구이 불어묵볶음 무나물 백김치

하루 식단

월요일

- 조식: 쌀밥 연포탕(저염국) 떡갈비구이 새송이버섯볶음 도라지들깨나물 백김치
- 중식: 쌀밥 콩나물국(저염국) 하이라이스 닭살간장볶음 파프리카볶음 백김치
- 석식: 잡곡밥 오리탕(고추분 제외) 한식잡채 도토리묵&양념장 백김치

화요일

- 조식: 쌀밥 소고기무국(저염국) 모듬장조림 브로콜리맛살볶음 세발나물 백김치
- 중식: 봄나물비빔밥&약고추장 계란후라이 두부된장국(저염국) 설탕조금 백김치
- 석식: 잡곡밥 바지락살칼국수(저염국) 낙삼새불고기 치커리간장무침 백김치

수요일

- 조식: 쌀밥 모듬어묵국(저염국) 고등어구이 날치알계란찜 봄동나물 백김치
- 중식: 쌀밥 열갈이된장국 생선까스&타르타르소스 돈민찌두부조림 오이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 소고기무국 훈제오리야채볶음 가지양파볶음 참나물 백김치

목요일

- 조식: 쌀밥 냉이된장국(저염국) 소불고기 애호박볶음 새우살볶음 백김치
- 중식: 쌀밥 맑은대구탕 오징어간장볶음 고구마조림 무나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 삼색수제비(저염국) 닭살간장볶음 쫄면 오이나물 백김치

금요일

- 조식: 쌀밥1/2 누룽지 카스텔라 그레놀라&우유 계란스크램블 백김치
- 중식: 쌀밥 건새우미역국(저염국) 돈육간장볶음 모듬쌈&우렁쌈장(쌈장 약하게) 오복지무침 백김치
- 석식: 소고기죽 사골과국 적어구이 감자채피망볶음 부추나물 백김치

토요일

- 조식: 쌀밥 순두부백탕 너비아니구이(소스 제외) 계란찜 숙주나물 백김치

- 중식: 쌀밥 북어채무국(저염국) 닭살간장볶음 감자조림 얼갈이나물 백김치
- 석식: 잡곡밥 버섯들깨국(저염국) 해물볶음우동(우동면 제외) 메밀전병(청양고추 제외) 맛살볶음 백김치

일요일

- 조식: 쌀밥 오징어무국(고추분 제외) 찐만두&양념장 소세지구이 시금치나물 백김치
- 중식: 쌀밥 소고기미역국 두부간장조림 부추야채전 들깨궁채나물 백김치
- 석식: 찰흑미밥 애호박된장국(저염국) 갈치구이 불어묵볶음 무나물 백김치