

식단표

2025년 11월

(유성)플래티늄

구분							토(11.01)
아침 식단							쌀밥 어묵무국 사태곤약조림 비빔오징어젓무 침 가지무침 배추김치
점심 식단							쌀밥 부추재첩국 돈육춘장볶음 시래기지짐 건파래무침 배추김치
저녁 식단							쌀밥 배추된장국 떡갈비아채볶음 햄감자조림 실곤약마요무침 배추김치
오후 간식							카스타드/요구르 트
구분	일(11.02)	월(11.03)	화(11.04)	수(11.05)	목(11.06)	금(11.07)	토(11.08)
아침 식단	쌀밥 시래기된장국 메알닭살장조림 연두부/양념장 수제깻잎찜 배추김치	쌀밥 부추계란국 데리야끼미트볼 조림 영양콩조림 취나물 배추김치	쌀밥 감자양파국 코다리무조림 브로콜리아채볶 음 고추지무침 배추김치	쌀밥 복어무국 해물완자야채볶 음 고들빼가지 고사리나물 배추김치	쌀밥 누룽지탕 돈채피망볶음 오징어젓무침 견과류멸치조림 배추김치	쌀밥 소고기무국 연두부계란찜 새우젓무침 시래기지짐 배추김치	쌀밥 배추된장국 코다리무조림 오이지무침 콩나물무침 배추김치
점심 식단	쌀밥 다슬기아욱장국 치즈함박스테이 크 알새우호박볶음 도토리묵김치무 침 배추김치	쌀밥 북어해장국 소불고기 맛살미역줄기볶 음 단호박샐러드 배추김치	쌀밥 얼갈이된장국 족발야채볶음 마늘쫄면새우볶 음 콩나물무침 배추김치	쌀밥 소고기미역국 콘소메치킨너겟 명엽채콩조림 깻순나물 배추김치	쌀밥 버섯들깨수제비 로제돈까스 어묵파리고추볶 음 푸실리과일샐러 드 배추김치	쌀밥 잔치국수 국수고명 레몬크림탕수육 햄감자볶음 배추김치	쌀밥 돈육김치찌개 너비아니아채볶 음 브로콜리어묵볶 음 양상추샐러드 배추김치
저녁 식단	쌀밥 감자수제비국 백순대야채볶음 어묵우영조림 참나물무침 배추김치	쌀밥 소고기샤브국 두반장두부조림 목이버섯볶음 오이무침 배추김치	쌀밥 시금치된장국 닭볶음탕 연근흑임자무침 건새우무우조림 배추김치	쌀밥 순두부계란탕 돈육쪽찜 찐만두/양념장 숙주나물 배추김치	쌀밥 꽃게된장국 해물우동볶음 묵김가루무침 가지무침 배추김치	쌀밥 근대된장국 삼치김치조림 양배추다시마채 무침 열무나물 배추김치	쌀밥 돈육김치찌개 너비아니아채볶 음 브로콜리어묵볶 음 양상추샐러드 배추김치
오후 간식	요플레	바나나/요구르트	찐계란/요구르트	찐고구마/요구르 트	찐빵/요구르트	요플레	후레쉬베리/요구 르트

구분	일(11.09)	월(11.10)	화(11.11)	수(11.12)	목(11.13)	금(11.14)	토(11.15)
아침 식단	쌀밥 누룽지탕 두부양념조림 오복지무침 고사리나물 배추김치	쌀밥 몽실순두부탕 닭살야채조림 버섯야채볶음 파래김무침 배추김치	쌀밥 호박버섯된장국 계란장조림 비빔오징어젓무 침 오이양파무침 배추김치	쌀밥 조갯살감자양파 국 오징어야채볶음 만두찜/양념장 콩나물무침 배추김치	쌀밥 누룽지탕 간장삼치무조림 고들빼기지 청포묵김가루무 침 배추김치	쌀밥 어묵무국 돈채야채볶음 수제깻잎찜 다짐무말라이지 배추김치	쌀밥 시금치된장국 돈육가지볶음 유채고추장무침 혼합콩조림 배추김치
점심 식단	쌀밥 부대찌개 제육볶음 느타리버섯볶음 취나물무침 배추김치	쌀밥 소고기미역국 우렁살강된장/양 배추쌈 가지야채볶음 무생채 배추김치	쌀밥 콩나물국 닭강정 소시지버섯볶음 근대된장나물 배추김치	쌀밥 소고기낙지전골 새우까스/양배추 마요 어묵호박볶음 파래무침 배추김치	쌀밥 꼬물만두국 닭목살야채조림 아몬드멸치볶음 햄숙주무침 배추김치	쌀밥 등뼈감자탕 두부양념조림 도라지들깨볶음 참나물무침 배추김치	쌀밥 감자수제비국 돈까스/소스 캐슈넛연근조림 얼갈이나물 배추김치
저녁 식단	쌀밥 만두계란국 우채숙주볶음 소시지야채볶음 열무나물 배추김치	쌀밥 맑은무채팽이국 가지미구이 우영채조림 삼색냉채 배추김치	쌀밥 얼갈이된장국 쭈삼불고기 세벌치볶음 깻순나물 배추김치	쌀밥 들깨수제비국 훈제오리마늘볶 음 두반장가지볶음 오복지무침 배추김치	쌀밥 오징어찌개 온두부/볶음김치 비엔나콩나물찜 얼갈이나물 배추김치	쌀밥 청국장찌개 깻잎닭갈비 건새우마늘쫄볶 음 마카로니샐러드 배추김치	쌀밥 꼬물만두국 버섯소불고기 새우살청경채볶 음 숙주당근나물 배추김치
오후 간식	요플레	찜감자/매실주스	초코쥬러스/요구 르트	부드러운케이크/ 요구르트	바나나/요구르트	요플레	찜계란/요구르트
구분	일(11.16)	월(11.17)	화(11.18)	수(11.19)	목(11.20)	금(11.21)	토(11.22)
아침 식단	쌀밥 돈육버섯찌개 햄스크램블에그 가지야채볶음 오복지쪽파무침 배추김치	쌀밥 누룽지탕 두부야채조림 호박양파볶음 비빔오징어젓무 침 배추김치	쌀밥 근대된장국 매생이계란찜 해씨멸치조림 오이지부추무침 배추김치	쌀밥 재첩부추국 간장돈불고기 양배추/쌈장 무짬지채무침 배추김치	쌀밥 순두부계란탕 우채마늘쫄볶음 명엽채조림 고춧잎지무침 배추김치	쌀밥 누룽지탕 가지미무조림 호두땅콩조림 새우젓고추무침 배추김치	쌀밥 얼갈이된장국 두부야채조림 꼬시래기무침 마늘쫄지무침 배추김치
점심 식단	쌀밥 안매운육개장 간장찜닭 마늘쫄멸치볶음 취나물무침 배추김치	쌀밥 동태찌개 한돈시금치잡채 어묵떡조림 파래김무침 배추김치	쌀밥 북어미역국 짬뽕불고기 실곤약야채무침 참나물된장무침 배추김치	쌀밥 차돌된장찌개 닭볶음탕 연근흑임자무침 콩나물무침 배추김치	쌀밥 추어탕 해물김치전 느타리호박볶음 오이부추무침 배추김치	쌀밥 잔치국수 국수고명 소불고기 배추겉절이 열무김치	쌀밥 꽃게된장국 제육볶음 수제깻잎찜 콩나물무침 배추김치
저녁 식단	쌀밥 아욱된장국 돈육매알조림 오이맛살냉채 유채나물 배추김치	쌀밥 콩비지배추국 건조목돈채볶음 명엽채고추장조 림 열무나물 배추김치	쌀밥 북어콩나물국 마파두부 수제깻잎찜 푸실리콘샐러드 배추김치	쌀밥 새우완탕국 명란떡갈비/데리 야끼 도라지들깨숙채 취나물무침 배추김치	쌀밥 근대된장국 훈제오리아채볶 음 감자샐러드 파래김무침 배추김치	쌀밥 소고기미역국 닭살짜장소스 새우볼/케찹 숙주나물 배추김치	쌀밥 북어무국 닭갈비 명엽채조림 가지나물 배추김치
오후 간식	요플레	찜감자/요구르트	미니파운드/요구 르트	굴/요구르트	찜빵/매실주스	요플레	바나나/요구르트

구분	일(11.23)	월(11.24)	화(11.25)	수(11.26)	목(11.27)	금(11.28)	토(11.29)
아침 식단	쌀밥 홍합무채국 돈채야채볶음 느타리버섯볶음 취나물 배추김치	쌀밥 소고기해장국 동태무조림 김파래무침 무짬지채무침 배추김치	쌀밥 황태계란국 돈채건조목볶음 감자당근조림 참나물 배추김치	쌀밥 소고기무국 야채스크램블에 그 올방개묵김가루 무침 다짐무말랭이지 배추김치	쌀밥 누룽지탕 돈사태감자조림 비빔오징어젓무 침 숙주나물 배추김치	쌀밥 콩가루배추국 우채마늘쫄볶음 명엽채조림 고춧잎장아찌 배추김치	쌀밥 올갱이된장국 메알닭살장조림 우영채조림 고들빼기지무침 배추김치
점심 식단	쌀밥 사골국 간장닭찜 실곤약야채무침 호박새우젓볶음 배추김치	쌀밥 감자미역국 한방수육/상추쌈 새송이버섯들깨 볶음 오이부추소박이 배추김치	쌀밥 육개장 해물파전 파리고추어묵볶 음 콩나물무침 배추김치	쌀밥 닭곰탕 오징어두부두루 치기 소시지야채볶음 가지나물 배추김치	쌀밥 조랭이떡미역국 오리불고기 느타리미나리초 무침 고사리들깨볶음 배추김치	쌀밥 콩비지찌개 야채계란찜 수제야채튀김 단감과일샐러드 배추김치	쌀밥 어묵무국 돈육마파두부 버섯삼색볶음 마카로니콘샐러 드 배추김치
저녁 식단	쌀밥 배추된장국 순대야채볶음 호박버섯볶음 물파래무무침 배추김치	쌀밥 계란부추국 돈육짜장소스 탕수육/소스 단무지채무침 배추김치	쌀밥 맑은미역국 닭살데리야끼조 림 양배추찜/쌈장 브로콜리맛살볶 음 배추김치	쌀밥 순두부찌개 코다리무조림 호박새우젓볶음 오이미역초무침 배추김치	쌀밥 청국장찌개 가자미무조림 옥수수콘샐러드 깻잎양념찜 배추김치	쌀밥 매생이수제비국 소불고기 혼합견과류조림 숙주나물 배추김치	쌀밥 청국장찌개 닭볶음탕 베이컨감자조림 두부썩갠무침 배추김치
오후 간식	요플레	무화과빵/요구르 트	과배기/요구르트	카스타드/매실쥬 스	찐고구마/요구르 트	버터롤/요구르트	카스타드/요구르 트
구분	일(11.30)						
아침 식단	쌀밥 버섯무채국 너비아니아채볶 음 연두부/양념장 오징어젓무침 배추김치						
점심 식단	쌀밥 소고기미역국 삼치구이 건새우마늘쫄볶 음 숙주나물 배추김치						
저녁 식단	쌀밥 오징어무국 간장돈불고기 크랜베리멸치볶 음 물파래무무침 배추김치						
오후 간식	요플레						

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

※ 원산지 표시 : 국산

※ 보리밥