

2026년 9월 식단표

영양사	주 임	원 장
결재 		

【 영양사 : 김한진 】

첫 째 주	일자/요일	31 [월]	1 [화]	2 [수]	3 [목]	4 [금]	5 [토]
	오전간식	청경채죽/◆자연식품	참치채소죽	파프리카죽	새우살죽	브로콜리죽	누룽지죽
	점 심	백미밥 팽이버섯된장국 해물완자전 도토리묵무침 배추김치	수수밥 연두부국 돼지고기장조림 고구마순볶음 배추김치	쇠고기채소볶음밥 부추달걀국 오이맛살샐러드 ◆자연식품 배추김치	기장밥 배추된장국 반야월깻잎치킨아도보 (필리핀식찜닭) 숙주나물 깍두기	흑미밥 황태국 떡갈비구이 양배추무침 깍두기	유부초밥 수제빻국 배추김치
	오후간식	수제요거트	잔치국수	단호박꿀찜/우유	딸기잼모닝빵/우유	◆바나나요거트범벅	
	변동사항						
둘 째 주	일자/요일	7 [월]	8 [화]	9 [수]	10 [목]	11 [금]	12 [토]
	오전간식	흑임자죽/◆자연식품	녹두죽	영양닭죽	누룽지죽	잔멸치죽	흰죽
	점 심	백미밥 물만둣국 메추리알조림 근대나물 배추김치	수수밥 조갯살된장국 버섯쇠불고기 콩나물무침 배추김치	카레라이스 청경채맑은국 가지굴소스볶음 ◆자연식품 깍두기	기장밥 아욱국 두부데리야끼조림 애호박나물 깍두기	흑미밥 무쌈국 돼지고기볶음 부추무침 배추김치	참치채소볶음밥 온도토리묵국 깍두기
	오후간식	시리얼/우유	감자채전/매실주스	꿀호떡/보리차	삶은달걀/우유	◆찐고구마/우유	
	변동사항						
셋 째 주	일자/요일	14 [월]	15 [화]	16 [수]	17 [목]	18 [금]	19 [토]
	오전간식	검은콩죽/◆자연식품	소고기죽	흰죽	병아리콩죽	당근죽	누룽지죽
	점 심	백미밥 미소장국 쇠고기숙주볶음 김자반 배추김치	수수밥 오징어국 채소스크램블에그 느타리버섯나물 배추김치	안매운마파두부덮밥 새우살미역국 파프리카콘샐러드 ◆자연식품 깍두기	기장밥 들깨채소국 간장제육볶음 상추오이무침 배추김치	흑미밥 얼갈이된장국 치킨까스&타르타르소스 브로콜리흑임자소스무침 깍두기	짜장덮밥 실파맑은국 깍두기
	오후간식	수제요거트	프렌치토스트/포도주스	들기름막국수/보리차	시리얼/우유	◆찐감자/우유	
	변동사항						
넷 째 주	일자/요일	21 [월]	22 [화]	23 [수]	24 [목]	25 [금] 추석	26 [토]
	오전간식	치즈죽/◆자연식품	참깨죽	가지죽			
	점 심	백미밥 어묵국 채소달걀찜 잔멸치볶음 배추김치	수수밥 순두부백탕 닭안심양배추볶음 청경채나물 깍두기	콩나물밥&양념장 쇠고기탕국 동그랑땡전 ◆자연식품 배추김치			
	오후간식	시리얼/우유	약과/우유	송편/우유			
	변동사항						
다 섯 째 주	일자/요일	28 [월]	29 [화]	30 [수]	▶ ◆표시는 영양소 파괴를 최소화한 간식 (자연식품)		
	오전간식	버섯죽/◆자연식품	타락죽	누룽지죽			
	점 심	백미밥 감자양파국 카레두부구이 참나물무침 배추김치	수수밥 근대된장국 삼치무조림 들깨애호박볶음 배추김치	달걀채소볶음밥 미역국 훈제오리단호박찜 ◆자연식품 깍두기			
	오후간식	수제요거트	채소주먹밥/보리차	치즈스틱/우유			
	변동사항						

원 산 지	쌀	콩류	배추김치		쇠고기(국내산)	돼지고기	닭고기	오리고기
	밥,죽,누룽지	두부	배추	고춧가루	국 · 볶음			
	국내산	국내산	국내산	국내산	한우	국내산	국내산	국내산
	수산물 (수입산은 국가명 기재)							
	식육 · 어육 가공품							
	돈까스	어묵	오징어	넙치(가자미)	꽃게	명태	고등어	갈치
	국내산	국내산	국내산	국내산				

※ 알레르기 유발식품 (난류, 우유, 메밀, 땅콩, 대두, 밀, 고등어, 게, 새우, 돼지고기, 복숭아, 토마토, 아황산류, 호두, 닭고기, 쇠고기, 오징어, 조개류, 굴, 전복, 홍합)

※ 위 식단은 식자재 수급사정에 따라 변경 될 수 있으니 양해 바랍니다.

※ ‘◆자연식품’은 수급 사정에 따라 자연식의 종류가 달라질 수 있으므로 정확한 명칭을 기재하지 않습니다.

씨 드 스 쿨 어 린 이 집 (855.9876)

2026년 9월 식단표

【 영양사 : 김한진 】

영양사	주 임	원 장
결재 김한진		

첫 째 주	일자/요일	31 [월]	1 [화]	2 [수]	3 [목]	4 [금]	5 [토]
	오전간식						
	점 심	해물완자전/ 달걀옷없이 도토리묵무침/ 조미김	연두부국/ 연두부 없이	부추달걀국/ 무쌈국		황태국/ 달걀물 없이	수제빻국/ 달걀물 없이
	오후간식		잔치국수/달걀물없이				
	변동사항						
둘 째 주	일자/요일	7 [월]	8 [화]	9 [수]	10 [목]	11 [금]	12 [토]
	오전간식		녹두죽/흰죽				
	점 심	물만둣국/ 달걀물 없이 메추리알조림/ 잔멸치볶음	콩나물무침/ 조미김		두부데리야끼조림/ 잔멸치볶음		온도토리묵국/ 무쌈국
	오후간식				삶은달걀/딸기잼모닝빵		
	변동사항						
셋 째 주	일자/요일	14 [월]	15 [화]	16 [수]	17 [목]	18 [금]	19 [토]
	오전간식	검은콩죽/흰죽			병아리콩죽/흰죽		
	점 심		채소스크램블에그/ 잔멸치볶음	안매운마파두부덮밥/ 두부없이 파프리카콘샐러드/ 마요네즈드레싱없이		타르타르소스/ 간장소스 브로콜리흑임자소스무침/ 브로콜리무침	
	오후간식		프레치토스트/샌드위치				
	변동사항						
넷 째 주	일자/요일	21 [월]	22 [화]	23 [수]	24 [목]	25 [금] 추석	26 [토]
	오전간식						
	점 심	채소달걀찜/ 잔멸치볶음	순두부백당/ 연두부 없이	콩나물밥/콩나물없이 쇠고기탕국/두부없이 동그랑땡전/달걀옷없이			
	오후간식						
	변동사항						
다 섯 째 주	일자/요일	28 [월]	29 [화]	30 [수]	▶ ◆표시는 영양소 파괴를 최소화한 간식 (자연식품)		
	오전간식						
	점 심	카레두부구이/ 잔멸치볶음		달걀채소볶음밥/ 달걀없이 훈제오리단호박찜/ 조미김			
	오후간식						
	변동사항						

원 산 지	쌀	콩류	배추김치		쇠고기(국내산)	돼지고기	닭고기	오리고기
	밥,죽,누룽지	두부	배추	고춧가루	국 · 볶음			
	국내산	국내산	국내산	국내산	한우	국내산	국내산	국내산
	식육 · 어육 가공품		수산물 (수입산은 국가명 기재)					
	돈까스	어묵	오징어	넙치(가자미)	꽃게	명태	고등어	갈치

※ 알레르기 유발식품 (난류, 우유, 메밀, 땅콩, 대두, 밀, 고등어, 게, 새우, 돼지고기, 복숭아, 토마토, 아황산류, 호두, 닭고기, 쇠고기, 오징어, 조개류, 굴, 전복, 홍합)

※ 위 식단은 식자재 수급사정에 따라 변경 될 수 있으니 양해 바랍니다.

※ ‘◆자연식품’은 수급 사정에 따라 자연식의 종류가 달라질 수 있으므로 정확한 명칭을 기재하지 않습니다.

씨 드 스쿨 어 린 이 집 (855.9876)