2월 1째주 식단표			담당	사무국장	원장	
2원	▲ 글 및 주네 ★ 102일- 02월08일 쌀:국내	_	결제			
		· T	E1 Y I	ארנס		71 41
월일	행복을 여는 아침	정성이 가득한 경	3 ²²	긴강들	위한 저녁	간 식
	흰밥/현미밥.순두부	곤드레밥/현미밥,미역국			미밥,근대로	국 딸기
 월	동그랑땡	세발나물			박볶음 ᅰ나무	2/1
	쑥갓,두부무침 계란찜	두부두루치기 새송이버섯전		유채나물 베지버거전		
01	물김치/포기김치	물김치/포기김		물김치/포기김치		두유
	cal합계: 690	cal합계: 720		cal합계: 510		336
	흰밥/현미밥,북어국	흰밥/현미밥,콩나		흰밥/현미밥,미소된장		자
	청경채나물	시금치나물		참나물		80
	연두부양념장	치즈떡볶이		마네필 야채전		이오
화	느타리나물	물파래무침		브로	브로컬리/초장	
02	물김치/포기김치	물김치/포기김	치	물김치	/포기김치	두유
	cal합계: 590	cal합계: 690		cal합계:5		
	흰밥/현미밥,무우국	흰밥/현미밥,순두	부국	흰밥/현미밥,배추국		
	김구이	가지구이			.새송이볶음 기나무	
수	미트야채볶음 방풍나물무침	유채나물 탕평채			나리나물 치조림	
03	물김치/포기김치	물김치/포기김	ŢΙ		시조님 /포기김치	두유
	cal합계: 520	cal합계:660	<u> </u>	cal합계:620		179
	흰밥/현미밥,스프	기장밥/현미밥,냉(기된장	흰밥/현	미밥,북어크	2
l _	깻잎장아찌	마카로니사라	다.	丑	고조림	바나나
목	연두부/양념	곰피/초장		생두	두부양념	우유
04	청경채무침	도라지들깨볶음		깻잎나물		두 유
	물김치/포기김치	물김치/포기김치		물김치/포기김치		
	cal합계: 650	cal합계: 615		cal합계:		240
	흰밥/현미밥,미역국 치커리무침	톳밥.어묵국 방풍나물			비밥,얼가리 [.] 프랑볶음	국 요플레
금	무우나물볶음	오이무침			-one 참나물	
05	팽이맛살볶음	감자튀김			ᅣ채전	두 유
	물김치/포기김치	물김치/열무김	치	물김치	/포기김치	Τ π
	cal합계:490	cal합계: 700		cal합계:		190
	흰밥/현미밥,근대국	콩밥/현미밥,북(거국	-	미밥,미역=	무 포도즙
	숙갓무침 기고 이	녹두전	4.01		지나물	12곡
토	김구이 호박볶음	치커리,사과겉질			B치무침 N동그랑	
06	물김치/포기김치 물김치/포기김치	양배추쌈/쌈정 물김치/포기김			기동교망 /포기김치	두유
33	cal합계: 570	cal합계: 623	<u>~</u> 1	cal합계:		342
	흰밥/현미밥,스프	현밥/현미밥,아	육국	**		
	도라지볶음	표고탕수	•	1	-10,511, -	
일	콩살들이구이	깻묘볶음		콩비	엔나볶음	요플레
07	치커리나물	콩나물무침			·물무침	
	물김치/포기김치	물김치/포기김	치		/포기김치	두 유
	cal합계: 540	cal합계: 599		cal합계:	510	

	2일 2Ⅲ주	담당	사무국장	-	 원장		
	2월 2째주 4		결제				
	!08일- 02월14일 쌀:국내{ 	T					
월일	행복을 여는 아침	정성이 가득한 점심		건강을	위한 저녁		간 식
	흰밥/현미밥.북어국	흰밥/현미밥,떡국		흰밥/현	미밥,근대크	5	
	소고기숙주볶음	시금치나물		호	박볶음		유과
월	쑥갓,두부무침	도라지볶음		유	채나물		식혜
08	김구이	동태전		새송0	계란구이		
00	물김치/포기김치	물김치/포기김	치	물김치	/포기김치		두유
	cal합계: 690	cal합계: 720		cal합계: 510		336	
	흰밥/현미밥,미역국	흰밥/현미밥,만역	루국	흰밥/현0	밥,미소된	장	빵
	청경채나물	고사리볶음		참나물		이오	
 화	연두부양념장	두부탕수			ᆝ치전		OI <u>T</u>
	느타리나물	물파래무침			컬리/초장		두유
09	물김치/포기김치	물김치/포기김	치	물김치/포기김치			1 71
	cal합계: 590	cal합계: 690		cal합계:580			
	흰밥/현미밥,콩나물국	기장/현미밥,순두	부국	-	미밥,배추	국	바나나
	김구이	가지구이		새송이볶음		우유	
수	미트야채볶음	유채나물			프랑볶음	-	
	시금치된장무침	탕평채			이무침		두유
10	물김치/포기김치	물김치/포기김	지	물김치/포기김치		470	
	cal합계: 520			cal합계:620 흰밥/현미밥,북어국		_	179
	흰밥/현미밥,스프	기장밥/현미밥,냉이된장		표고조림		5	
목	깻잎장아찌 연두부/양념	우동볶음					요플레
	선무무/장림 청경채무침	콩나물무침 방풍나물			∥란찜 당나물	•	
11	물김치/포기김치	당당나물 물김치/포기김치		물김치/포기김치			두 유
	cal합계: 650	cal합계: 615	· NI	cal합계:			240
	흰밥/현미밥,미역국	흰밥/현미밥.어	국국		 밥,얼가리	국	
	치커리무침	곰피/초장		생두	부/양념		사과
금	숙주나물	무우생채		깻	묘볶음		
12	팽이맛살볶음	고구마튀김		호박전			두 유
'-	물김치/포기김치	물김치/열무김치		물김치/포기김치			' ''
	cal합계:490	cal합계: 700		cal합계: 560			190
	흰밥/현미밥,근대국	콩밥/현미밥,북(미밥,미역=	₹	쥬스
	쑥갓무침	두부스테이크			지나물		고구마
 토	베지버거전	치커리,사과겉절			당치무침		_ , 5,
	느타리볶음	양배추쌈/쌈정			I동그랑	-	_
13	물김치/포기김치	물김치/포기김	지		/포기김치		두유
	cal합계: 570	cal합계: 623		cal합계: (_	342
	흰밥/현미밥,스프	흰밥/현미밥,아	5국		미밥,배추크	5	
01	도라지볶음	계란말이			S이볶음 au i bo		요플레
일	콩살들이구이	깻묘볶음			엔나볶음 LB C 컨		
14	지커리나물	고사리볶음	∓ I		∤물무침 ▎/ᄑᄁᄭᅱ		
	물김치/포기김치	물김치/포기김	시		/포기김치 		두 유
	cal합계: 540	cal합계: 599		cal합계: !	DT0		

		 담당	사무국장	9	원 원 장		
	2월 3째주 스	¦난#	결제		*** 10	`	
2월15일- 02월22일 쌀:국내산		, *김치:국내산					
월일	행복을 여는 아침	정성이 가득한 경	점심	건강을	위한 저녁		간 식
	흰밥/현미밥.미역국	팥밥/현미밥,매생이떡국		흰밥/현	미밥,근대=	국	
생신	쏘이동그랑땡	유채나물		호	박볶음		빵.
	쑥갓,두부무침	청포묵무침		세	발나물		이오
월	계란찜	두부두루치기	ון	새 등	송이볶음		
15	물김치/포기김치	물김치/포기2	치	물김치/포기김치			두유
	cal합계: 690	cal합계: 720		cal합계: 510			336
	흰밥/현미밥,미역국	흰밥/현미밥,북	어국	흰밥/현[미밥,얼가리	된	떡
생신	청경채나물	시금치나물	•	참나물		ㄱ 식혜	
	연두부양념장	잡채		매생이전			MI
화	느타리나물	물파래무침		브로컬리/초장			두유
16	물김치/포기김치	물김치/포기2	ᆝ치	물김치/포기김치			тπ
	cal합계: 590	cal합계: 690		cal합계:580			
	흰밥/현미밥,쇠고기무국		두부		변미밥,배추	- 1	바나나
	연두부양념	녹두전			구프랑,새송이볶음		우유
<u>수</u>	미트야채볶음	유채나물		얼가리나물			
1	시금치된장무침	무우나물		오이무침			두유
17	물김치/포기김치	물김치/포기김치		물김치/포기김치 cal합계:620			170
	cal합계: 520					_	179
	흰밥/현미밥,북어국	기장밥/현미밥,떡만두국			.미밥,근대= '고도라	녹	
<u>목</u>	명란계란찜	베지버거전			고조림		요플레
	김구이 청경채무침	도라지볶음			·계란구이 참나물		
18	물김치/포기김치	시금치나물 물김치/포기김치		물김치/포기김치			두 유
	cal합계: 650	cal합계: 615	<u> </u>	cal합계: 540			240
	흰밥/현미밥,콩나물국	흰밥/현미밥.어	문군		<u> </u>	로	240
	치커리무침	금피/초장	• •		기급, 르기의 프랑볶음	•	딸기
<u> 글</u>	무우나물볶음	유채나물			교볶음		
19	팽이맛살볶음	호박동그랑	덕	콩나물무침			_ 0
19	물김치/포기김치	물김치/열무김치		물김치/포기김치			두 유
	cal합계:490	cal합계: 700	•	cal합계: 560			190
	흰밥/현미밥,미역국	콩밥/현미밥,북어국		흰밥/현미밥,근대국		국	포도즙
생신	~~ ~~ ~~ ~~ ~~ ~~ ~~ ~~ ~~ ~~ ~~ ~~ ~~	두부스테이크		가지나물			
	콩살들이국이	치커리겉절이		시금치무침			롤케익
토	호박볶음	숙주무침			김치전		
20	물김치/포기김치	물김치/포기김치		물김치/포기김치			두유
	cal합계: 570	cal합계: 623		cal합계:	530		342
	흰밥/현미밥,스프	흰밥/현미밥,이	욱국	흰밥/현	미밥,배추	국	
	도라지볶음	느타리버섯전		양송이볶음			요플레
일	김구이	깻묘볶음		콩비엔나볶음			프글데
21	치커리나물	시금치나물		참나물무침			
-'	물김치/포기김치	물김치/포기김치		물김치/포기김치			두 유
	cal합계: 540	cal합계: 599		cal합계:	510		

이오! 4 mil天 AIPLㅠ 담당 사무국장 원정							
	2월 4째주 4	식난표	결제		71 70		
2월22일- 02월28일 쌀:국내		난, *김치:국내산	j				
월일	행복을 여는 아침	정성이 가득한 점심		건강을 위한 저녁		간 식	
월	흰밥/현미밥.무콩나물 김구이 쑥갓,두부무침	오곡밥/현미밥,미역국 시래기나물 무나물		흰밥/현미밥,근대국 호박전 유채나물		딸기	
22	계란찜 물김치/포기김치	호박오가리/막니 물김치/포기김:		등이볶음 /포기김치		두유	
	cal합계: 690	cal합계: 720		cal합계: 510		336	
	흰밥/현미밥,북어국 청경채나물 연두부양념장	흰밥/현미밥,순두부 세발나물 계란장조림		흰밥/현미밥,얼가리국 참나물 김치전		州	능 오
화 23	느타리나물 물김치/포기김치	파래,달래무침 물김치/포기김		물김치	걸리/초장 /포기김치		두유
	cal합계: 590 흰밥/현미밥,쇠고기무 김구이	cal합계: 690 흰밥/현미밥,배추 곰피/초장	된장	구프랑,	기밥,콩나물 새송이볶음		바나나 우유
수 24	미트야채볶음 시금치무침 물김치/포기김치	방풍나물 단호박메쉬 물김치/포기김	πĪ	오이,	⊦리나물 달래무침 /포기김치		두유
	cal합계: 520			cal합계:620		179	
목	흰밥/현미밥,순두부국 깻잎장아찌 무우볶음	흰밥/현미밥,유부 고로깨 도라지볶음	콩나	丑	미밥,근대 ⁼ 고조림 계란구이	חר	요플레
25	청경채무침 물김치/포기김치	시금치나물 물김치/포기김	치	물김치	하나물 /포기김치		두 유
	cal합계: 650	cal합계: 615		cal합계: !			240
생신	흰밥/현미밥,미역국 치커리무침 연두부양념	흰밥/현미밥.브로 야채피클 유채나물	달스프	구프	밥,얼가리 또랑볶음 묘볶음	국	사과
금 26	팽이맛살볶음 물김치/포기김치	스파게티 스파게티 물김치/열무김	치	쏘이	 동그랑전 /포기김치		두 유
	cal합계:490	cal합계: 700		cal합계: !			190
 토	흰밥/현미밥,콩나물국 쑥갓무침 양배추찜/쌈장 호박,느타리볶음	흰밥/현미밥,근[두부맛살스테이 봄동겉절이 숙주무침		가 시글	미밥,북어크 지나물 금치무침 남자전	קר	쥬스 찐빵
27	물김치/포기김치	물김치/포기김:	치		3시년 /포기김치		두유
	cal합계: 570	cal합계: 623	-1	cal합계: (342
일	흰밥/현미밥,스프 도라지볶음 콩살들이구이 치커리나물	흰밥/현미밥,아 연근조림 깻묘볶음 계란말이	육국	흰밥/현 양송이,[도토	미밥,배추크 마카로니볶음 리묵무침 나물무침		요플레
28	물김치/포기김치 cal합계: 540	물김치/포기김: cal합계: 599	치		/포기김치		두 유
	Ca1 百/川・ 040	Ca1 日 /11 · D33		Cal 日刊·	210		