

식단표

2026년 08월

돌봄에 주간보호센터

구분							토(08.01)
점심 식단							백미밥 순두부백탕 고추장불고기 잡채 상추겉절이 배추김치
저녁 식단							백미밥 복어국 동그랑땡조림 미니새송이볶음 참나물무침 배추김치
구분	일(08.02)	월(08.03)	화(08.04)	수(08.05)	목(08.06)	금(08.07)	토(08.08)
점심 식단		백미밥 감자양파국 돈장조림 진미양파무침 양배추찜*양념장 배추김치	백미밥 된장국 소불고기 팽이버섯전 브로콜리*초장 배추김치	백미밥 미역냉국 닭살야채볶음 고구마튀김 열무생채 배추김치	백미밥 김치수제비국 방어구이 두부조림 참나물겉절이 배추김치	백미밥 옥수수스프 함박스테이크* 소스 푸실리파스타 양상추샐러드 배추김치	백미밥 들깨무채국 오삼불고기 잡채 상추*쌈장 배추김치
저녁 식단		백미밥 닭개장 비엔나햄볶음 마늘쫄조림 오이양파무침 배추김치	백미밥 알곤탕 계란찜 어슷우영조림 단배추겉절이 배추김치	백미밥 버섯찌개 오징어초무침 잡채 깻잎순조림 배추김치	백미밥 냉이무국 훈제오리볶음 호박볶음 부추겉절이 배추김치	백미밥 청국장찌개 제육볶음 무생채 열무나물무침 배추김치	백미밥 어묵국 고등어무조림 도토리묵무침 돈나물생채 배추김치
구분	일(08.09)	월(08.10)	화(08.11)	수(08.12)	목(08.13)	금(08.14)	토(08.15)
점심 식단		백미밥 된장국 돈불고기 부추전*장 참나물겉절이 배추김치	백미밥 고추장찌개 삼치구이 감자조림 단배추생채 배추김치	백미밥 들깨무채국 고추장불고기 명엽채볶음 상추겉절이 배추김치	백미밥 콩비지찌개 소불고기 잡채 과일샐러드 배추김치	백미밥 누룽지닭곰탕 두부구이*양념장 가지볶음 도라지초무침 배추김치	백미밥 오징어무국 짜장 탕수육 단무지무침 배추김치
저녁 식단		백미밥 미역국 매추리알 곤약조림 컬리볶음 얼갈이된장지짐 배추김치	백미밥 콩나물냉국 닭살야채볶음 땅콩조림 오이양파무침 배추김치	백미밥 얼큰소고기국 갈비산적조림 버섯볶음 유채나물 배추김치	백미밥 디슬기국 계란말이 우영채조림 dot나물*초장 배추김치	백미밥 복어국 돈불고기 고추장멸치조림 열무겉절이 배추김치	백미밥 시금치국 제육볶음 마늘쫄조림 콩나물무침 배추김치

구분	일(08.16)	월(08.17)	화(08.18)	수(08.19)	목(08.20)	금(08.21)	토(08.22)
점심 식단		백미밥 아욱국 돈채피망볶음 표고버섯볶음 오이양파무침 배추김치	백미밥 가지냉국 아채찜닭 어묵갯잎전 참나물겉절이 배추김치	백미밥 수제비국 고등어구이 어슷우영조림 열무생채 배추김치	백미밥 맑은어묵국 닭강정 잡채 브로콜리*초장 배추김치	백미밥 청국장찌개 소불고기 단호박튀김 단배추겉절이 배추김치	백미밥 알곤탕 계란찜 마늘쫄조림 무생채 배추김치
저녁 식단		백미밥 짬뽕국 마파두부 찐만두*장 청경채나물 배추김치	백미밥 육개장 참치김치조림 잡채 도라지초무침 배추김치	백미밥 들깨미역국 제육볶음 고사리나물 상추*쌈장 배추김치	백미밥 무채국 돈불고기 명엽채조림 유채나물무침 배추김치	백미밥 버섯찌개 훈제오리샐러드 가지볶음 콩나물무침 배추김치	백미밥 순두부백탕 돈육양념찜 감자채볶음 열무나물무침 배추김치
구분	일(08.23)	월(08.24)	화(08.25)	수(08.26)	목(08.27)	금(08.28)	토(08.29)
점심 식단		백미밥 새알미역국 매운닭살볶음 우영채조림 열무겉절이 배추김치	백미밥 콩비지찌개 가지미구이 불어묵조림 오이생채 배추김치	백미밥 버섯찌개 계란말이 컬리볶음 단배추겉절이 배추김치	백미밥 근대국 고추장불고기 애호박전*장 무생채 배추김치	백미밥 얼큰어묵국 생선까스 카레 단무지무침 배추김치	백미밥 오이냉국 소불고기 잡채 콩나물무침 배추김치
저녁 식단		백미밥 다슬기국 참치야채볶음 진미양파무침 파래김자반 배추김치	백미밥 순두부찌개 돈불고기 가지볶음 참나물무침 배추김치	백미밥 콩나물국 돈육양념찜 과일샐러드 양배추찜*양념장 배추김치	백미밥 쇠고기탕국 순대볶음 죽순버섯볶음 갯잎순조림 배추김치	백미밥 들깨무채국 돈육김치볶음 연두부*양념장 유채나물 배추김치	백미밥 뼈없는감자탕 동그랑땡조림 검은콩조림 돌나물생채 배추김치
구분	일(08.30)	월(08.31)					
점심 식단		백미밥 고추장찌개 갈치구이 감자조림 열무겉절이 배추김치					
저녁 식단		백미밥 순두부백탕 닭살야채볶음 어슷우영조림 유채나물무침 배추김치					

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