식단표

2026년 09월

화명은혜공동생활가정

구분		화(09.01)	수(09.02)	목(09.03)	금(09.04)	토(09.05)	일(09.06)
아침식단		흰쌀밥/잡곡밥 떡국 동그랑땡구이 견과류조림 고춧잎나물무침 배추김치 (539kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 들깨무챗국 오징어볶음 우엉채조림 호박잎숙쌈&양념장 배추김치 (572kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 건새우맑은국 돼지두루치기 가지나물 청경채사과무침 물김치 (510kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 김치수제비국 연두부&양념장 어묵볶음 참나물겉절이 깍두기 (574kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 양파당면국 닭고기장똑똑이 브로콜리숙회&초장 다시마채무침 배추김치 (573kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 누룽지탕 우민찌단호박조림 단배추나물 오징어젓갈 깍두기 (507kcal)
점심식단		흰쌀밥/잡곡밥 육개장( ) 달걀찜 땅콩조림 오이생채 물김치 (510kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 감잣국 순살갈치조림 표고버섯당근볶음 근대나물 배추김치 (567kcal)	카레덮밥 팽이버섯장국( ) 치킨까스&소스 양상추샐러드 배추김치 (546kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 달걀국 해물찜 고사리나물 치커리유자청무침 배추김치 (608kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 애호박국 돼지고기수육 매콤콩나물무침 깻잎겉절이 배추김치 (578kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 가지탕국 토마토달걀볶음 호두조림 참나물무침 배추김치 (614kcal)
저녁식단		흰쌀밥/잡곡밥 순두부국 간장돼지불고기 꽈리고추멸치볶음 양파초절임 배추김치 (622kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 아욱국 춘천닭갈비 취나물볶음 열무무침 배추김치 (610kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 유부맑은국 쇠고기굴소스볶음 숙주나물 부추겉절이 배추김치 (619kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 모듬버섯국 가자미구이 쑥갓나물 무생채 물김치 (642kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 알탕 햄감자채볶음 고구마순나물 상추겉절이 깍두기 (635kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 맑은쇠고기국 새우살채소조림 파프리카볶음 도라지무침 배추김치 (640kcal)
오전간식		천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피
오후간식		찹쌀과자&보리차	토마토	찐옥수수&수정과	포도	단팥빵&보리	사과
기능식이		당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥

본 문서를 무단으로 복사/변조/재배포를 금하고 개인정보 불법 유출시 법적으로 처벌 받을 수 있습니다.

구분	월(09.07)	화(09.08)	수(09.09)	목(09.10)	금(09.11)	토(09.12)	일(09.13)
아침식단	흰쌀밥/잡곡밥 실파맑은국 임연수찜 도토리묵&양념장 콩나물무침 배추김치 (563kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 쇠고기전골 두부간장조림 노각나물 상추초무침 배추김치 (610kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 맑은부추국 닭가슴살카레구이 건새우꽈리고추볶음 양배추나물 깍두기 (564kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 누룽지탕 달걀장조림 열무나물 참나물겉절이 깍두기 (607kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 돈육된장국 명엽채조림 무나물볶음 아삭고추무침 배추김치 (593kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 맑은아귀탕 한식잡채 고추장감자조림 깻잎무침 배추김치 (585kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 들깨무챗국 돈육볶음 편우엉조림 파채무침 배추김치 (579kcal)
점심식단	흰쌀밥/잡곡밥 닭개장 물파래옥수수전 들깨무나물 풋고추&쌈장 배추김치 (588kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 뼈없는돈육감자탕( ) 해물굴소스볶음 애호박나물 메추리알마요샐러드 배추김치 (619kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 물만둣국 동태조림 검은콩자반 취나물무침 배추김치 (557kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 오징어국( ) 돼지목살구이 파프리카볶음 모둠쌈&쌈장 물김치 (529kcal)	흰쌀밥 1/2공기 잔치국수 육전 맛살채소겨자무침 배추김치 (663kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 매콤쇠고기국 비엔나볶음 새송이버섯나물 황도샐러드 배추김치 (561kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 북어미역국 온두부&양념장 토란대나물 볶음김치 동치미 (530kcal)
저녁식단	흰쌀밥/잡곡밥 들깨미역국 돈육간장볶음 느타리버섯나물 청경채겉절이 깍두기 (599kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 백콩비지국 순살가자미양념찜 진미채볶음 아욱나물 깍두기 (602kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 설렁탕 너비아니볶음 비빔소면무침 양념깻잎지 배추김치 (676kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 부대찌개 두부동그랑땡 근대나물 연근흑임자샐러드 깍두기 (623kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 유부맑은국 닭볶음탕 가지나물 구이김 배추김치 (607kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 참치김치찌개 달걀말이 고사리당근볶음 브로콜리나물 깍두기 (649kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 애호박맑은국 오징어볶음 콩나물무침 마카로니범벅 배추김치 (632kcal)
오전간식	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피
오후간식	바나나	곡물과자&보리차	사과	찐고구마&식혜	배	황도	요플레
기능식이	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥

본 문서를 무단으로 복사/변조/재배포를 금하고 개인정보 불법 유출시 법적으로 처벌 받을 수 있습니다.

구분	월(09.14)	화(09.15)	수(09.16)	목(09.17)	금(09.18)	토(09.19)	일(09.20)
아침식단	흰쌀밥/잡곡밥 홍합탕 쇠불고기 근대나물 파프리카초무침 배추김치 (614kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 떡국 미트볼채소볶음 오이나물 양파간장절임 배추김치 (608kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 청경채맑은국 코다리양념찜 병아리콩조림 참나물유자청무침 배추김치 (575kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 유부맑은국 돈육장조림 표고버섯볶음 숙주겨자냉채 배추김치 (549kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 누룽지탕 새우살굴소스볶음 연근조림 시금치나물 배추김치 (580kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 맑은미역국 닭살채소무침 견과류조림 깻잎겉절이 배추김치 (578kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 어묵김칫국 달걀채소볶음 진미채무침 아욱나물 동치미 (523kcal)
점심식단	흰쌀밥/잡곡밥 쑥갓어묵국 춘천닭갈비 가지볶음 양배추숙쌈&양념장 나박김치 (581kcal)	김치볶음밥 우동장국( ) 새우튀김&소스 코울슬로 김구이 (566kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 미소된장국 훈제오리볶음 깻잎무쌈 고구마범벅 배추김치 (576kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 고추장찌개( ) 달걀찜 진미채조림 브로콜리나물 배추김치 (518kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 쇠고기샤브국 두부구이 애호박볶음 파프리카초무침 배추김치 (569kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 부추맑은국 갈치조림 매콤콩나물무침 명이나물절임 물김치 (561kcal)	토마토스파게티 가다랑어포국 함박스테이크 양상추샐러드 배추김치 (558kcal)
저녁식단	흰쌀밥/잡곡밥 매콤감잣국 고등어구이 취나물볶음 청포묵무침 깍두기 (606kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 순두부찌개 닭살볶음 감자조림 무생채 배추김치 (629kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 바지락맑은국 두부양념조림 호박잎숙쌈 고추지무침 배추김치 (636kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 쇠고기탕국 동그랑땡조림 아욱나물볶음 오이무침 배추김치 (600kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 시금치달걀국 삼치무찜 취나물무침 건파래자반 깍두기 (678kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 뼈없는돈육감자탕 메밀파전 지리멸치당근조림 양파&쌈장 동치미 (649kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 고사리들깨국 주꾸미볶음 단호박꿀찜 청경채겉절이 배추김치 (645kcal)
오전간식	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피
오후간식	사과	복숭아	토마토	단호박/보리차	메론	삶은고구마/녹차	요플
기능식이	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥

본 문서를 무단으로 복사/변조/재배포를 금하고 개인정보 불법 유출시 법적으로 처벌 받을 수 있습니다.

구분	월(09.21)	화(09.22)	수(09.23)	목(09.24)	금(09.25)	토(09.26)	일(09.27)
아침식단	흰쌀밥/잡곡밥 꽃게탕 검은깨두부전 돈민찌가지볶음 부추겉절이 배추김치 (622kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 단호박국 쇠고기장조림 취나물볶음 콩나물무침 배추김치 (545kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 버섯매운탕 참치채소볶음 참나물겉절이 옥수수콘마요샐러드 배추김치 (593kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 떡국 코다리엿장조림 비엔나볶음 청경채나물 배추김치 (624kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 누룽지탕 돈채볶음 표고버섯나물 오이소박이 배추김치 (570kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 시락국 새우살채소깨무침 호두조림 고구마범벅 배추김치 (597kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 어묵국 닭살데리야끼볶음 고사리나물 파프리카초무침 배추김치 (519kcal)
점심식단	표고버섯영양밥 아욱맑은국 가자미조림 오이생채 배추김치 (567kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 미역고추장찌개( ) 돼지목살구이 가지나물무침 파채겉절이 깍두기 (552kcal)	짜장덮밥 달걀국 한식잡채 짜사이무침 배추김치 (613kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 곰국( ) 메밀전병 부추나물 오징어젓무침 깍두기 (553kcal)	곤드레밥 청국장국 치즈달걀말이 애호박볶음 조미김 깍두기 (599kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 닭개장 두부볶음 꽈리고추찜 양파간장절임 배추김치 (558kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 무챗국 쇠불고기 가지볶음 알배추겉절이 파김치 (557kcal)
저녁식단	흰쌀밥/잡곡밥 수제비국 묵은지닭찜 우엉조림 참나물샐러드 깍두기 (616kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 탕국 달걀고추장조림 잔멸치피망볶음 땅콩무침 배추김치 (624kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 쇠고기무국 온두부&양념장 어묵볶음 깻잎겉절이 배추김치 (619kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 들깨미역국 닭볶음탕 치커리사과무침 양배추나물 깍두기 (601kcal)	쇠고기채소볶음밥 유부장국 일미조림 양상추샐러드 깍두기 (671kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 버섯매운탕 고등어구이 연근조림 취나물무침 배추김치 (652kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 온도토리묵국 돈육장조림 숙주나물무침 오이생채 배추김치 (605kcal)
오전간식	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피	검은콩두유
오후간식	바나나	버터쿠키&보리차	포도	찐단호박&수정과	무화과	소보로빵&저지방우유	요플레
기능식이	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥

본 문서를 무단으로 복사/변조/재배포를 금하고 개인정보 불법 유출시 법적으로 처벌 받을 수 있습니다.

구분	월(09.28)	화(09.29)	수(09.30)				
아침식단	흰쌀밥/잡곡밥 맑은황탯국 달걀찜 브로콜리볶음 간장고추지 배추김치 (564kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 육개장 연두부&양념장 건파래볶음 무나물 배추김치 (595kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 모둠버섯국 쇠고기가지조림 숙주나물무침 열무겉절이 배추김치 (554kcal)				
점심식단	흰쌀밥/잡곡밥 콩나물국 꼬마떡갈비조림 깻잎세멸치볶음 참나물무침 배추김치 (593kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 김치찌개( ) 가자미구이 양배추나물 연근흑임자샐러드 깍두기 (562kcal)	대파달걀볶음밥 조갯살미역국 새우칠리소스볶음 단무지 배추김치 (548kcal)				
저녁식단	흰쌀밥/잡곡밥 설렁탕 오징어숙회&초장 감자조림 부추겉절이 깍두기 (643kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 아욱국 오리주물럭 단호박찜 파프리카초무침 배추김치 (606kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 추어탕 동그랑땡전 토란대볶음 양파간장절임 배추김치 (646kcal)				
오전간식	천마차/커피	천마차/커피	천마차/커피				
오후간식	블루베리주스	쌀쿠키&옥수수차	사과				
기능식이	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥	당케어:백필임,유분식 일반케어:박성녀,이신아 두유:오정자,이충옥				

본 문서를 무단으로 복사/변조/재배포를 금하고 개인정보 불법 유출시 법적으로 처벌 받을 수 있습니다.

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.
※ 원산지 표시 : ※ 알레르기 유발식품 표시 : ①달걀 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토
⑬아황산포함식품 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합포함) ⑲잣
쌀,찹쌀,흑미,현미,팥 (국산)
판두부,두부,순두부, 유부 (국산)
김치, 소고기,돼지고기,닭고기, 오리고기
새우 ,명태,꽁치
홍합살,바지락살,가자미,갈치,,삼치.주꾸미.꽃게.굴.오징어
콩나물 양파, 대파 외 채소류 (국산)
※ 부산진구 어린이·사회복지급식관리지원센터 제공 식단표

본 문서를 무단으로 복사/변조/재배포를 금하고 개인정보 불법 유출시 법적으로 처벌 받을 수 있습니다.