

식단표 정보

식단기간: 2026-09-28 ~ 2026-10-04

식단일자	조 식	중 식	석 식	간 식
2026-09-28 (월요일)	얼갈이된장국 명란계란찜, 동그랑땡 고사리들깨볶음, 배추나물 낙지젓, 야쿠르트 (계란죽, 메디푸드, 실버웰)	꽃게탕 취나물, 가지볶음 무생채, 콩나물 황도 (꽃게죽, 메디푸드, 실버웰)	계란국 고등어구이, 야채전 양파볶음, 애호박나물 후르츠카테일 (콩죽, 메디푸드, 실버웰)	오전-젤리쵸 오후-단호박죽 저녁-우유, 베지밀
2026-09-29 (화요일)	청국장국 황태조림, 너비아니 토란대들깨볶음, 숙주나물 명란젓, 야쿠르트 (호두죽, 메디푸드, 실버웰)	얼갈이된장국 알밥(잡곡밥) 무생채, 콩나물 후르츠카테일 (새우죽, 메디푸드, 실버웰)	양송이소프 조기구이, 연근전 감자채볶음, 열무나물 황도 (마죽, 메디푸드, 실버웰)	오전-요거트 오후-빵, 우유 저녁-우유, 베지밀
2026-09-30 (수요일)	순두부계란국 고등어무조림, 떡갈비 양배추볶음, 고춧잎나물 가리비젓, 야쿠르트 (두부죽, 메디푸드, 실버웰)	얼갈이된장국 가자미구이 애호박나물, 참나물 도라지초무침 황도 (콩죽, 메디푸드, 실버웰)	콩나물국 찰밥, 명태전 고사리들깨볶음, 무나물 후르츠카테일 (호두죽, 메디푸드, 실버웰)	오전-수정과 오후-뉴케어 저녁-우유, 베지밀
2026-10-01 (목요일)	감자된장국 크리미구이, 동그랑땡 양파볶음, 열무나물 창란젓, 야쿠르트 (크리미죽, 메디푸드, 실버웰)	김치콩나물국 닭볶음탕(조기구이) 가지볶음, 숙주나물 고구마대나물 후르츠카테일 (닭죽, 메디푸드, 실버웰)	들깨무국 연어구이, 야채전 느타리버섯볶음, 오이무침 황도 (연어죽, 메디푸드, 실버웰)	오전-둥글레차 오후-깨죽 저녁-우유, 베지밀
2026-10-02 (금요일)	쇠고기미역국 두부조림, 너비아니 느타리버섯볶음, 오이무침 낙지젓, 야쿠르트 (쇠고기죽, 메디푸드, 실버웰) 김순자 어르신 생신	냉면(잡곡밥) (편육, 무절임, 찌게란) 고춧잎나물, 콩나물 황도 (쇠고기죽, 메디푸드, 실버웰)	얼갈이된장국 고등어구이, 소세지전 새우살무볶음, 애호박나물 후르츠카테일 (새우죽, 메디푸드, 실버웰)	오전-울무차 오후-연자육죽 저녁-우유, 베지밀
2026-10-03 (토요일)	청국장국 황태조림, 떡갈비 토란대들깨볶음, 무나물 명란젓, 야쿠르트 (호두죽, 메디푸드, 실버웰)	콩나물국 제육볶음(소불고기) 들깨순나물, 숙주나물 오이미역냉국 후르츠카테일 (마죽, 메디푸드, 실버웰)	계란국 조기구이, 새우전 느타리버섯볶음 청경채나물 황도 (새우죽, 메디푸드, 실버웰)	오전-찜계란, 무차 오후-녹두죽 저녁-우유, 베지밀
2026-10-04 (일요일)	쇠고기미역국 코다리무조림, 동그랑땡 감자채볶음, 참나물 가리비젓, 야쿠르트 (쇠고기죽, 메디푸드, 실버웰) 김칠임 어르신 생신	얼갈이된장국 유산슬 느타리버섯볶음, 가지볶음 고구마대나물 황도 (새우죽, 메디푸드, 실버웰)	콩나물국 연어구이, 김치전 양배추볶음, 열무나물 후르츠카테일 (연어죽, 메디푸드, 실버웰)	오전-뉴케어 오후-땅콩죽 저녁-우유, 베지밀

* 잡곡(수능, 해미, 콩, 보리) 76. 장조림, 76리 2가지 이상 기본양.

* 일부어르신 개별상태에 따라 저녁간식(우유, 베지밀)을 야쿠르트, 뉴케어로 대체 제공함.