

식단표

2026년 08월

인계봄빛요양센터

구분			구분				토(08.01)
아침 식단							잡곡밥/영양죽 사골미역국 닭살조림 모듬젓갈 재래김 김치
점심 식단							잡곡밥/영양죽 버섯된장국 돈불고기 물만두/양념장 청경채무침 포기김치
저녁 식단							잡곡밥/영양죽 순두부찌개 생선가스소스무 침 불어묵조림 오이무침 김치
오전 간식							요구르트
오후 간식							찐감자/두유
기능 식이							당뇨잡곡밥 저염식
경관 식							메디웰3회/오전 두유/오후포카리 ,요플레

구분	일(08.02)	월(08.03)	화(08.04)	수(08.05)	목(08.06)	금(08.07)	토(08.08)
아침 식단	잡곡밥/영양죽 계란파국 두부조림 미역줄기볶음 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 제육볶음 청포묵무침 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 크림스프 계란후라이 오이피클 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 비엔나볶음 콩자반 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 시락국 계란찜 무나물 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 돈민찌두부조림 브로컬리무침 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 콩나물국 닭갈비 고추잎지 재래김 김치
점심 식단	잡곡밥/영양죽 유부국 닭갈비 들깨무나물 깻잎찜 포기김치	잡곡밥/영양죽 시락국 오리아채볶음 두부조림 숙주나물 김치	잡곡밥/영양죽 소고기무국 닭살볶음 흰목이오이무침 오징어젓갈 김치	잡곡밥/영양죽 두부된장국 수육 상추쌈/쌈장 콩나물무침 김치	잡곡밥/영양죽 어묵국 제육볶음 카레소스 오이지무침 김치	잡곡밥/영양죽 잔치국수 돈불고기 청경채겉절이 오복채 김치	잡곡밥/영양죽 청국장 돼지불백 들깨무나물 미역초장무침 김치
저녁 식단	잡곡밥/영양죽 사골당면국 돼지불백 감자조림 양배추된장나물 김치	잡곡밥/영양죽 계란국 삼치무조림 어묵볶음 도라지무침 김치	잡곡밥/영양죽 부대찌개 돈불고기 표고버섯볶음 강낭콩조림 김치	잡곡밥/영양죽 유부맑은국 닭살무조림 볶음김치 온두부 김치	잡곡밥/영양죽 상추국 코다리조림 맛살전 배추나물 김치	잡곡밥/영양죽 된장국 돼지주물럭 파리양파볶음 콩나물무침 김치	잡곡밥/영양죽 참기름미역국 돈사태장조림 느타리아채볶음 마카로니샐러드 김치
오전 간식	요구르트	요구르트	요구르트	요구르트	요구르트	요구르트	요구르트
오후 간식	딸기퐁당케이크/ 두유	수박/쥬시쿨	복숭아/두유	요플레/두유	카스타드/두유	수박/두유	찐감자/두유
기능 식이	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식
경관 식	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레
구분	일(08.09)	월(08.10)	화(08.11)	수(08.12)	목(08.13)	금(08.14)	토(08.15)
아침 식단	잡곡밥/영양죽 유부된장국 돈불고기 깻잎찜 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 민찌두부조림 오징어젓갈 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 크림스프 스크램블 피클 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 닭살아채볶음 숙주나물 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 시래기된장국 돈맛살장조림 무나물 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 돼지불백 깻잎찜 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 소고기미역국 계란후라이 콩나물무침 재래김 김치
점심 식단	잡곡밥/영양죽 두부다시마국 가지미조림 순대볶음 후루츠샐러드 김치	잡곡밥/영양죽 시락국 코다리조림 가지나물 숙주나물무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 어묵국 제육볶음 미역줄기볶음 오이무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 콩나물국 돈까스소스무침 짜장소스 청경채나물 포기김치	잡곡밥/영양죽 부대찌개 닭갈비 두부전/양념장 콩나물무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 떡국 제육볶음 사각어묵볶음 오복채 포기김치	잡곡밥/영양죽 시래기국 오리아채볶음 들깨무나물 콩조림 포기김치
저녁 식단	잡곡밥/영양죽 사골파국 닭살볶음 미역줄기볶음 무생채 김치	잡곡밥/영양죽 순두부찌개 돈불고기 양배추쌈/쌈장 어묵볶음 김치	잡곡밥/영양죽 계란파국 마파두부 탕수육소스무침 양배추나물 김치	잡곡밥/영양죽 홍합살무국 돈불고기 호박나물 무생채 김치	잡곡밥/영양죽 들깨미역국 계란찜 표고버섯볶음 양배추샐러드 김치	잡곡밥/영양죽 북어채무국 닭불고기 감자조림 미역초무침 김치	잡곡밥/영양죽 맑은유부국 카레가지미구이 동부묵김무침 고추잎지 김치
오전 간식	요구르트	요구르트	요구르트	요구르트	요구르트	요구르트	요구르트
오후 간식	밀크빵/두유	바나나/쥬시쿨	요플레/두유	찐만두/두유	카스타드/두유	물만두/두유	찐단호박/두유
기능 식이	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식
경관 식	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레

구분	일(08.16)	월(08.17)	화(08.18)	수(08.19)	목(08.20)	금(08.21)	토(08.22)
아침 식단	잡곡밥/영양죽 사골파국 제육볶음 도라지나물 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 두부조림 어묵볶음 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 크림스프 스크램블 피클 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 돼지불백 양배추찜/쌈장 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 사골미역국 돈불고기 콩조림 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 옛날소시지부침 오징어젓갈 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 두부찌개 돼지불백 양배추샐러드 재래김 김치
점심 식단	잡곡밥/영양죽 소고기당면국 닭살장조림 고사리볶음 오이지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 계란국 닭살조림 강낭콩조림 브로콜리무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 시래기된장국 삼치카레구이 순대볶음 무생채 포기김치	잡곡밥/영양죽 다시마감자국 소불고기 볼어묵조림 오이지무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 팽이국 수육 상추쌈/쌈장 콩나물무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 들깨국수 모듬장조림 두부조림 단무지채무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 계란국 제육볶음 표고야채볶음 고추잎지 포기김치
저녁 식단	잡곡밥/영양죽 두부된장국 돈불고기 야채전 실곤약초장무침 김치	잡곡밥/영양죽 참기름미역국 제육볶음 맛살조림 콩나물무침 김치	잡곡밥/영양죽 사골파국 닭살야채볶음 두부조림 미역초무침 김치	잡곡밥/영양죽 콩나물국 돈사태무조림 숙주나물 캐비지샐러드 김치	잡곡밥/영양죽 상추국 동태찜 버섯볶음 미역줄기볶음 김치	잡곡밥/영양죽 된장국 제육볶음 도라지나물 오이무침 김치	잡곡밥/영양죽 유부미소국 닭살어묵조림 김치전 무나물 김치
오전 간식	요구르트	요구르트	요구르트	요구르트	요구르트	요구르트	요구르트
오후 간식	딸기브레드/두유	요플레/두유	카스타드/두유	바나나/오렌지주 스	수박/두유	물만두/두유	찜감자/두유
기능 식이	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식
경관 식	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레

구분	일(08.23)	월(08.24)	화(08.25)	수(08.26)	목(08.27)	금(08.28)	토(08.29)
아침 식단	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 계란찜 콩나물무침 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 볼어묵조림 느타리볶음 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 양송이스프 돈불고기 야채샐러드 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 사골파국 돈불고기 오징어젓갈 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 돈사태장조림 콩나물무침 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 닭불고기 무생채 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 소고기당면국 비엔나조림 피클 재래김 김치
점심 식단	잡곡밥/영양죽 다시마무채국 돈불고기 청포묵무침 깻잎찜 포기김치	잡곡밥/영양죽 시래기된장국 닭감자조림 두부전/양념장 미역맛살볶음 포기김치	잡곡밥/영양죽 두부국 고등어무조림 도토리묵무침 건새우마늘쫀득 음 포기김치	잡곡밥/영양죽 콩나물김치국 단호박카레소스 생선까스타르무 침 도라지채무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 부대찌개 오리불고기 들깨무나물 오이무침 포기김치	잡곡밥/영양죽 수제비 스크램블 콩나물무침 오복채 포기김치	잡곡밥/영양죽 야채된장국 제육볶음 청포묵김가루무 침 청경채겉절이 포기김치
저녁 식단	잡곡밥/영양죽 어묵국 짜장소스 탕수육소스무침 배추나물 김치	잡곡밥/영양죽 콩나물국 제육볶음 햄조림 고추잎지 김치	잡곡밥/영양죽 어묵국 제육볶음 호박나물 무생채 김치	잡곡밥/영양죽 들깨미역국 돼지주물럭 배추나물 숙주당근무침 김치	잡곡밥/영양죽 감자다시마국 계란찜 김치전 미역초무침 김치	잡곡밥/영양죽 미소국 돈불고기 김치전 오이지무침 김치	잡곡밥/영양죽 유부국 가자미무조림 어묵볶음 콘샐러드 김치
오전 간식	요구르트	요구르트	요구르트	요구르트	요구르트	요구르트	요구르트
오후 간식	밀크브레드/두유	요플레/두유	카스타드/두유	바나나/두유	물만두/쥬시쿨	밀크브레드/두유	썬감자/두유
기능 식이	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식
경관 식	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레

구분	일(08.30)	월(08.31)					
아침 식단	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 돼지불백 양배추찜/쌈장 재래김 김치	잡곡밥/영양죽 누룽지탕 돈무장조림 고추잎지 재래김 김치					
점심 식단	잡곡밥/영양죽 어묵국 마파두부 만두찜/양념장 양배추나물 포기김치	잡곡밥/영양죽 시락국 소불고기 볼어묵조림 숙주나물무침 포기김치					
저녁 식단	잡곡밥/영양죽 계란파국 닭갈비 브로컬리무침 실곤약무침 김치	잡곡밥/영양죽 어묵국 제육볶음 감자채볶음 콩자반 김치					
오전 간식	요구르트	요구르트					
오후 간식	바나나/두유	요플레/두유					
기능 식이	당뇨잡곡밥 저염식	당뇨잡곡밥 저염식					
경관 식	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레	메디웰3회/오전 두유/오후포카리, 요플레					

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