

식단표

2026년 10월

중산요양복지센터

구분					목(10.01)	금(10.02)	토(10.03)
아침 식단					잡곡밥/흰죽 맑은유부국 맛살야채볶음 미역줄기무침 달콤돌자반 배추김치 (580kcal)	잡곡밥/흰죽 사골우거지국 떡갈비데리야끼 들깨무나물 오징어젓맛살무침 배추김치 (592kcal)	잡곡밥/흰죽 버섯국 고추장잡채어묵 조림 숙주나물 도시락김 배추김치 (614kcal)
점심 식단					잡곡밥/죽 순살해장국 가라아게(&크림 어니언) 취나물 수제비트무피클 배추김치 (719kcal)	잡곡밥/죽 맑은미역국 버섯소불고기 한식잡채 근대나물 배추김치 (730kcal)	잡곡밥/죽 감자호박국 파리계란장조림 햄감자채볶음 도라지무침 배추김치 (722kcal)
저녁 식단					잡곡밥/죽 황태두부국 계란덮밥소스 호박나물 오복지무침 배추김치 (778kcal)	잡곡밥/죽 된장국 두부양념조림 비빔야채만두 파래자반무침 배추김치 (802kcal)	잡곡밥/죽 김치콩나물국 짜장 통살탕수육&소스 단무지채무침 배추김치 (801kcal)
오후 간식					참쌀유과 토마토즙스	바나나	미니땅콩샌드 포도즙스
기능 식이					처방에 따라 제공	처방에 따라 제공	처방에 따라 제공
당뇨 식					요청시 제공	요청시 제공	요청시 제공
경관 식					계약기관 별도 제공	계약기관 별도 제공	계약기관 별도 제공
저염 식					요청시 제공	요청시 제공	요청시 제공

[illegible]

[illegible]

[illegible]

구분	일(10.25)	월(10.26)	화(10.27)	수(10.28)	목(10.29)	금(10.30)	토(10.31)
아침 식단	잡곡밥/흰죽 크림스프 돈육장조림 참나물무침 다시마부각 배추김치 (591kcal)	잡곡밥/흰죽 들깨무국 계란말이 애호박들깨볶음 오징어젓맛살무침 배추김치 (605kcal)	잡곡밥/흰죽 된장국 어묵야채볶음 얼갈이나물 낙지젓무침 배추김치 (588kcal)	잡곡밥/흰죽 소고기대파무국 닭가슴살데리야끼 토란대들깨볶음 간장고추치 배추김치 (585kcal)	잡곡밥/흰죽 된장국 두부계란지짐 버섯깻잎들깨무침 매실장아찌무침 배추김치 (592kcal)	잡곡밥/흰죽 미역국 미니돈까스&소스 시금치나물 양파장아찌 배추김치 (614kcal)	잡곡밥/흰죽 홍합살무국 콩치김치조림 무나물 무장아찌채무침 배추김치 (585kcal)
점심 식단	잡곡밥/죽 소고기콩나물국 순살아귀찜 두부스틱조림 썩갓두부무침 배추김치 (714kcal)	잡곡밥/죽 황태미역국 떡갈비파채구이 감자전 미역초무침 배추김치 (728kcal)	잡곡밥/죽 얼갈이사골국 닭살크림조림 단호박계란찜 도라지유자청무침 배추김치 (719kcal)	잡곡밥/죽 닭살감자국 고등어된장조림 새우볼튀김 오이부추무침 배추김치 (730kcal)	잡곡밥/죽 동태무국 돈육사태찜 두부구이강정 얼갈이겉절이 배추김치 (722kcal)	잡곡밥/죽 새우젓두부국 오리주물럭 떡강정 참나물겉절이 배추김치 (738kcal)	잡곡밥/죽 쇠고기무채국 코다리무조림 어묵잡채 청포묵부추무침 배추김치 (723kcal)
저녁 식단	잡곡밥/죽 황태유부국 소고기단호박찜 감자견과조림 미역줄기초무침 배추김치 (630kcal)	잡곡밥/죽 청경채두부국 닭살데리야끼볶음 곤약감자조림 참나물깨무침 배추김치 (627kcal)	잡곡밥/죽 된장국 가자미두부조림 단호박유자무침 청경채들깨무침 배추김치 (632kcal)	잡곡밥/죽 홍합살미역국 소고기두부조림 고구마채볶음 얼갈이참깨나물 배추김치 (613kcal)	잡곡밥/죽 두부콩나물국 오리채소간장볶음 우엉들깨조림 취나물깨무침 배추김치 (639kcal)	잡곡밥/죽 감자북어국 닭살감자조림 단호박범벅 무채매실무침 배추김치 (603kcal)	잡곡밥/죽 새우살미역국 오리데리야끼볶음 감자카레조림 도라지들깨무침 배추김치 (622kcal)
오후 간식	밥풀과자 오렌지주스	마들렌 사과주스	배	카스텔라 식혜	옥수수술빵 두유	증편 배주스	단팥호빵 당근주스
기능 식이	처방에 따라 제공	처방에 따라 제공	처방에 따라 제공	처방에 따라 제공	처방에 따라 제공	처방에 따라 제공	처방에 따라 제공
당뇨 식	요청시 제공	요청시 제공	요청시 제공	요청시 제공	요청시 제공	요청시 제공	요청시 제공
경관 식	계약기관 별도 제공	계약기관 별도 제공	계약기관 별도 제공	계약기관 별도 제공	계약기관 별도 제공	계약기관 별도 제공	계약기관 별도 제공
저염 식	요청시 제공	요청시 제공	요청시 제공	요청시 제공	요청시 제공	요청시 제공	요청시 제공

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

※ 주식회사 골든존 제공 식단표