

2026년 08월 식단표

제공업체 : 봄스수라상
영양사 : 권소영

아침							흰밥 시래기된장국 순두부들깨탕 숙주나물무침 구운김 김치
점심							흰밥/잡곡밥 사골배춧국 코다리조림 감자채행복음 제철나물무침 김치
저녁							흰밥/잡곡밥 새우젓무국 순살닭갈비 호박볶음 청포묵양념무침 김치
오전간식							옥수수수스프
오후간식							과일
일자/요일	02(일)	03(월)	04(화)	05(수)	06(목)	07(금)	08(토)
아침	흰밥 아욱국 오징어무조림 제철나물무침 구운김 김치	흰밥 크림스프 메추리알장조림 오징어젓갈 구운김 김치	흰밥 소고기무국 야채계란찜 오이썩갠무침 구운김 김치	흰밥 콩나물국 함박스테이크 맛살브로컬리볶음 구운김 김치	흰밥 미역국 모듬장조림 제철나물무침 구운김 김치	흰밥 얼갈이된장국 참치무조림 연근흑임자무침 구이김 김치	흰밥 오징어된장찌개 메추리알장조림 호박새우젓찜 구이김 김치
점심	흰밥/잡곡밥 부대찌개 제육볶음 연근조림 얼갈이나물무침 김치	흰밥/잡곡밥 미역국 가자미구이 콩나물무침 푸실리케샐러드 김치	흰밥/잡곡밥 팽이유부장국 짜장덮밥 생선가스*소스 무짬지채무침 김치	흰밥/잡곡밥 닭개장/닭칼국수 고등어무조림 어묵채볶음 오이고추쌈장무침 김치	흰밥/잡곡밥 청국장찌개 돈육불고기 콩나물잡채 야채겉절이 김치	흰밥/잡곡밥 오이미역냉국 마파두부 치킨가라아게 단무지무침 김치	흰밥/잡곡밥 어묵국 코다리강정 총알새송이조림 오복지무침 김치
저녁	흰밥/잡곡밥 물만둣국 비엔나야채볶음 콩조림 미나리무침 김치	흰밥/잡곡밥 북어국 행두부짜글이 새송이볶음 미역초무침 김치	흰밥/잡곡밥 수제비국 돈육김치찜 호박볶음 김자반야채무침 김치	흰밥/잡곡밥 콩가루배춧국 돈채피망볶음 감자조림 느타리들깨무침 김치	흰밥/잡곡밥 호박새우젓국 비엔나야채볶음 콩조림 도토리묵무침 김치	흰밥/잡곡밥 감자국 스크램블에그 시래기된장지짐 깻잎지무침 김치	흰밥/잡곡밥 유채국 돈간장불고기 감자채볶음 제철나물무침 김치
오전간식	두유	야채죽	소고기죽	옥수수수스프	야채죽	소고기죽	옥수수수스프
오후간식	과일	과일	단팥빵	과일	요플레	과일/음료	과일
일자/요일	09(일)	10(월)	11(화)	12(수)	13(목)	14(금)	15(토)
아침	흰밥 미역국 참치야채볶음 고사리나물 구운김 김치	흰밥 배춧국 돈민찌두부조림 무청시래기지짐 구운김 김치	흰밥 시래기된장국 모듬장조림 표고무조림 구운김 김치	흰밥 김치국 비엔나어묵볶이 고사리나물 구운김 김치	흰밥 아욱된장국 참치김치볶음 도토리묵김무침 구이김 김치	흰밥 맑은순두부국 불어묵조림 잔멸치마늘홍볶음 구이김 김치	흰밥 어묵국 스크램블에그 오징어젓무무침 구이김 김치
점심	흰밥/잡곡밥 시래기된장국 안동찜닭 어묵채볶음 야채겉절이 김치	흰밥/잡곡밥 콩나물국 돈육불고기 고구마순볶음 제철쌈*쌈장 김치	흰밥/잡곡밥 미역국 가자미구이 가지양념찜 옥수수콘샐러드 김치	흰밥/잡곡밥 얼갈이된장국 돈육짜글이 연근유자청조림 야채겉절이 김치	흰밥/잡곡밥 닭곰탕 카레 야채고로케 오복지무침 김치	흰밥/잡곡밥 뼈없는순살감자탕 해물동그랑땡부침 오이고추양파무침 제철나물 김치	흰밥/잡곡밥 유채된장국 함박폭찜 버섯볶음 청포묵무침 김치
저녁	흰밥/잡곡밥 감자양파국 미트볼토마토소스 맛살야채볶음 오징어젓무무침 김치	흰밥/잡곡밥 호박새우젓국 함박스테이크 버섯볶음 제철생채 김치	흰밥/잡곡밥 순두부국 동그랑땡조림 해파리겨자냉채 제철나물무침 김치	흰밥/잡곡밥 맑은육개장 마파두부 감자채볶음 꼬시래기초무침 김치	흰밥/잡곡밥 미역국 미트볼토마토소스 햄브로컬리볶음 야채겉절이 김치	흰밥/잡곡밥 청국장 훈제오리부추숙주찜 김자반야채무침 쌈무 김치	흰밥/잡곡밥 맑은김치국 두부계란전 양념무조림 치커리유자청무침 김치
오전간식	두유	야채죽	소고기죽	옥수수수스프	야채죽	소고기죽	옥수수수스프
오후간식	과일	과일	카스타르/요구르트	과일	요플레	특별식(옥수수)	과일

일자/요일	16(일)	17(월)	18(화)	19(수)	20(목)	21(금)	22(토)
아침	흰밥 누룽지탕 참치샐러드 제철나물무침 구운김 김치	흰밥 팽이유부장국 메추리알장조림 숙주나물무침 구운김 김치	흰밥 호박새우젓국 돈민찌두부소보로 마늘종볶음 구운김 김치	흰밥 버섯국 비엔나야채볶음 건새우무조림 구운김 김치	흰밥 고추장찌개 두부계란볶음 제철나물무침 구이김 김치	흰밥 들깨미역국 캔고등어김치조림 호박나물 구이김 김치	흰밥 북어국 모듬장조림 참치콘샐러드 구이김 김치
점심	흰밥/잡곡밥 미역국 돈육불고기 가지양념찜 야채겉절이 김치	흰밥/잡곡밥 어묵국 멘치까스*소스 토마토스파게티 단무지무침 김치	흰밥/잡곡밥 청국장찌개 조기구이 제철나물무침 오징어젓무무침 김치	흰밥/잡곡밥 미역오이냉국 돈육짜글이 무생채 상추쌈&쌈장 김치	흰밥/잡곡밥 순살감자탕 생선까스*소스 청포묵김무침 오복지 김치	흰밥/잡곡밥 팽이유부장국 짜장 탕수육 짜차이채무침 김치	흰밥/잡곡밥 콩나물국 제육볶음 어묵채볶음 치커리야채무침 김치
저녁	흰밥/잡곡밥 소고기무국 메밀전병 감자조림 도토리묵김치무침 김치	흰밥/잡곡밥 김치콩나물국 고기산적조림 깻잎지 미역초무침 김치	흰밥/잡곡밥 감자국 돈채야채볶음 연근조림 꼬시래기초무침 김치	흰밥/잡곡밥 김치어묵국 미트볼케찹조림 표고야채볶음 오이무침 김치	흰밥/잡곡밥 아욱국 훈제오리야채볶음 불어묵조림 무채유자청무침 김치	흰밥/잡곡밥 새우젓두부무국 해물동그랑땡조림 맛살야채샐러드 오이부추생채 김치	흰밥/잡곡밥 시래기된장국 함박스테이크 버섯볶음 미역초무침 김치
오전간식	두유	야채죽	소고기죽	옥수수스프	야채죽	소고기죽	옥수수스프
오후간식	과일	과일	감자국	과일	요플레	요리활동	과일
일자/요일	23(일)	24(월)	25(화)	26(수)	27(목)	28(금)	29(토)
아침	흰밥 감자양파국 마파두부 제철나물무침 구운김 김치	흰밥 호박새우젓국 고기산적구이 콩나물무침 구운김 김치	흰밥 콩가루배춧국 돈채야채볶음 양념무조림 구운김 김치	흰밥 누룽지탕 비엔나야채볶음 연근조림 구운김 김치	흰밥 시래기된장국 스크램블에그 숙주나물무침 구이김 김치	흰밥 순두부계란탕 메추리알장조림 고사리나물 구이김 김치	흰밥 근대아욱국 두부계란찜 감자채볶음 구이김 김치
점심	흰밥/잡곡밥 열무된장국 돈육푹찜 콩나물무침 오이생채 김치	흰밥/잡곡밥 맑은순두부국 돈육숙주볶음 청포묵유부냉채 제철나물무침 김치	흰밥/잡곡밥 소고기무국 코다리강정 두부조림 깻잎지 김치	흰밥/잡곡밥 버섯국 소버섯불고기 한식잡채 무짬지채무침 김치	흰밥/잡곡밥 콩나물국 돈육불고기 어묵채볶음 무말랭이무무침 김치	흰밥/잡곡밥 미역오이냉국 생선까스*소스 햄감자짜글이 열무나물무침 김치	흰밥/잡곡밥 소고기무국 돈채야채볶음 버섯볶음 깻잎지 김치
저녁	흰밥/잡곡밥 김치두부국 돈까스*소스 호박느타리볶음 단무지무침 김치	흰밥/잡곡밥 계란실파국 캔곰치김치찜 버섯볶음 가지나물무침 김치	흰밥/잡곡밥 청국장 떡갈비조림 연근유자청조림 미역초무침 김치	흰밥/잡곡밥 북어국 마파두부 동그랑땡조림 김자반야채무침 김치	흰밥/잡곡밥 감자양파국 미트볼조림 해파리겨자냉채 제철나물무침 김치	흰밥/잡곡밥 시금치된장국 캔고등어김치찜 숙주나물무침 가지나물 김치	흰밥/잡곡밥 팽이유부장국 함박스테이크 호박볶음 제철나물무침 김치
오전간식	두유	야채죽	소고기죽	옥수수스프	야채죽	소고기죽	옥수수스프
오후간식	과일	과일	파배기	과일	요플레	생신잔치	과일
일자/요일	30(일)	31일(월)					
아침	흰밥 미역국 참치김치볶음 표고버섯볶음 구운김 김치	흰밥 감자국 불어묵조림 호박나물 구운김 김치					
점심	흰밥/잡곡밥 닭공탕 돈육불고기 청경채나물 오징어젓무무침 김치	흰밥/잡곡밥 아욱국 순살찜닭 마늘종볶음 얼갈이겉절이 김치					
저녁	흰밥/잡곡밥 김치두부국 미트볼조림 맛살야채볶음 콩나물무침 김치	흰밥/잡곡밥 조개살무국 베이컨스크램블 제철나물 청포묵채무침 김치					
오전간식	두유	야채죽					
오후간식	과일	과일					