

주간식단표

(2026년 8월 31일 ~ 2026년 9월 6일)

	8월 31일(월)	9월 1일(화)	9월 2일(수)	9월 3일(목)	9월 4일(금)	9월 5일(토)	9월 6일(일)	
아 침	잡곡밥/야채죽 소고기무국 연두부/양념장 깻잎나물 김구이 저염포기김치	잡곡밥/야채죽 감자양파국 돈민찌오이볶음 알배기된장무침 김구이 저염포기김치	잡곡밥/야채죽 소고기미역국 야채스크램블 물김치 김구이 저염포기김치	잡곡밥/야채죽 누룽지탕 소고기장조림 취나물볶음 김구이 저염포기김치	잡곡밥/야채죽 크림스프 미트볼조림 브로콜리굴소스볶음 김구이 저염포기김치	잡곡밥/야채죽 순두부백탕 우민찌무조림 청경채나물 김구이 저염포기김치	잡곡밥/야채죽 소고기콩나물국 볼어묵조림 물김치 김구이 저염포기김치	
	옥수수밥/녹두죽 시래기된장국 닭간장조림 건목이버섯볶음 콩나물당면무침 저염포기김치	기장밥/호박죽 황태해장국 고추장불고기 애호박볶음 상추겉절이 저염포기김치	흑미밥/흑임자죽 차돌청국장 가자미구이 가지양파볶음 마늘쫀무침 저염포기김치	잡곡밥/팔죽 짬뽕국 마파두부 양상추샐러드 무짬지무침 저염포기김치	강낭콩밥/소고기야채죽 된장찌개 돈갈비찜 새송이버섯볶음 치커리무침 저염포기김치	수수밥/닭살야채죽 불낙전골 메추리알조림 도토리묵김치무침 얼갈이나물 저염포기김치	귀리밥/바지락죽 들깨미역국 소불고기 멸치고추장조림 오이부추무침 저염포기김치	
	간식	밀크롤/뉴케어	토마토/참붕어빵/쿨피스	찐감자/우유	포도/꿀호떡/요구르트	크림빵/요플레	뉴케어	바나나/한입카스테라/우유
	저 녁	잡곡밥/영양죽 홍합국 돈채부추볶음 콘샐러드 무짬지무침 저염포기김치	잡곡밥/영양죽 근대된장국 고등어조림 청포묵김무침 오이지무침 저염포기김치	잡곡밥/영양죽 콩나물국 소불고기 무나물볶음 열무나물 저염포기김치	잡곡밥/영양죽 호박새우젓국 갈치구이 감자조림 숙주나물 저염포기김치	잡곡밥/영양죽 다시마무채국 닭살카레조림 건파래볶음 비름나물 저염포기김치	잡곡밥/영양죽 배추된장국 간장불고기 고사리나물 상추겉절이 저염포기김치	잡곡밥/영양죽 호박고추장찌개 동그랑땡전 꼬시래기야채무침 미나리나물 저염포기김치
		* 상기 식단은 식자재 수급에 따라 변경될 수 있습니다 *						
		참고	*원산지 : 쌀(국내산), 찹쌀(국내산), 배추김치(배추:국내산,고춧가루:국산), 겉절이(고춧가루:국산), 사골,잡뼈(한우), 설도,우묵심(호주산), 우삼겹(미국산), 척갈비,소갈비,소지(미국산), 돈사태(국내산), 돈목뼈(미국산), 돈후지(국내산), 돈삼겹(네덜란드), 돈갈비(미국산), 등갈비(스페인), 돈목살(캐나다산), 닭(국내산), 닭정육(브라질산), 오리,훈제오리(국내산), 연두부,순두부,두부(외국산), 임연수(미국산), 가자미,코다리,동태,동태포(러시아산), 조기(국내산), 고등어(국내산), 삼치(국내산), 갈치(남아공, 모로코산), 아귀(중국산),치킨볼,치킨너겟(닭고기:국산), 동그랑땡,미트볼(닭고기,돼지고기,우지방:국산), 떡갈비(돼지고기,소고기:국산),햄박스테이크(돼지고기,닭고기:국산,돈지방:국산,소고기:국산) 물만두(돼지고기:국산), 탕수육,돈까스,꿔바로우(돼지고기:국산), 산적구이(돼지고기,닭고기:국산), 베이컨(외국산:미국,네덜란드,캐나다), 해물경단(연육:베트남산,오징어:페루산), 어묵(연육:중국,베트남산), 볼어묵(연육:외국산-중국,베트남,파키스탄), 메밀전병(돼지고기:국산, 김치-배추,고춧가루:국산), 명태채(베트남산), 황태채(러시아산), 생선가스(네덜란드), 홍합살,바지락살,냉동새우살,냉동꽃게,보리새우,두절새우,재첩살(중국산), 오징어(페루산,칠레산), 오징어젓(중국산), 명란젓(명태알:러시아), 젓갈쌈장(갈치:국산), 낙지(중국산), 주꾸미(베트남산), 명엽채(러시아산), 백진미(페루산), 오만동이(국내산), 모듬해물(외국산), 멸치(국내산), 참치캔(다량어:원양산)					
금촌파주요양원								