



요양원 월간 식단표

"어르신들의 건강한 삶을 위한 약속
가족같은 마음으로 함께 합니다"



Consigned catering company



(주)리온누리컴퍼니

2026년 [5월 1째주] 주간식단표

031)498-0380

<https://rionnury.com>

	조식	중식	석식	죽식	간식	
금요일 (1일) 1800kcal	혼합잡곡밥 누룽지탕 토마토달걀볶음 명엽채무침 명란젓무침 배추김치/551kcal	쇠고기콩나물밥 근대된장국 봄나물꾸꾸미샐러드 고구마맛탕 배추김치/624kcal	혼합잡곡밥 닭곰탕 돈사태김치찜 건새우마늘쫄볶음 열무나물 배추김치/625kcal	조:흰죽 중:들깨죽 석:두부죽	오전	석류쥬스
					오후	단호박찜/ 보리차
토요일 (2일) 1802kcal	혼합잡곡밥 황태해장국 쇠고기청경채볶음 연두부/양념장 파래김자반 배추김치/552kcal	혼합잡곡밥 어묵국 가자미무조림 미트소스스파게티 치커리무침 배추김치/624kcal	혼합잡곡밥 참치김치찌개 닭봉조림 당근감자채볶음 건파래쪽파무침 배추김치/626kcal	조:흰죽 중:참치죽 석:타락죽	오전	등굴레차
					오후	꿀호떡
식재료 원산지	쌀,국내산(누룽지;외국산)/잡곡;국내산/김치;(배추:국내산,고춧가루:국내산)/돈육;국내산(돈삼겹:오스트리아/목전지:미국)/우육;호주산(소알목심,차돌박이:미국산)/계육,오리:국내산(닭정육:브라질산/훈제오리:중국산)/식육가공품:국내산+수입산/명태,코다리;러시아산/삼치,고등어,미꾸라지,굴비,전복:국내산/조기,아귀,꽃게:중국산/갈치:모로코산/해물모듬,낙지,주꾸미:베트남산/오징어,다랑어:원양산/두부,콩나물:외국산/콩국물,콩비지,계란:국내산					

*위 식단은 식자재 사정에 따라 변동될 수 있습니다.

2026년 [5월 2째주] 주간식단표

031)498-0380

<https://rionnury.com>

	조식	중식	석식	죽식	간식	
일요일 (3일) 1804kcal	혼합잡곡밥 바지락무국 연양식불고기 미역줄기볶음 양념깻잎지 배추김치/553kcal	혼합잡곡밥 건새우아욱국 제육볶음 날치알계란찜 도라지무침 배추김치/635kcal	혼합잡곡밥 순두부백탕 닭안심파리조림 참치양배추볶음 오이지무침 배추김치/616kcal	조:흰죽 중:참깨죽 석:들깨죽	오전	요플레
					오후	과일
월요일 (4일) 1804kcal	혼합잡곡밥 누룽지탕 돈육팽이볶음 오이들깨볶음 무말랭이무침 배추김치/558kcal	혼합잡곡밥 동태탕 베이컨볶음우동 오징어김치전 영양부추무침 배추김치/630kcal	혼합잡곡밥 얼갈이된장국 오리주물럭 단호박샐러드 종상추겉절이 배추김치/616kcal	조:흰죽 중:콩가루죽 석:자죽	오전	율무차
					오후	치즈케익
화요일 (5일) 1773kcal 어린이날	혼합잡곡밥 맑은콩나물국 네모랑땡구이 고사리나물 김구이 배추김치/558kcal	혼합잡곡밥 새우살계란국 짜장소스 탕수육/소스 토마토양상추무침 배추김치/632kcal	혼합잡곡밥 들깨무채국 공치김치조림 다시마튀각 청경채무침 배추김치/583kcal	조:흰죽 중:호두죽 석:들깨죽	오전	식혜
					오후	후레쉬베리
수요일 (6일) 1794kcal	혼합잡곡밥 시금치된장국 두부스테이크 부들어묵조림 무짬지무침 배추김치/521kcal	혼합잡곡밥 나가사키짬뽕국 닭볶음탕 애호박볶음 세발나물무침 배추김치/641kcal	혼합잡곡밥 물만두국 바비큐족립 스위트맛살샐러드 비타민나물 배추김치/632kcal	조:흰죽 중:계란죽 석:참깨죽	오전	사과쥬스
					오후	카스테라
목요일 (7일) 1836kcal	혼합잡곡밥 감자맑은국 야채계란말이 들깨궁채나물 김구이 배추김치/549kcal	혼합잡곡밥 콩비지찌개 단호박돈사태찜 황도샐러드 근대나물 배추김치/645kcal	혼합잡곡밥 부대찌개 임연수조림 미나리나물 된장깻잎지 배추김치/642kcal	조:흰죽 중:타락죽 석:참치죽	오전	요플레
					오후	과일
금요일 (8일) 1839kcal 어버이날	혼합잡곡밥 누룽지탕 동파육식장조림 썩갓나물 비빔오징어젓 배추김치/549kcal	혼합잡곡밥 한방갈비탕 한식잡채 녹두전/깻잎전 도라지초무침 배추김치/648kcal	혼합잡곡밥 버섯들깨국 닭살데리야끼조림 쭈꾸미브로콜리숙회 오복지무침 배추김치/642kcal	조:흰죽 중:들깨죽 석:두부죽	오전	생강차
					오후	찐감자/ 보리차
토요일 (9일) 1826kcal	혼합잡곡밥 감자옹심이국 갈비산적엿장조림 노랑호박전 파래김자반 배추김치/549kcal	혼합잡곡밥 닭개장 고등어무조림 표고버섯볶음 콩나물무침 배추김치/642kcal	혼합잡곡밥 북어무국 돈육계란장조림 옛날소시지전 돈나물초무침 배추김치/635kcal	조:흰죽 중:참치죽 석:타락죽	오전	메밀차
					오후	팔도라야끼
식재료 원산지	쌀,국내산(누룽지;외국산)/잡곡;국내산/김치;(배추:국내산,고춧가루:국내산)/돈육;국내산(돈삼겹:오스트리아/목전지:미국)/우육;호주산(소알목심,차돌박이:미국산)/계육,오리:국내산(닭정육:브라질산/훈제오리:중국산)/식육가공품:국내산+수입산/명태,코다리;러시아산/삼치,고등어,미꾸라지,굴비,전복:국내산/조기,아귀,꽃게:중국산/갈치:모로코산/해물모듬,낙지,쭈꾸미:베트남산/오징어,다랑어:원양산/두부,콩나물:외국산/콩국물,콩비지,계란:국내산					

*위 식단은 식자재 사정에 따라 변동될 수 있습니다.

2026년 [5월 3째주] 주간식단표

031)498-0380

<https://rionnury.com>

	조식	중식	석식	죽식	간식	
일요일 (10일) 1800kcal	혼합잡곡밥 홍합다시마국 닭가슴살무조림 햄감자볶음 마늘쫄무침 배추김치/551kcal	혼합잡곡밥 쇠고기무국 돈육김치볶음/온두부 아몬드멸치볶음 참나물샐러드 배추김치/623kcal	혼합잡곡밥 순두부찌개 함박스테이크파인조림 미니새송이볶음 건파래무침 배추김치/626kcal	조:흰죽 중:참깨죽 석:들깨죽	오전	요플레
					오후	과일
월요일 (11일) 1810kcal	혼합잡곡밥 누룽지탕 참치두부조림 깻순나물 갯절임장아찌 배추김치/559kcal	혼합잡곡밥 호박새우젓국 버섯소불고기 도토리묵/양념장 얼갈이겉절이 배추김치/626kcal	혼합잡곡밥 파송송계란국 훈제오리부추볶음 토마토치커리무침 무생채 배추김치/625kcal	조:흰죽 중:콩가루죽 석:잣죽	오전	유자차
					오후	한과/요구르트
화요일 (12일) 1803kcal	혼합잡곡밥 두부김치국 쇠고기곤약조림 가지나물 김구이 배추김치/548kcal	혼합잡곡밥 청국장 아귀콩나물찜 알감자버터구이 백묵이버섯냉채 배추김치/631kcal	혼합잡곡밥 오징어무국 돈육간장불고기 단호박팔찜 취나물무침 배추김치/624kcal	조:흰죽 중:호두죽 석:들깨죽	오전	수정과
					오후	카스타드
수요일 (13일) 1800kcal	혼합잡곡밥 호박새우젓국 동그랑땡전 피쉬볼조림 마늘쫄장아찌 배추김치/551kcal	혼합잡곡밥 감자고추장찌개 돈수육/새우젓 모듬쌈/보쌈소 비름나물무침 배추김치/626kcal	혼합잡곡밥 쇠고기우거지국 순대콩나물찜 브로컬리게란전 간장깻잎지 배추김치/623kcal	조:흰죽 중:계란죽 석:참깨죽	오전	두유
					오후	단팥빵
목요일 (14일) 1811kcal	혼합잡곡밥 다시마무채국 옥수수계란찜 비엔나소시지볶음 김구이 배추김치/549kcal	혼합잡곡밥 콩가루숙국 갈치카레구이 호두연근조림 숙주나물무침 배추김치/631kcal	혼합잡곡밥 홍합국 돈육시래기찜 애호박새우살볶음 쌈다시마/초장 배추김치/631kcal	조:흰죽 중:타락죽 석:참치죽	오전	요플레
					오후	과일
금요일 (15일) 1795kcal	혼합잡곡밥 누룽지탕 닭살바베큐조림 건맛살채무침 고들빼기무침 배추김치/558kcal	혼합잡곡밥 해물라면 모듬튀김 열대과일샐러드 단무지무침 배추김치/쥬스 /641kcal	혼합잡곡밥 어묵무국 토마토스크램블 가리비살조림 콩자반 배추김치/596kcal	조:흰죽 중:들깨죽 석:두부죽	오전	복숭아쥬스
					오후	안흥찐빵 /보리차
토요일 (16일) 1807kcal	혼합잡곡밥 배추된장국 고기말이야채구이 느타리버섯볶음 파래김자반 배추김치/539kcal	혼합잡곡밥 바지락미역국 갈비찜 한식잡채 도라지생채 배추김치/635kcal	혼합잡곡밥 순두부백탕 방어무조림 양배추케요샐러드 갯절임장아찌 배추김치/633kcal	조:흰죽 중:참치죽 석:타락죽	오전	메밀차
					오후	호박설기
식재료 원산지	쌀, 국내산(누룽지;외국산)/잡곡;국내산/김치;(배추;국내산,고춧가루:국내산)/돈육;국내산(돈삼겹:오스트리아/목전지:미국)/우육;호주산(소알목심,차돌박이:미국산)/계육,오리:국내산(닭정육:브라질산/훈제오리:중국산)/식육가공품:국내산+수입산/명태,코다리;러시아산/삼치,고등어,미꾸라지,굴비,전복:국내산/조기,아귀,꽃게:중국산/갈치:모로코산/해물모듬,낙지,주꾸미:베트남산/오징어,다랑어:원양산/두부,콩나물:외국산/콩국물,콩비지,계란:국내산					

*위 식단은 식자재 사정에 따라 변동될 수 있습니다.

2026년 [5월 4째주] 주간식단표

031)498-0380

<https://rionnury.com>

	조식	중식	석식	죽식	간식	
일요일 (17일) 1827kcal	혼합잡곡밥 물만두국 우사태곤약조림 고구마순볶음 낙지젓무침 배추김치/548kcal	혼합잡곡밥 쇠고기탕국 눈꽃치즈닭갈비 메추리알조림 세발나물무침 배추김치/638kcal	혼합잡곡밥 청국장찌개 돈육간장불고기 검은깨묵/양념장 얼갈이무침 배추김치/641kcal	조:흰죽 중:참깨죽 석:들깨죽	오전	요플레
					오후	과일
월요일 (18일) 1820kcal	혼합잡곡밥 누룽지탕 섭산적구이 카레감자채볶음 고사리나물 배추김치/542kcal	혼합잡곡밥 증화계란탕 등심돈까스/소스 골뱅이무침 가지나물 배추김치/640kcal	혼합잡곡밥 꽃게탕 닭살브로컬리볶음 마카로니샐러드 참나물무침 배추김치/638kcal	조:흰죽 중:콩가루죽 석:잣죽	오전	유자차
					오후	휘낭시에
화요일 (19일) 1815kcal	혼합잡곡밥 아욱된장국 조기구이 들깨무나물 김구이 배추김치/543kcal	혼합잡곡밥 낙지연포탕 쇠고기모듬장조림 참치김치볶음 청경채무침 배추김치/640kcal	혼합잡곡밥 황태국 두반장불고기 단호박팔짚 콩나물무침 배추김치/632kcal	조:흰죽 중:호두죽 석:들깨죽	오전	식혜
					오후	후레쉬베리
수요일 (20일) 1825kcal	혼합잡곡밥 콩비지찌개 쇠고기그린빈스볶음 잡채어묵조림 오복지무침 배추김치/542kcal	혼합잡곡밥 우거지된장국 오징어야채볶음 케이준샐러드 시금치나물 배추김치/642kcal	혼합잡곡밥 순살감자탕 마파두부 닭가슴살겨자냉채 비타민나물 배추김치/641kcal	조:흰죽 중:계란죽 석:참깨죽	오전	두유
					오후	크림빵
목요일 (21일) 1821kcal	혼합잡곡밥 북어무국 닭살단호박조림 미역줄기맛살볶음 김구이 배추김치/541kcal	혼합잡곡밥 (온)도토리묵채국 고등어조림 표고버섯볶음 깻잎나물 배추김치/649kcal	혼합잡곡밥 시래기된장국 돈육숙주볶음 진미채무침 열무나물 배추김치/631kcal	조:흰죽 중:타락죽 석:참치죽	오전	생강차
					오후	과일
금요일 (22일) 1811kcal	혼합잡곡밥 누룽지탕 갈비만두찜 꽃맛살야채볶음 명이나물장아찌 배추김치/528kcal	열무보리비빔밥 쇠고기미역국 계란후라이 배추김치 엔요/662kcal	혼합잡곡밥 맑은콩나물국 돈육강정 그린샐러드 두부숙갓무침 배추김치/621kcal	조:흰죽 중:들깨죽 석:두부죽	오전	요플레
					오후	찐고구마/ 보리차
토요일 (23일) 1792kcal	혼합잡곡밥 두부김치국 닭살청경채굴소스볶음 우영조림 파래김자반 배추김치/522kcal	혼합잡곡밥 들깨버섯탕 제육볶음 양배추찜/쌈장 청포묵무침 배추김치/642kcal	혼합잡곡밥 감자옹심이국 삼치조림 햄감자채볶음 근대나물 배추김치/628kcal	조:흰죽 중:참치죽 석:타락죽	오전	비피더스
					오후	카스테라
식재료 원산지	쌀, 국내산(누룽지;외국산)/잡곡;국내산/김치;(배추:국내산,고춧가루:국내산)/돈육;국내산(돈삼겹:오스트리아/목전지:미국)/우육;호주산(소알목심,차돌박이:미국산)/계육,오리:국내산(닭정육:브라질산/훈제오리:중국산)/식육가공품:국내산+수입산/명태,코다리;러시아산/삼치,고등어,미꾸라지,굴비,전복:국내산/갈치:모로코산/해물모듬,낙지,주꾸미:베트남산/오징어,다랑어:원양산/두부,콩나물:외국산/콩국물,콩비지,계란:국내산					

*위 식단은 식자재 사정에 따라 변동될 수 있습니다.

2026년 [5월 5째주] 주간식단표

031)498-0380

<https://rionnury.com>

	조식	중식	석식	죽식	간식	
일요일 (24일) 1800kcal	혼합잡곡밥 파송송계란국 숯불고기산적조림 오이들깨볶음 명란젓무침 배추김치/543kcal	혼합잡곡밥 순두부찌개 묵은지닭볶음탕 부들어묵파리조림 쪽파무생채 배추김치/630kcal	혼합잡곡밥 어묵무국 당면소불고기 애호박새우젓볶음 콩나물무침 배추김치/627kcal	조:흰죽 중:참깨죽 석:들깨죽	오전	요플레
					오후	과일
월요일 (25일) 1828kcal	혼합잡곡밥 누룽지탕 돈육무장조림 브로컬리무침 궁채절임 배추김치/548kcal	혼합잡곡밥 부대찌개 가자미구이 실곤약야채무침 미나리나물 배추김치/639kcal	혼합잡곡밥 건새우아욱국 함박스테이크파인조림 돈나물오이무침 들깨무나물 배추김치/641kcal	조:흰죽 중:콩가루죽 석:잣죽	오전	유자차
					오후	롤케익
화요일 (26일) 1828kcal	혼합잡곡밥 오징어무국 야채계란말이 새송이굴소스볶음 김구이 배추김치/525kcal	혼합잡곡밥 감자다시마국 훈제오리/무쌈 두부조림 비타민나물 배추김치/652kcal	혼합잡곡밥 배추된장국 바비큐쪽참 연두부/양념장 시래기지짐 배추김치/651kcal	조:흰죽 중:호두죽 석:들깨죽	오전	수정과
					오후	카스타드
수요일 (27일) 1813kcal	혼합잡곡밥 단호박새우젓국 중화풍돈육조림 표고메란조림 고춧잎무침 배추김치/548kcal	혼합잡곡밥 미나리곰탕 부추순대찜 묵은지청포묵무침 양파절임 배추김치/641kcal	혼합잡곡밥 감자다시마국 돈사태김치찜 옛날소시지/케찹 종상추겉절이 배추김치/624kcal	조:흰죽 중:계란죽 석:참깨죽	오전	두유
					오후	미니도넛
목요일 (28일) 1820kcal	혼합잡곡밥 두부된장국 비엔나감자조림 아몬드멸치볶음 김구이 배추김치/541kcal	혼합잡곡밥 김치콩나물국 불고기낙지볶음 아이스망고치즈샐러드 시금치나물 배추김치/649kcal	혼합잡곡밥 동태찌개 동그랑땡전 단호박샐러드 깻잎나물 배추김치/630kcal	조:흰죽 중:타락죽 석:참치죽	오전	매실차
					오후	과일
금요일 (29일) 1811kcal	혼합잡곡밥 누룽지탕 쇠고기곤약장조림 두부숙갓무침 비빔오징어젓 배추김치/528kcal	혼합잡곡밥 잔치국수 딴섬부추장편 도라지무침 배추김치 요플레/662kcal	혼합잡곡밥 바지락미역국 닭살고구마조림 돈나물된장무침 세발나물무침 배추김치/621kcal	조:흰죽 중:들깨죽 석:두부죽	오전	요플레
					오후	구운계란/ 보리차
토요일 (30일) 1792kcal	혼합잡곡밥 파송송사골국 후랑크야채볶음 볼어묵조림 파래김자반 배추김치/522kcal	혼합잡곡밥 감자수제비국 생선가스/타르타르s 야채쫄면 느타리버섯볶음 배추김치/642kcal	혼합잡곡밥 열무된장국 파채너비아니 새우살무채볶음 꼬시래기무침 배추김치/628kcal	조:흰죽 중:참치죽 석:타락죽	오전	당근쥬스
					오후	카스테라
식재료 원산지	쌀,국내산(누룽지;외국산)/잡곡;국내산/김치;(배추:국내산,고춧가루:국내산)/돈육;국내산(돈삼겹:오스트리아/목전지:미국)/우육;호주산(소알목심,차돌박이:미국산)/계육,오리:국내산(닭정육:브라질산/훈제오리:중국산)/식육가공품:국내산+수입산/명태,코다리:러시아산/삼치,고등어,미꾸라지,굴비,전복:국내산/갈치:모로코산/해물모듬,낙지,주꾸미:베트남산/오징어,다랑어:원양산/두부,콩나물:외국산/콩국물,콩비지,계란:국내산					

*위 식단은 식자재 사정에 따라 변동될 수 있습니다.

2026년 [5월 6째주] 주간식단표

031)498-0380
https://rionnury.com

	조식	중식	석식	죽식	간식	
일요일 (31일) 1805kcal	혼합잡곡밥 순두부계란탕 떡갈비피망조림 돈육가지볶음 무말랭이무침 배추김치/543kcal	혼합잡곡밥 육개장 닭살데리야끼조림 도토리묵무침 오이겉절이 배추김치/635kcal	혼합잡곡밥 버섯들깨국 참치김치볶음/온두부 알감자조림 천사채후르츠샐러드 배추김치/627kcal	조:흰죽 중:참깨죽 석:들깨죽	오전	감귤쥬스
					오후	꿀호떡
식재료	쌀,국내산(누룽지;외국산)/잡곡;국내산/김치;(배추:국내산,고춧가루:국내산)/돈육;국내산(돈삼겹:오스트리아/목전지:미국)/					
원산지	우육;호주산(소알목심,차돌박이:미국산)/계육,오리:국내산(닭정육:브라질산/훈제오리:중국산)/식육가공품:국내산+수입산/ 명태,코다리;러시아산/삼치,고등어,미꾸라지,굴비,전복:국내산/갈치:모로코산/해물모듬,낙지,주꾸미:베트남산/오징어,다랑 어:원양산/두부,콩나물:외국산/콩국물,콩비지,계란:국내산					

*위 식단은 식자재 사정에 따라 변동될 수 있습니다.