

2025년 04월 식단표(나오미요양원)

*이 식단은 50인 미만 노인요양시설을 대상으로 국민건강보험공단 노인장기요양 홈페이지에서 다운로드 수령하여 사용하고 있습니다.

2025년 04월 식단표(나오미요양원)

*이 식단은 50인 미만 노인요양시설을 대상으로 국민건강보험공단 노인장기요양 홈페이지에서 다운로드 하여 수정하여 사용하고 있습니다.

결재

사회복지사

원장

일자/요일	01(화)	02(수)	03(목)	04(금)	05(토)
아	<div>백미밥(잡곡밥)</div> <div><흰쌀죽></div> <div>애호박맑은국</div> <div>동태살찜조림(동태살채소편)</div> <div>다래순부음</div> <div>도라지나물</div> <div>배추김치</div>	<div>백미밥(잡곡밥)</div> <div><흰쌀죽></div> <div>황태달걀국</div> <div>온두부&양념장</div> <div>브로콜리부음</div> <div>진미채무침</div> <div>배추김치</div>	<div>백미밥(잡곡밥)</div> <div><흰쌀죽></div> <div>감자국(배춧국)</div> <div>닭가슴살간장조림</div> <div>그린빈부음</div> <div>우유</div> <div>배추김치</div>	<div>백미밥(잡곡밥)</div> <div><흰쌀죽></div> <div>청경채된장국</div> <div>쇠고기가지부음</div> <div>콩자반</div> <div>달래무침</div> <div>배추김치</div>	<div>백미밥(잡곡밥)</div> <div><흰쌀죽></div> <div>누룽지탕</div> <div>제육볶음</div> <div>탕평채</div> <div>아욱나물</div> <div>배추김치</div>
점심	<div>백미밥(잡곡밥)</div> <div><옥수수죽></div> <div>제철국</div> <div>돈육글소스부음</div> <div>취나물무침</div> <div>다시마튀각</div> <div>나박김치</div>	<div>참치오이비빔밥</div> <div><쇠고기죽></div> <div>미소장국</div> <div>메밀전병</div> <div>사과샐러드</div> <div>등치미</div>	<div>백미밥(잡곡밥)</div> <div><당근죽></div> <div>근대맑은국</div> <div>돼지고기수육</div> <div>콩나물부음</div> <div>양배추쌈*쌈장</div> <div>파김치</div>	<div>백미밥(잡곡밥)</div> <div><녹두죽></div> <div>표고버섯탕</div> <div>가지미찜</div> <div>애호박새우젓볶음(애호박나물)</div> <div>무말랭이무침</div> <div>배추김치(물김치)</div>	<div>잔치국수</div> <div><장국죽></div> <div>김가루주먹밥</div> <div>새우채소전</div> <div>고추장양념무침</div> <div>배추김치</div>
저녁	<div>백미밥(잡곡밥)</div> <div><감자죽></div> <div>속갓맑은국</div> <div>오리불고기</div> <div>잔멸치부음</div> <div>세발나물무침</div> <div>배추김치(물김치)</div>	<div>백미밥(잡곡밥)</div> <div><미역죽></div> <div>채소당면국(들깨채소국)</div> <div>쇠고기고추장부음</div> <div>불어묵조림</div> <div>썬바퀴나물</div> <div>배추김치(물김치)</div>	<div>백미밥(잡곡밥)</div> <div><연두부죽></div> <div>열무된장국</div> <div>주꾸미채소부음</div> <div>우영채조림</div> <div>파프리카콘샐러드</div> <div>배추김치(물김치)</div>	<div>백미밥(잡곡밥)</div> <div><북어죽></div> <div>부대찌개(맑은육개장)</div> <div>두부채소전</div> <div>상추겉절이</div> <div>마늘종무침</div> <div>배추김치(열무김치)</div>	<div>백미밥(잡곡밥)</div> <div><들깨죽></div> <div>달걀국</div> <div>간장해물찜</div> <div>배이관자채볶음(오이맛살볶음)</div> <div>시금치나물</div> <div>물김치</div>
오전간식	요플레	요구르트	통글레차	유산균음료	우유
오후간식	스프(단팔빵)	키위슬라이스	미숫가루	머핀	모과차

일자/요일	06(일)	07(월)	08(화)	09(수)	10(목)	11(금)	12(토)
아침	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 홍합맑은국 쇠고기채소볶음 옥수수조림 고춧잎나물 배추김치(물김치)	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 게살탕 두부돈민찌조림 우거지지짐 포고버섯나물 배추김치	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 숙주맑은국 닭안심채소볶음 건파래자반 브로콜리숙회 배추김치	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 부추맑은국 치즈스프램블에그 어묵채볶음 비름나물 배추김치(물김치)	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 채소랑면국(호박고지들개탕) 쇠고기굴소스볶음 양념깻잎지 두유 배추김치(물김치)	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 미역국 돈육장조림 도라지양념구이 양배추숙채무침 배추김치	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 쇠고기탕국 삼치미소조림 양송이버섯볶음 치커리새콤무침 배추김치
	백미밥(잡곡밥) <흑임자죽> 수제비국(순두부백탕) 돈육볶음지김치찜 연근조림 깻순나물 나박김치	백미밥(잡곡밥) <양배추죽> 숙국 코다리조림 미나리생채 사과배무침 배추김치	백미밥(잡곡밥) <조갯살죽> 느타리버섯국 쇠고기밤조림 참치양파볶음 취나물된장무침 멸무김치	차돌된장국수 <쇠고기죽> 후리가게주먹밥 생선까스*타르소스 오이지무침(오이무침) 배추김치	백미밥(잡곡밥) <연두부죽> 미니우동국(유부장국) 순살닭찜 고사리볶음 얼갈이나물 파김치	백미밥(잡곡밥) <미역죽> 달걀팟국 새우살케첩볶음 부지갱이나물 감자샐러드(단호박샐러드) 배추김치	콩나물밥*달래양념장 <콩나물죽> 수제비국(다시마양파국) 쇠고기잡쌀구이 청포묵무침 알배추겉절이
	백미밥(잡곡밥) <단호박죽> 다시마젓국 닭고기장뚝뚝이 홍알버섯조림 부지갱이나물 배추김치	백미밥(잡곡밥) <달걀죽> 배추된장국 새우버터구이 알마늘절임 근대나물 물김치	백미밥(잡곡밥) <완두콩죽> 고추장찌개(애호박국) 임연수구이 유부당근볶음 실근약잡채 배추김치(물김치)	백미밥(잡곡밥) <견과죽> 연두부국 돈육김치볶음 명엽채조림 아욱된장무침 나박김치	백미밥(잡곡밥) <참치죽> 무맑은국 고등어양념구이 곤드레볶음 새송이버섯명콩무침 배추김치	백미밥(잡곡밥) <옥수수죽> 오징어국 마파두부 마늘종볶음 참나물무침 물김치	백미밥(잡곡밥) <개살죽> 콩국 깨소스닭살무침 멸치조림 시금치고추장무침(시금치나물) 배추김치(물김치)
오전간식	두유	알로에쥬스(대추차)	요플레	요구르트	메밀차	유산균음료	우유
오후간식	크래커	모닝빵*딸기잼(모닝빵)	양갱(약식)	파배기*지지방우유	토마토슬라이스	버터쿠키	호상요구르트

일자/요일	13(일)	14(월)	15(화)	16(수)	17(목)	18(금)	19(토)
아침	백미밥(장곡밥) <흰쌀죽> 채소스프 날치알달걀찜 죽순볶음 숙갓두부무침 배추김치	백미밥(장곡밥) <흰쌀죽> 근대국 쇠고기양배추볶음 감자조림(밤새우조림) 상추무침 배추김치	백미밥(장곡밥) <흰쌀죽> 열무맑은국 대구살찜 우영초무침 미나리나물 배추김치	백미밥(장곡밥) <흰쌀죽> 누룽지탕 카레닭가슴살볶음 무나물볶음 시금치나물 배추김치	백미밥(장곡밥) <흰쌀죽> 콩비지찌개(콩비지백향) 스크램블에그 청경채굴소스볶음 유산균음료 배추김치	백미밥(장곡밥) <흰쌀죽> 애호박맑은국 돈육장조림 다래순볶음 꽃마늘무침 배추김치(물김치)	백미밥(장곡밥) <흰쌀죽> 숙된장국 온두부*양념장 참치채소볶음 고사리나물 배추김치
	백미밥(장곡밥) <북어죽> 김치어묵국 돈육갈비찜 느타리버섯볶음 들나물유자청무침 물김치	백미밥(장곡밥) <브로콜리죽> 바지락국 닭안심채소조림 단호박꿀찜(단호박찜) 고추쌈정무침(고추된장무침) 나박김치	백미밥(장곡밥) <해물죽> 재첩국 대파돼지불고기 뽕두부무침 갯손나물 배추김치	우삼겹쌀국수(고기국수) <쇠고기죽> 1/2쌀밥 춘권튀김 양파초절임 배추김치	백미밥(장곡밥) <양배추죽> 뼈해장국 생선살탕수 부추겨자무침 고구마순나물 배추김치(물김치)	백미밥(장곡밥) <미역죽> 우거지된장국 닭살데리야까조림 깻잎새콤무침 숙주나물 배추김치	햄김치볶음밥 <감자죽> 옥수수스프 철리새우볶음 취나물들기름무침 오이소박이
	백미밥(장곡밥) <들깨죽> 울만둣국 순대채소볶음 가지양념무침(가지찜) 명이나물절임 배추김치	백미밥(장곡밥) <단호박죽> 맑은장국 주꾸미삼겹볶음 더덕채구이 김자반 배추김치(물김치)	백미밥(장곡밥) <흑임지죽> 시래기된장국 치즈달걀말이 피망채볶음 꽃맛살샐러드 파김치(물김치)	백미밥(장곡밥) <완두콩죽> 미역장국 두부채소찜 불어묵조림 숙갓무침 배추김치(물김치)	백미밥(장곡밥) <달걀죽> 모듬버섯국 떡갈비채소볶음 묵은지지짐 새싹채소샐러드 나박김치	백미밥(장곡밥) <당근죽> 배추맑은국 쇠고기당면볶음 견과열치조림 호박고지나물 열무김치	백미밥(장곡밥) <시래기죽> 사골팟국 콩치양념조림 새송이버섯볶음 마늘종무침 배추김치(물김치)
오전간식	두유	사과주스(사과)	요플레	요구르트	우영차	유산균음료	우유
오후간식	황도	슈크림빵*유산균음료(구운식빵*우유)	마가레트	과일푸딩	꿀호떡(물빵)	바나나	핫케이크

일자/요일	20(일)	21(월)	22(화)	23(수)	24(목)	25(금)	26(토)
아침	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 열갈이맞은국 쇠고기호두조림 유부볶음 브로콜리무침 동치미	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 느타리맞은국 가자미엿장조림(순살가자미편) 감자채볶음(꽃양근생채) 열무나물 배추김치(물김치)	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 황태국 우민찌두부조림 사각어묵볶음 부지갱이나물 배추김치	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 근대된장국 쇠고기양파볶음 쪽파무침 돌나물사과무침 배추김치(물김치)	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 건새우아욱국 돈육숙주볶음 브로콜리숙회*초고추장(브로콜리숙회) 요플레 배추김치(물김치)	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 누룽지탕 두부케첩조림 참치애호박볶음 김구이 배추김치	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 맑은장국 치들마늘볶음 열갈이지짐 치커리토마토무침 배추김치(물김치)
	백미밥(잡곡밥) <표고버섯장국죽> 팽이미소국 돈육복합 그린빈버터볶음 근대무침 배추김치(물김치)	백미밥(잡곡밥) <북어죽> 김칫국 소세지채소볶음 도라지유자채무침(도라지무침) 깎잎순나물 나박김치	백미밥(잡곡밥) <녹두죽> 맑은육개장 간장해물찜 가지양념찜(가지볶음) 파프리카무침 배추김치	백미밥(잡곡밥) <쇠고기죽> 무쌈국 크래미파래전 도토리묵쌈무침 배추김치	백미밥(잡곡밥) <조갯살죽> 수제비국(유부맑은국) 쇠고기찜 명엽채볶음 시금치나물 동치미	백미밥(잡곡밥) <흑임자죽> 채소당면국(냉이된장국) 갈치카레구이 양송이버섯볶음 상추겉절이 물김치	어묵우동 <잔멸치죽> 멸치주먹밥(쇠고기우영주먹밥) 맛동산탕수육 양상추샐러드 단무지무침
	백미밥(잡곡밥) <개살죽> 다시마햇국 우유달걀찜 진미채간장조림 천사채샐러드 배추김치	백미밥(잡곡밥) <흑미버섯죽> 콩나물국 쇠불고기 애호박양념찜 성초나물 배추김치	백미밥(잡곡밥) <들깨죽> 청경채된장국 돈육잡채(돈육참쌀구이) 참치통마늘볶음 숙갓나물 물김치	백미밥(잡곡밥) <견과죽> 콩비지백탕 삼치양념찜 취나물볶음 양배추초절임(양배추무침) 파김치	백미밥(잡곡밥) <단호박죽> 물만둣국 부추달걀볶음 총알버섯조림 머위나물 배추김치	백미밥(잡곡밥) <달걀죽> 청국장짜개(들깨채소국) 돼지고기두루치기 참나물볶음 더덕채무찜 배추김치	백미밥(잡곡밥) <김가루참쌀죽> 다시마햇국 닭갈비 쌈무 마카로니샐러드(방풍나물) 배추김치
오전간식	두유	석류쥬스(오미자차)	요플레	요구르트	옥수수차	유산균음료	우유
오후간식	을무차	도너츠	꿀	찰보리빵	무가당두유	미니핫도그	딸기

일자/요일	27(일)	28(월)	29(화)	30(수)		
아침	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 바지락맑은국 너비아니구이 표고버섯볶음 명이나물무침 배추김치	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 사골우거지국 두부간장조림 북어채볶음 실근약채소무침 배추김치	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 미역국 쇠고기피망볶음 느타리콩가루찜 오이생채 배추김치	백미밥(잡곡밥) <흰쌀죽> 재첩국 돈육바베큐소스볶음 옥수수조림 근대나물 배추김치(물김치)		
	백미밥(잡곡밥) <당근죽> 완자탕 새우살채소볶음 청경채나물(꼬시래기무침) 쌈아랫갈(청경채나물) 열무김치	백미밥(잡곡밥) <장국죽> 크림스프 동그랑땡조림 애호박전(애호박볶음) 도라지채무침 나박김치	백미밥(잡곡밥) <녹두죽> 배추맑은국 오리주물럭 한식잡채(우엉잡채) 비름나물 물김치	짜장밥 <흑임자죽> 표고달걀국 야채고로케*케첩 맛살양배추볶음 오복지		
저녁	백미밥(잡곡밥) <해물죽> 도다리속국 달걀군약조림 마늘종볶음 고구마순나물 배추김치(물김치)	백미밥(잡곡밥) <쇠고기죽> 열무맑은국 임연수양념찜 연근참깨무침 콩나물무침 배추김치(물김치)	백미밥(잡곡밥) <연두부죽> 얼갈이국 오징어볶음 마늘꿀조림(전멸치조림) 미나리초무침 배추김치	백미밥(잡곡밥) <조갯살죽> 원장찌개(새송이버섯원장국) 쇠고기채볶음 매콤감자조림(파리고추조림) 건부지갱이나물 배추김치		
오전간식	두유	망고쥬스(바나나)	요플레	요구르트		
오후간식	쌀과자	소보로빵*수정과(식혜)	경단*매실차(경단*보리차)	키위슬라이스		

* 위 메뉴는 식자재 수급현황에 따라 변동될 수 있습니다

* 참조: <>죽식, ()당뇨식 식단임

* 원산지: 쌀(국내산), 돼지고기(국내산/외국산), 소고기(국내산/외국산), 닭(국내산)