

9월, 10월 식단표

2026년 09월 27일 ~ 2026년 10월 10일

노인요양시설 에덴재활요양원

월요일						월요일						화요일						수요일						목요일						금요일						토요일																										
09월 27일						09월 28일						09월 29일						09월 30일						10월 01일						10월 02일						10월 03일																										
아침	610 Kcal	점심	620 Kcal	저녁	614 Kcal	아침	611 Kcal	점심	625 Kcal	저녁	614 Kcal	아침	610 Kcal	점심	627 Kcal	저녁	612 Kcal	아침	613 Kcal	점심	623 Kcal	저녁	617 Kcal	아침	612 Kcal	점심	625 Kcal	저녁	611 Kcal	아침	618 Kcal	점심	623 Kcal	저녁	614 Kcal	아침	612 Kcal	점심	622 Kcal	저녁	611 Kcal																					
잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥																				
소고기국			건새우배추국			꽃게탕			복어국			콩가루국			원장짜개			계란국			미역국			호박죽			탕국			잔치국수			바지락살국			콩나물우유채국			원장국			어묵탕			미역국			닭계장			만둣국			감자왕파국			유부국			해물탕		
고들빼기김치			마파두부			동그랑땡			쫄면양념김치			돈가스			도토리가루전			고기장조림			순살닭조림			물김치			전갈			단무지			알감자조림			버섯볶음			제철나물			시래기조림			쫄면김치			석박지			제철나물			창치양배추볶음			짜장			제철나물		
구운김			제철나물			묵우침			순두부+양념			제철나물			계란부추장			구운김			양배추쌈			제철나물			분홍소세지전			제철나물			제철나물			구운김			소불고기			가지전			제철나물			제철나물			우엉고기조림			오징어전갈			제철나물			아채전		
제철나물			브로콜리초무침			제철나물			마늘쪽조림			샐러드			제철나물			제철나물			상추겉절이			고일후르츠			제철나물			삶은계란			두부전			제철나물			상추쌈			제철나물			매추리알조림			고일후르츠			배추김치			제철나물			단무지			우조림		
배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치					
오전간식			오후간식			오전간식			오후간식			오전간식			오후간식			오전간식			오후간식			오전간식			오후간식			오전간식			오후간식			오전간식			오후간식			오전간식			오후간식			오전간식			오후간식											
따뜻한 차			미니호떡			따뜻한 차			쌀과자			따뜻한 차			제철과일			따뜻한 차			고구마			따뜻한 차			카스텔라			따뜻한 차			바나나			따뜻한 차			오곡과자			배지밀																				
기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이																	
원죽			참깨죽			닭백숙			원죽			맛살죽			호박죽			원죽			소고기죽			아채죽			원죽			소고기죽			아채죽			원죽			브로콜리죽			콩죽			원죽			버섯죽			양송이스프			원죽			당근죽			녹두죽		
월요일						월요일						화요일						수요일						목요일						금요일						토요일																										
10월 04일						10월 05일						10월 06일						10월 07일						10월 08일						10월 09일						10월 10일																										
아침	611 Kcal	점심	622 Kcal	저녁	615 Kcal	아침	612 Kcal	점심	625 Kcal	저녁	610 Kcal	아침	614 Kcal	점심	623 Kcal	저녁	611 Kcal	아침	613 Kcal	점심	624 Kcal	저녁	612 Kcal	아침	612 Kcal	점심	625 Kcal	저녁	613 Kcal	아침	610 Kcal	점심	622 Kcal	저녁	614 Kcal	아침	610 Kcal	점심	623 Kcal	저녁	611 Kcal																					
잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥			쌀밥			잡곡밥			잡곡밥			쌀밥			잡곡밥			잡곡밥			콘드레비밥			잡곡밥			잡곡밥			잡곡밥														
순두부국			김치콩나물국			오징어국			탕국			원장짜개			버섯원장국			감자왕파국			시래기국			해물탕			복어국			콩나물국			원장짜박이			계란국			배추국			다슬기국			미역국			버섯장국			곤알탕			소고기국			콩나물김치국			청국장		
계란찜			생선가스			순대			분홍소세지전			삼치구이			제철나물			쫄면김치			갈비찜			만두			매추리알조림			스파게티			계란말이			곤약고기장조림			오리훈제			감자채볶음			제철나물			제철나물			시래기조림			김가루무침			카레			어묵아채볶음		
양대콩조림			제철나물			감자채볶음			제철나물			숙주나물무침			계란장조림			제철나물			제철나물			연근조림			고춧잎김치			오이장아찌			제철나물			고들빼기김치			부추겉절이			미트볼조림			순두부양념장			구운김			제철나물			제철나물			단무지			제철나물		
제철나물			양배추샐러드			제철나물			김가루무침			제철나물			배추김치			고기장조림			양배추쌈			제철나물			제철나물			제철나물/감자			감자조림			제철나물			제철나물			제철나물			콩조림			채국볶음			동그랑땡			고들빼기김치			제철나물			연근조림		
배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치			배추김치					
오전간식			오후간식			오전간식			오후간식			오전간식			오후간식			오전간식			오후간식			오전간식			오후간식			오전간식			오후간식			오전간식			오후간식			오전간식			오후간식			오전간식			오후간식											
따뜻한 차			쿠키			따뜻한 차			종편			따뜻한 차			제철과일			따뜻한 차			후렌치파이			따뜻한 차			백설기			따뜻한 차			바나나			따뜻한 차			모닝빵			요구르트																				
기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이			기능별 식이														
원죽			버섯죽			아채스프			원죽			호박죽			참깨죽			원죽			녹두죽			브로콜리죽			원죽			계란죽			당근죽			원죽			해물죽			누룽지탕			원죽			소고기죽			양배추죽			원죽			흑임자죽			참치죽		