



주간식단표



은식 요양원	2026-09-21 월 요일	2026-09-22 화 요일	2026-09-23 수 요일	2026-09-24 목 요일	2026-09-25 금 요일(추석)	2026-09-26 토 요일	2026-09-27 일 요일
정성 가득한 아침	백미밥/혼합잡곡밥 흰죽 오징어묵국 참치김치볶음 연두부/양념장 단배추된장무침 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 흰죽 누룽지탕 돈육무장조림 맛살브로콜리볶음 양배추생채 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 흰죽 소고기샤브국 야채계란찜 아몬드멸치볶음 두반장애호박채나물 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 흰죽 들깨무채국 새우동그랑땡조림 두부숙갓무침 고사리나물 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 흰죽 북어채계란국 닭살야채볶음 다시마채무침 감자샐러드 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 흰죽 누룽지탕 메란돈장조림 도라지채일미무침 들깨무나물 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 흰죽 김치콩나물국 떡갈비데리야끼조림 오이들깨나물 고추잎무말랭이지 포기김치
간식	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레	요플레
건강을 생각하는 점심	백미밥/혼합잡곡밥 병아리콩죽 근대된장국 돈육파채불고기 분홍소세지전 깻잎순나물 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 브로콜리죽 맑은콩나물국 보쌈수육/쌈장 막국수야채무침 무말랭이지 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 들깨죽 열무된장국 낙삼새볶음 두부계란전/양념장 청경채오이무침 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 당근죽 경상도식소고기국 버섯우불고기 잡채어묵볶음 양념깻잎지 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 표고버섯죽 모듬탕국 조기구이/양념장 삼색나물 오징어젓갈무침 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 흑임자죽 소고기미역국 제육볶음 새송이야채볶음 양배추쌈/쌈장 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 단호박죽 아욱국 오삼불고기 부들어묵맛살볶음 감자채볶음 포기김치
간식	마가렛트	밀크쌀과자*사과주스	꿀대추차	고칼슘두유	미니꿀호떡*요구르트	황도 슬라이스	삶은계란/보리차
사랑이 가득한 저녁	백미밥/혼합잡곡밥 참깨죽 들깨미역국 해물콩나물찜 연근당콩조림 열무산초무침 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 고구마죽 우동장국 깻잎닭갈비 도라지나물 흑임자연근샐러드 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 팔죽 종합어묵국 코다리옛장조림 미니돈까스/케찹 근대나물 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 새우살야채죽 순두부김국 한식잡채 애호박전/초간장 새콤달콤무생채 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 크레미게살죽 시락국 단호박오리불고기 오색모듬전 양대콩조림 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 연두부야채죽 부추바지락국 순살동태양념조림 건새우마늘쫄볶음 숙주나물무침 포기김치	백미밥/혼합잡곡밥 완두콩죽 콩비지찌개 닭살카레볶음 우영채조림 파래김자반 포기김치

* 위 식단은 현지 식자재 사정상 변경될 수 있습니다.

*원산지표시: 쌀(국내산),포기김치(배추-중국산/고춧가루-중국산),백김치(절임배추-중국산),두부(외국산),계육(국내산),돈육(국내산/미국산),우육(호주산/미국산),참치(원양산),삼치(국내산) 고등어(국산),아귀(국내산),병어(국산),방어(국산),코다리(러시아산),동태(러시아산),가자미(러시아산),대구(원양산),오징어(중국산),꽃게(중국산),주꾸미(베트남산),낙지(베트남산) 훈제오리(중국산),오리정육(국산)