

2026년 08월

ᠮᠤᠩᠭᠤᠨᠠᠨᠤᠯᠤᠰᠤ

	구분	아침식단	점심식단	저녁식단	오전간식	오후간식	기타음식
칼국밥 콩나물국(5) 송이장조림(5,6,16) 맛살피망볶음(5,6,8) 건파래자반 배추김치(9) (498/28kcal)	칼국밥 콩가루매춥국(5,6) 두부구이&양념장(5,6) 애호박새우젓볶음(5,9) 갯순나물 배추김치(9) (519/21kcal)	칼국밥 미역국(5,6) 삼치조림(5,6) 가지볶음(5,6) 청경채나물(5,6) 배추김치(9) (474/28kcal)	칼국밥 어묵국(5,6) 오리채소볶음(5,6,18) 도라지나물(5) 부추무침 배추김치(9) (642/29kcal)	잔국밥 군부돼지고개(1,5,9) 해물파전(1,5,6,9,18) 콩나물 오이무침(5,6) 배추김치(9) (638/27kcal)	복숭아(11)	무유(5)	원죽 애호박죽 여북채소죽 최고기죽(16)

본 공서를 받으신 분은/배조/재배표를 부착하고 개인정보를 불변 공출시 변적으로 처리될 수 있습니다.

2026-07-20 11:55:10 의견표명 (사회복지자)

구분	월(08.03)	화(08.04)	수(08.05)	목(08.06)	금(08.07)	토(08.08)	일(08.09)
----	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------

아침식단	잔국밥 들깨된장국(5,6) 탕갈찜(1) 진미채무침(5,6,17) 고구마순나물(5,6) 배추김치(9) (435/23kcal)	잔국밥 원스고깃국(5,6,16) 애호박전(1,5,6) 전멸치조림(5,6) 브로콜리숙회&초장(5,6) 배추김치(9) (566/27kcal)	잔국밥 복엇국(5,6) 두부조림(5,6) 새송이버섯볶음(5) 무나물 배추김치(9) (517/24kcal)	잔국밥 매추리양조림(1,5,6) 근대나물(5,6) 배추겉절이 (437/19kcal)	잔국밥 범아원된장국(5,6) 간장돼지불고기(5,6,10) 0) 단배추나물 파리고추무침(5,6) 배추김치(9) (544/32kcal)	잔국밥 만둣국(5,6,10) 탄갈탕(1,5) 잔멸치볶음(5,6) 가지나물(5,6) 배추김치(9) (607/29kcal)	잔국밥 미역국(5,6) 두부구이&양념장(5,6) 브로콜리맛살볶음(1,5,6,8) 비름나물 배추김치(9) (510/20kcal)
점심식단	김치말이국수(5,6,9) 잔국밥1/2 편만두&양념장(5,6,10)) 배추김치(9) (491/17kcal)	잔국밥 시래기된장국(5,6) 탕북음탕(5,6,15) 참나물무침 상추겉절이(9) 배추김치(9) (515/25kcal)	잔국밥 추어탕(5,6) 잡채(5,6) 감자조림(5,6) 호박완나물(5,6) 배추김치(9) (656/25kcal)	잔국밥 다슬기탕은국(18) 포다리조림(5,6) 콩나물무침(5,6) 과일샐러드(1,5) 배추김치(9) (777/62kcal)	잔국밥 콩비지찌개(5,9,10) 감자전(5) 어묵볶음(5,6) 럼무겉절이(5,6) 배추김치(9) (681/21kcal)	잔국밥 버섯들깨국(5,6) 소불고기(5,6,16) 숙주나물 상추쌈&완장(5,6) 배추김치(9) (509/24kcal)	잔국밥 간장짜장(5,6,15) 고구마순나물(5) 부추샐채(5,6) 배추김치(9) (525/31kcal)
저녁식단	잔국밥 무쌈국(5,6,10) 제육볶음(5,6) 고사리나물(5,6) 비름나물(5,6) 배추김치(9) (502/24kcal)	잔국밥 아욱맑은국 조기구이(5,6) 숙주나물 참나물무침(5,6) 배추김치(9) (599/42kcal)	잔국밥 강원장찌개(5,6) 훈제오리구이 도토리묵무침(5,6) 양배추찜 배추김치(9) (497/26kcal)	잔국밥 묵개장(5,6,16) 부추전(1,5,6) 우영채조림(5,6) 시금치나물(5,6) 배추김치(9) (532/18kcal)	잔국밥 애호박새우젓국(5,9) 고등어조림(5,6,7) 도라지나물(5) 아욱원장나물(5,6) 배추김치(9) (551/25kcal)	잔국밥 꽃게된장국(5,6,8) 김치전(1,5,6,9) 참포묵김가루무침(5,6) 고춧잎나물(5,6) 배추김치(9) (494/24kcal)	잔국밥 복엇국(5,6) 간장짜장(5,6,15) 고구마순나물(5) 부추샐채(5,6) 배추김치(9) (525/31kcal)
오전간식	미숫가루(5)	요플레(2)	수박	바나나	요플레(2)	두유(5)	미숫가루(5)
오후간식	블루베리	카스텔라(1,2,6) 우유(2)	두유(5)	모리차	편곡수수 모리차	참외	편단호박 모리차
기억식이	원죽 탕갈국(1) 흑임자죽	원죽 김가루채소죽 전복죽(18)	원죽 양송죽(4) 버섯채소죽	원죽 쇠고기채소죽(16) 단호박죽	원죽 들깨죽 탕갈채소죽(1)	원죽 묵수수죽 김가루참깨죽	원죽 맛살채소죽 낙지죽(5,6)

구분	아침식단	점심식단	저녁식단	오전간식	오후간식	기여식이
----	------	------	------	------	------	------

아침식단	잔국밥 오징어묵국(5,6,17) 참치채소전(1,5,6) 취나물무침(5,6) 치커리생채(5,6) 배추김치(9) (507/25kcal)	잔국밥 나물비빔밥(5,6) 탕후라이(1,5) 탕국(5,16) 오이무침(5,6) 배추김치(9) (531/24kcal)	잔국밥 바지락탕은국(18) 적어구이(5,6) 멸무나물 탕칼이결정미(5,6) 배추김치(9) (481/32kcal)	잔국밥 우렁된장국(5,6,18) 돼지고기채소볶음(5,6,10) 도라지나물(5) 무생채 배추김치(9) (591/26kcal)	잔국밥 탕칼국(1) 두부조림(5,6) 아욱나물(5,6) 오이양파무침 배추김치(9) (479/23kcal)	잔국밥 복어국(5,6) 버섯채소전(1,5,6) 간명치볶음(5,6) 배추나물 배추김치(9) (504/25kcal)	잔국밥 시래기된장국(5,6) 소고기장조림(5,6,16) 취나물무침(5,6) 브로콜리초무침(5,6) 배추김치(9) (501/25kcal)	잔국밥 다들기맑은국(18) 탕칼국(1) 고사리나물(5,6) 치커리양파무침 배추김치(9) (422/22kcal)	
	저녁식단	잔국밥 시락국(5,6) 칼치조림(5,6) 애호박나물(5,9) 창경채나물 배추김치(9) (530/26kcal)	잔국밥 김치국(5,6,9) 해물파전(1,5,6,9,18) 간자채볶음(5) 들깨고사리나물(5,6) 배추김치(9) (653/21kcal)	잔국밥 유부탕은국(5) 삼치조림(5,6) 시금치나물(5,6) 양배추나물(5) 배추김치(9) (592/36kcal)	잔국밥 우렁된장국(5,6,18) 훈제오리구이 무엇국(5,6) 코다리조림(5,6) 숙주나물 김구이 배추김치(9) (586/55kcal)	잔국밥 잔국밥 수제빋국(5,6) 부추전(1,5,6) 어묵볶음(5,6) 고구마순무침 배추김치(9) (609/18kcal)	잔국밥 오이냉국(5,6) 돼지고기수육(9,10) 무생채 모듬쌈&쌈장(5,6) 배추김치(9) (454/25kcal)	오전간식 밤롱토마토(12)	오후간식 요플레(2)

구분	아침식단	점심식단	저녁식단	오전간식	오후간식	기음식이
월(08.17)	잔국밥 큰소고기국(5,6,16) 순두부찌(5) 참치김치볶음(5,9) 얼칸이나물(5,6) 배추김치(9) (545/28kcal)	잔국밥 곰나름국(5) 칼치구이(5,6) 새송이버섯볶음(5) 호박김치(9) 배추김치(9) (557/25kcal)	잔국밥 가자미조림(5,6) 미역국(5,6) 가자미조림(5,6) 비름나물(5,6) 감자샐러드(1,5) 배추김치(9) (544/28kcal)	블루베리	참은탄감(1) 요구르트(2)	원죽 참치채소죽 탄감죽(1)
화(08.18)	잔국밥 방아찜된장국(5,6) 애호박전(1,5,6) 우렁치조림(5,6) 참나물무침 배추김치(9) (530/23kcal)	잔국밥 미소장국(5,6) 탕복음탕(5,6,15) 도라지나물(5) 상추겉절이 배추김치(9) (585/27kcal)	잔국밥 아욱된장국(5,6) 삼치조림(5,6) 배추나물 숙갓두부무침(5) 김치전(1,5,6,9) (489/23kcal)	바나나	키위	원죽 오징어채소죽(17) 애호박죽
수(08.19)	잔국밥 감자양파국 간자양파국(5,6,10) 시금치나물(5,6) 건파래자반(5) 배추김치(9) (583/26kcal)	잔국밥 유부된장국(5,6) 적어구이(5,6) 애호박새우젓볶음(5,9) 취나물무침(5,6) 배추김치(9) (553/29kcal)	잔국밥 배추나물 근대나물 훈제오리구이 김치찌개(5,6,9) 배추김치(9) (455/24kcal)	잔국밥 다슬기맑은국(18) 동태전(1,5,6) 청경채나물 부추양파무침(5,6) 배추김치(9) (567/26kcal)	수박	원죽 혈죽 혈죽생선죽 블랙죽
목(08.20)	잔국밥 감자양파국 간자양파국(5,6,10) 시금치나물(5,6) 건파래자반(5) 배추김치(9) (583/26kcal)	잔국밥 미역국(5,6) 탕갈매이(1,5) 진미채조림(5,6,17) 가자나물(5,6) 배추김치(9) (495/25kcal)	잔국밥 김치찌개(5,6,9) 근대나물 무생채 배추김치(9) (455/24kcal)	잔국밥 다슬기맑은국(18) 동태전(1,5,6) 청경채나물 부추양파무침(5,6) 배추김치(9) (567/26kcal)	카스텔라(1,2,6) 우유(2)	원죽 탄감채소죽(1) 쇠고기죽(16)
금(08.21)	잔국밥 미역국(5,6) 탕갈매이(1,5) 진미채조림(5,6,17) 가자나물(5,6) 배추김치(9) (495/25kcal)	잔국밥 유부된장국(5,6) 적어구이(5,6) 애호박새우젓볶음(5,9) 취나물무침(5,6) 배추김치(9) (553/29kcal)	잔국밥 김치찌개(5,6,9) 근대나물 무생채 배추김치(9) (455/24kcal)	잔국밥 다슬기맑은국(18) 동태전(1,5,6) 청경채나물 부추양파무침(5,6) 배추김치(9) (567/26kcal)	요플레(2)	원죽 혈죽 혈죽생선죽 블랙죽
토(08.22)	잔국밥 아욱국(5,6) 두부구이(5,6) 잔멸치조림(5,6) 곰나물무침 배추김치(9) (548/32kcal)	잔국밥 김치찌개(5,6,9) 근대나물 무생채 배추김치(9) (455/24kcal)	잔국밥 다슬기맑은국(18) 동태전(1,5,6) 청경채나물 부추양파무침(5,6) 배추김치(9) (567/26kcal)	키위	편감자 보리차	원죽 혈죽 혈죽생선죽 블랙죽
일(08.23)	잔국밥 바지락된장국(5,6,18) 탄산채소볶음(5,6,15) 고춧잎나물(5,6) 참나물무침 배추김치(9) (512/33kcal)	잔국밥 탕갈매이(1,5) 진미채조림(5,6,17) 가자나물(5,6) 배추김치(9) (495/25kcal)	잔국밥 김치찌개(5,6,9) 근대나물 무생채 배추김치(9) (455/24kcal)	잔국밥 다슬기맑은국(18) 동태전(1,5,6) 청경채나물 부추양파무침(5,6) 배추김치(9) (567/26kcal)	두유(5)	원죽 탄죽(15) 용수수죽

본 문서를 무단으로 복사/변조/재배포를 금하고 개인정보 불법 유통시 법적으로 처벌 받을 수 있습니다.

2026-07-20 11:55:10 학경희 (사회복지사)

구분	아침식단	점심식단	저녁식단	오전간식	오후간식	기음식
----	------	------	------	------	------	-----

월(08.24)	잔곡밥 복엿국(5,6) 참치채소전(1,5,6) 포고버섯볶음(5,6) 비름나물(5,6) 배추김치(9) (501/27kcal)	잔곡밥 미역냉국(5,6) 돼지갈비찜(5,6) 시금치나물(5,6) 치커리생채(5,6) 배추김치(9) (639/31kcal)	잔곡밥 순두부찌개(1,5,9) 고등어구이(5,6,7) 단배추나물 무나물 배추김치(9) (553/31kcal)	밥용토마토(12)	약밥(5,6) 보리차	흰죽 참치채소죽 전복죽(18)
화(08.25)	잔곡밥 간새우아묵국(5,6,9) 탐갈편(1) 맛살피망볶음(1,5,6,8) 숙주나물 배추김치(9) (439/21kcal)	럼무비빔밥(5,6,16) 강된장찌개(5,6) 떡갈비구이(5,6,19,16) () 배추김치(9) (465/18kcal)	잔곡밥 유부맑은국(5,6) 오리불고기(5,6) 도라지나물(5) 모듬쌈&쌈장(5,6) 배추김치(9) (611/23kcal)	바나나	두유(5)	흰죽 땅콩죽(4) 탐갈채소죽(1)
수(08.26)	잔곡밥 아묵국(5,6) 부부조림(5,6) 감자채볶음(5) 취나물무침(5,6) 배추김치(9) (575/23kcal)	잔곡밥 콩나물국(5) 코다리조림(5,6) 가지나물(5,6) 호박완나물(5,6) 배추김치(9) (594/58kcal)	잔곡밥 만둣국(5,6,10) 부추전(1,5,6) 도토리묵무침(5,6) 배추나물 배추김치(9) (544/15kcal)	오렌지	두유(5)	흰죽 아묵채소죽 흑임자죽
목(08.27)	잔곡밥 우렁된장국(5,6,18) 소고기장조림(5,6,16) 청경채나물(5) 고구마순나물(5) 배추김치(9) (456/22kcal)	잔곡밥 김치국(5,6,9) 애호박전(1,5,6) 다들기를깨편(5,6,18) 참나물겉절이(5,6) 배추김치(9) (532/20kcal)	잔곡밥 오징어묵국(5,6,17) 조기구이(5,6) 우렁채조림(5,6) 얼갈이겉절이(5,6) 배추김치(9) (617/45kcal)	수박	두유(5)	흰죽 최고기채소죽(16) 애호박죽
금(08.28)	잔곡밥 미역국(5,6) 매추리멸장조림(1,5,6) 느타리버섯볶음(5,6) 갯잎순나물(5,6) 배추김치(9) (498/21kcal)	잔곡밥 꽃게된장국(5,6,8) 산치조림(5,6) 근대나물 숙주나물 배추김치(9) (524/40kcal)	잔곡밥 홍합살맑은국(18) 간장뽕탕(5,6,15) 시금치나물(5,6) 양배추부추무침 배추김치(9) (484/29kcal)	미숫가루(5)	를케이크(1,2,5,6) 두유(2)	흰죽 들깨죽 버섯채소죽
토(08.29)	잔곡밥 소고기묵국(16) 김치전(1,5,6,9) 새우살채소볶음(5,9) 진미채무침(5,6,17) 배추김치(9) (581/34kcal)	잔치국수(1,5,6) 잔국밥1/2 오이무침(5,6) 배추김치(9) (373/14kcal)	잔곡밥 감자양파국 칼치구이(5,6) 아욱나물(5,6) 브로콜리숙회&초장(5,6) 배추김치(9) (544/27kcal)	복숭아(11)	요플레(2)	흰죽 단호박죽 새우살채소죽
일(08.30)	잔곡밥 를깨버섯국(5,6,) 부부구이&양념장(5,6) 파리고추찜(5,6) 콩나물무침(5,6) 배추김치(9) (534/22kcal)	잔곡밥 바지락맑은국(18) 가자미조림(5,6) 럼무나물 상추겉절이 배추김치(9) (477/34kcal)	잔곡밥 콩가루배춧국(5,6) 육전(1,5,16) 고사리나물(5,6) 파채무침(5,6) 배추김치(9) (631/25kcal)	두유(5)	중편 보리차	흰죽 김가루채소죽 닭죽(15)

본 문서를 무단으로 복사/변조/재배포를 금하고 개인정보 불법 유통시 법적으로 처벌 받을 수 있습니다.

2026-07-20 11:55:10 하경희 (사회복지사)

구분	량(08.31)					
아침식단	잔국밥 복양국(5,6) 탕감죽(1,5) 잔몹치조림(5,6) 취나물무침(5,6) 배추김치(9) (571/32kcal)					
점심식단	잔국밥 호박알된장국(5,6) 훈제오리채소볶음(5,6 ,18) 비름나물(5,6) 단배추겉절이 배추김치(9) (509/26kcal)					
저녁식단	잔국밥 애호박새우젓국(5,9) 적어구이(5,6) 청경채나물 무생채 배추김치(9) (488/26kcal)					
오전간식	수박					
오후간식	편감자 모리자					
기음식이	원죽 쇠고기채소죽(16) 탕감죽(1)					

※ 위 식단표는 시식 및 식사재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.
 ※ 출처: 영양사 아린이 사회복지 금식관리 지원센터