

식단표

2026.08.02 ~ 2026.08.08

제민요양원

구분	일(08.02)	월(08.03)	화(08.04)	수(08.05)	목(08.06)	금(08.07)	토(08.08)
아침 식단	잡곡밥/김치 근대된장국 비엔나케찹볶음 표고버섯양파볶음 꼬시래기두부무침 표고버섯죽	잡곡밥/김치 참치김치찌개 닭갈비 연근조림 부추양파무침 옥수수죽	잡곡밥/김치 들깨무채국 가자미조림 불어묵볶음 마늘쫄장아찌 단호박죽	잡곡밥/김치 두부된장국 제육볶음 마늘쫄멸치볶음 푸실리샐러드 고구마죽	잡곡밥/김치 소고기미역국 동그랑땡야채볶음 도라지무생채 열무나물무침 브로콜리죽	잡곡밥/김치 얼갈이된장국 버섯불고기 어묵간장볶음 오이무침 완두콩죽	잡곡밥/김치 배추된장국 돈민짜가지볶음 도토리묵무침 무생채 고구마죽
점심 식단	잡곡밥/김치 맑은어묵국 돈육간장불고기 도토리묵무침 콩나물무침 완두콩죽	잡곡밥/김치 호박된장국 돈채그린빈스볶음 청포묵무침 오복지무침 검은깨죽	잡곡밥/김치 청경채된장국 돈민짜마파두부 열무나물무침 양대콩조림 고구마죽	잡곡밥/김치 버섯우동장국 닭살카레덮밥 부추겉절이 단무지채무침 표고버섯죽	잡곡밥/김치 배추된장국 돈육가지볶음 버섯야채볶음 실곤약야채무침 단호박죽	잡곡밥/김치 두부된장국 코다리무조림 콩나물무침 우무채무침 참치야채죽	잡곡밥/김치 감자양파국 미트볼케찹볶음 꼬시래기두부무침 마늘쫄장아찌 땅콩죽
저녁 식단	잡곡밥/김치 호박된장국 돈민짜완두콩조림 마늘쫄멸치볶음 미역초무침 브로콜리죽	잡곡밥/김치 사골우거지국 떡갈비아채볶음 새송이버섯조림 얼갈이나물 팔죽	잡곡밥/김치 맑은콩나물국 돈육두루치기 해초무침 양배추쌈*쌈장 땅콩죽	잡곡밥/김치 아욱된장국 토마토라따뚜이 감자채볶음 오이무침 계란죽	잡곡밥/김치 감자양파국 부추계란찜 미역줄기볶음 오복지무침 옥수수죽	잡곡밥/김치 맑은무채국 닭살야채볶음 올방개묵무침 양대콩조림 표고버섯죽	잡곡밥/김치 맑은미역국 들깨백불고기 우엉채땅콩조림 연두부*양념장 팔죽
오전 간식	율무차, 커피	율무차, 커피	율무차, 커피	율무차, 커피	율무차, 커피	율무차, 커피	율무차, 커피
오후 간식	마가렛트, 보리차	블루베리, 두유	마가렛트, 두유	복숭아, 요구르트	보리빵, 두유	팬케익, 사과주스	바나나, 요구르트

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

※ 원산지 표시 : ▪ 쌀(국내산) ▪ 두부(대두: 수입산, 중국산) ▪ 배추김치(배추, 고추가루: 중국산) ▪ 고추가루(중국산)

▪ 소고기(호주산) ▪ 돼지고기(전지, 후지, 등뼈, 돈사골, 잡뼈: 국내산, 삼겹살: 독일, 갈비: 미국산) ▪ 당면순대(돈부산물: 국내산)

▪ 닭고기(닭통마리, 가슴살: 국내산, 닭정육: 브라질산) ▪ 오리훈제(중국산)

▪ 고등어, 삼치(국내산, 노르웨이산) ▪ 동태살(러시아산) ▪ 코다리살(러시아산) ▪ 가자미살(수입산, 미국산)

▪ 참치통조림(다랑어: 베트남, 원양산)

▪ 미트볼(돼지: 국산) ▪ 어묵(연육: 수입산) ▪ 동그랑땡(돼지: 국산) ▪ 스모크햄(돼지: 국산, 닭: 국산) ▪ 만두, 물만두(돼지: 국산)

▪ 맛살(연육: 수입산)