

식단표

2026년 09월

용산데이케어센터

구분			화(09.01)	수(09.02)	목(09.03)	금(09.04)	토(09.05)
점심 식단			흑미밥 우묵콩국 보쌈 상추*쌈장 명태회무침 포기김치 (742kcal)	완두콩밥 시래기된장국 오징어볶음 미트볼치즈구이 치커리배무침 포기김치 (761kcal)	혼합잡곡밥 떡국 가자미무조림 감자베이컨볶음 가지나물 포기김치 (723kcal)	기장밥 부대찌개 치즈돈까스 콩나물잡채 콘샐러드 포기김치 (780kcal)	짜장면 백미밥 군만두 단무지 포기김치 (700kcal)
저녁 식단			백미밥 된장찌개 대구무조림 단호박찜 시금치나물 포기김치 (720kcal)	백미밥 홍합미역국 후라이드치킨 오이사과무침 연두부*양념장 포기김치 (739kcal)	백미밥 우부팽이된장국 돈장조림 부추전 얼갈이겉절이 포기김치 (721kcal)	백미밥 감자양파국 오리불고기 고구마순나물 미역레몬무침 포기김치 (717kcal)	
오후 간식			옥수수빵 100 kcal	제철과일 150 kcal	참치주먹밥 160 kcal	빵*음료 150 kcal	제철과일 150 kcal
구분	일(09.06)	월(09.07)	화(09.08)	수(09.09)	목(09.10)	금(09.11)	토(09.12)
점심 식단		강황밥 청국장 갈치무조림 함박*소스 토마토무침 포기김치 (761kcal)	강낭콩밥 조개살미역국 닭갈비 파리멸치조림 숙주나물 포기김치 (724kcal)	옥수수밥 어묵꼬치국 하이라이스 김치비빔국수 궁채무침 포기김치 (757kcal)	수수밥 순두부찌개 오리피망볶음 단호박전 열무된장나물 포기김치 (736kcal)	팔찰밥 얼갈이된장국 돈갈비찜 생선까스 양상추샐러드 포기김치 (744kcal)	
저녁 식단		백미밥 참치김치찌개 돈간장불고기 진미채무침 부추겉절이 포기김치 (722kcal)	백미밥 콩비지감자탕 계란말이 낙지초무침 참나물무침 포기김치 (735kcal)	백미밥 꽃게된장국 소고기버섯볶음 마파두부 미역줄기볶음 포기김치 (720kcal)	백미밥 냉이된장국 해물깻잎볶음 메추리알조림 오이지무침 포기김치 (719kcal)	백미밥 닭개장 코다리무조림 떡갈비 취나물무침 포기김치 (730kcal)	
오후 간식		제철과일 150 kcal	고구마 130 kcal	빵*음료 150 kcal	포도 107 kcal	생선잔치 100 kcal	
구분	일(09.13)	월(09.14)	화(09.15)	수(09.16)	목(09.17)	금(09.18)	토(09.19)
점심 식단		차조밥 장어탕 계란찜 오징어참나물무 침 비엔나푸질리볶 음 포기김치 (752kcal)	홍국쌀밥 건새우아욱국 소고기깻잎볶음 모듬묵무침 콩나물파채무침 포기김치 (722kcal)	보리밥 들깨옹심이 임연수카레구이 두부조림 상추부추겉절이 포기김치 (770kcal)	녹두밥 황태국 제육볶음 어묵채마늘쫄조 림 양배추쌈*쌈장 포기김치 (725kcal)	혼합잡곡밥 맑은소고기국 푸팟퐁커리 팟타이 태국식샐러드 포기김치 (727kcal)	짜장면 백미밥 군만두 단무지 포기김치 (700kcal)
저녁 식단		백미밥 배추된장국 동파육 도라지오이무침 고구마샐러드 포기김치 (747kcal)	백미밥 사골곰탕*소면 쭈꾸미볶음 표고들깨볶음 건파래볶음 포기김치 (730kcal)	백미밥 동태찌개 동그랑땡전 가지나물 더덕무침 포기김치 (726kcal)	백미밥 연포탕 찜닭 느타리버섯볶음 깻잎지무침 포기김치 (721kcal)	백미밥 시금치된장국 산채비빔밥 도토리묵*양념장 호박전 포기김치 (734kcal)	
오후 간식		제철과일 150 kcal	카나페 150 kcal	옥수수 100 kcal	닭가슴살샐러드 107 kcal	고구마*오미자차 160 kcal	빵*음료 150 kcal

구분	일(09.20)	월(09.21)	화(09.22)	수(09.23)	목(09.24)	금(09.25)	토(09.26)
점심 식단		현미밥 냉이된장국 오리부추볶음 로제떡볶이 미역오이무침 포기김치 (749kcal)	흑미밥 김치수제비 표고탕수육 감자조림 유러피안샐러드 포기김치/키위 (761kcal)	기장밥 토란탕 버섯잡채 녹두전/배 낙지초무침 포기김치 (773kcal)			
저녁 식단		백미밥 만두국 가자미조림 스크램블에그 미나리숙주나물 포기김치 (734kcal)	백미밥 홍합무국 소고기팽이볶음 새송이볶음 오징어젓무침 포기김치 (725kcal)	백미밥 청국장 닭고구마조림 연근들깨무침 열무된장나물 포기김치 (716kcal)			
오후 간식		제철과일 150 kcal	카나페 150 kcal	옥수수 100 kcal			
구분	일(09.27)	월(09.28)	화(09.29)	수(09.30)			
점심 식단		귀리밥 들깨미역국 해물야채볶음 두부구이*양념장 미나리무생채 포기김치 (723kcal)	검정콩밥 육개장 코다리무조림 시래기된장나물 단호박샐러드 포기김치 (746kcal)	렌틸콩밥 우거지해장국 훈제닭다리 골뱅이파채무침 호박새우젓볶음 포기김치 (758kcal)			
저녁 식단		백미밥 버섯된장국 돈육김치볶음 우엉무침 콩나물무침 포기김치 (715kcal)	백미밥 우동국 짜장 계란후라이/김 단무지무침 포기김치 (721kcal)	백미밥 콩비지찌개 조기구이 감자조림 배추된장나물 포기김치 (724kcal)			
오후 간식		제철과일 150 kcal	고구마 130 kcal	제철과일 150 kcal			

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

용산데이케어센터 9월 송영시간표

1. 평일

A코스	스타리아 75가 0808	송영차량 연락처	010-8476-7787
-----	---------------	----------	---------------

성명	탑승장소	송영시간			비고
		오전	오후	야간	
남○○	한남동	08:40	16:50		
김○○	용산2가동	08:50		19:30	
유○○	이태원동	08:55		19:35	
전○○	이태원동	09:00		19:40	
김○○	이태원동	09:10		19:25	
최○○	보광동	09:12	17:12		
정○○	보광동	09:14	17:14		
최○○	보광동	09:17	17:16		
최○○	동빙고동	09:25		19:55	
권○○	한남동			19:15	

B코스	스타렉스 70저 9984	송영차량 연락처	010-6645-7786
-----	---------------	----------	---------------

성명	탑승장소	송영시간			비고
		오전	오후	야간(0808)	
김○○	이촌동	08:42		19:58	
김○○	이촌동	08:47	08:47		
이○○	이촌동	08:47	08:47		
김○○	이촌동	08:47	08:47		
김○○	이촌동	08:52	16:52		
윤○○	이촌동	08:55	16:55		
이○○	이촌동	08:55	16:55		
박○○	이촌동	08:58	16:58		
이○○	이촌동	09:08	17:08		

2. 주말

주말	스타렉스 70저 9984	송영차량 연락처	010-6645-7786	
성명	탑승장소	송영시간		비고
		오전	오후	
김○○	용산2가동	08:50	16:50	
유○○	이태원동	08:53	16:53	
전○○	이태원동	08:58	16:58	
김○○	보광동	09:03	17:03	
김○○	이촌동	09:08	17:08	
이○○	이촌동	09:13	17:13	
최○○	서빙고동	09:18	17:18	
정○○	보광동	09:23	17:23	
최○○	보광동	09:26	17:26	