

식단표

2026년 10월

용산데이케어센터

구분					목(10.01)	금(10.02)	토(10.03)
점심 식단					잡곡밥 돼지고기애호박 고추장찌개 간장불고기 시금치아몬드무 침 연근흑임자샐러 드 포기김치 (745kcal)	곤드레밥*양념장 계절된장국 한방소사태떡찜 궁중청포묵무침 포기김치 디저트 (745kcal)	
저녁 식단					백미밥 소고기뭇국 임연수구이 감자채볶음 무말랭이무침 포기김치 (700kcal)	백미밥 어묵탕 느타리제육볶음 팽이버섯전 양배추쌈*쌈장 포기김치 (780kcal)	
오후 간식					제철과일 150 kcal	제철과일 150 kcal	
구분	일(10.04)	월(10.05)	화(10.06)	수(10.07)	목(10.08)	금(10.09)	토(10.10)
점심 식단			잡곡밥 순두부찌개 떡갈비스틱채소 조림 애호박맛살볶음 만다린샐러드 포기김치 (745kcal)	잡곡밥 사골배추국 코다리강정 고구마순볶음 시즌샐러드 포기김치 (745kcal)	잡곡밥 오징어뭇국 제육두루치기*운 두부 감자조림 시즌샐러드 포기김치 (750kcal)		
저녁 식단			백미밥 해물된장국 삼겹살구이 콩나물무침 모듬쌈*쌈장 포기김치 (695kcal)	백미밥 김치수제비국 소불고기 계란찜 미역줄기볶음 포기김치 (730kcal)	백미밥 옥수수스프 치킨까스 깻잎무침 근대나물무침 포기김치 (740kcal)		
오후 간식			제철과일 150 kcal	뉴케어 120 kcal	제철과일 150 kcal		

구분	일(10.11)	월(10.12)	화(10.13)	수(10.14)	목(10.15)	금(10.16)	토(10.17)
점심 식단		팔진덮밥 계란파국 유린기 중국식오이무침 포기김치 디저트 (785kcal)	잡곡밥 콩나물해장국 누룽지매콤찜닭 파리삼진어묵볶음 단감샐러드 포기김치 (750kcal)	포크볼토마토파스타 크림스프 먹물치아바타 카프레제샐러드 모듬피클 포기김치 (770kcal)	잡곡밥 시래기된장국 간장돼지불고기 메밀전병 브로콜리두부무침 포기김치 (760kcal)	잡곡밥 팽이장국 옛날카레소스 등심돈까스 양배추샐러드 포기김치 (770kcal)	
저녁 식단		백미밥 배추들깨국 황태양념구이 모듬버섯볶음 마카로니샐러드 포기김치 (705kcal)	백미밥 청국장 연어구이 도라지오이초무침 숙주맛살무침 포기김치 (695kcal)	백미밥 도가니탕 동그랑땡 애호박볶음 모듬채소겉절이 포기김치 (785kcal)	백미밥 동태찌개 훈제오리부추볶음 모듬묵무침 모듬쌈*쌈장 포기김치 (710kcal)	백미밥 계절된장국 소고기우영볶음 닭가슴살크랜베리무침 시래기멸치지짐 포기김치 (695kcal)	
오후 간식		제철과일 150 kcal	김치부침개 200 kcal	뉴케어 120 kcal	샌드위치 150 kcal	샌드위치*음료 150 kcal	
구분	일(10.18)	월(10.19)	화(10.20)	수(10.21)	목(10.22)	금(10.23)	토(10.24)
점심 식단		해물빠에야 마늘계란국 스페인치킨스프 또르띠야에스파 놀라 스페인식샐러드 포기김치 (790kcal)	잡곡밥 콩비지찌개 돼지고기생강장 구이 무말랭이진미채 무침 들깨무나물볶음 포기김치 (740kcal)	단호박죽 잡곡밥(희망자) 소고기장조림 김자반 백김치 동치미/디저트 (780kcal)	잡곡밥 계절된장국 오징어볶음&소면 올방개묵무침 고사리나물 포기김치 (725kcal)	뿌리채소영양밥* 양념장 모듬버섯전골 두부탕수 메밀면무침 시즌샐러드 포기김치/과일 (785kcal)	
저녁 식단		백미밥 계절된장국 돼지고기수육 쌈무 세발나물무침 포기김치 (695kcal)	백미밥 콩나물국 닭강정 오이볶음 코울슬로 포기김치 (750kcal)	백미밥 소고기미역국 아귀찜 모듬버섯볶음 감자샐러드 포기김치 (745kcal)	백미밥 갈비탕 닭다리살데리야 끼구이 무생채 파래무침 포기김치 (760kcal)	백미밥 홍합묵국 참스테이크 배추전 마늘쫄무침 포기김치 (775kcal)	
오후 간식		제철과일 150 kcal	국화전*국화차 200 kcal	뉴케어 120 kcal	피자 220 kcal	제철과일 150 kcal	
구분	일(10.25)	월(10.26)	화(10.27)	수(10.28)	목(10.29)	금(10.30)	토(10.31)
점심 식단		잡곡밥 맑은콩나물국 라조장닭볶음탕 새송이버섯볶음 감자오이샐러드 포기김치 (745kcal)	잡곡밥 소고기미역국 볼락레몬구이 새우해파리냉채 가지나물무침 포기김치 (715kcal)	잡곡밥 등갈비김치찌개 연두부낫또 콩나물무침 취나물유자겉절이 포기김치 (720kcal)	잡곡밥 논우렁들깨탕 바삭소불고기 파리고추양념찜 모듬콩조림 포기김치 (745kcal)	툇밥*부추양념장 소고기묵국 오리주물럭 계란말이 김구이 포기김치 (735kcal)	
저녁 식단		백미밥 계절된장국 우삼겹숙주볶음 호박고지나물 쪽파무침 포기김치 (685kcal)	백미밥 대파육개장 함박스테이크 매추리알조림 시금치나물무침 포기김치 (790kcal)	백미밥 아욱된장국 닭조림 알감자버터구이 계란찜 포기김치 (775kcal)	백미밥 애호박새우젓국 새우완자조림 볶음김치*온두부 취나물볶음 포기김치 (680kcal)	백미밥 계절된장국 돼지갈비찜 연근조림 깻잎순나물 포기김치 (720kcal)	
오후 간식		제철과일 150 kcal	치킨 150 kcal	제철과일 110 kcal	요거트 100 kcal	뉴케어 120 kcal	

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

용산데이케어센터 10월 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	