

식단표

2026년 05월

사상구노인복지관부설다누림노인주간보호센터

구분	일(05.03)	월(05.04)	화(05.05)	수(05.06)	목(05.07)	금(05.08)	토(05.09)
점심 식단		잡곡밥 오징어콩나물무국 대파제육볶음 양배추찜 부추전 김치 (730kcal)	어린이 날	잡곡밥 소고기우거지국 닭볶음탕 잔멸치견과류볶음 참나물무침 김치 (715kcal)	잡곡밥 도가니탕 너비아니구이 부추무침 김치 (780kcal)	연잎영양밥 장어구기 미소된장국 해파리냉채 김치 (780kcal)	
오전 간식		율무차		대추차	율무차	쌍화차	
오후 간식		삶은계란, 주스		연양갱, 두유	영양죽	떡, 요구르트	
구분	일(05.10)	월(05.11)	화(05.12)	수(05.13)	목(05.14)	금(05.15)	토(05.16)
점심 식단		잡곡밥 돈육김치찌개 적어조림 계란말이 취나물무침 김치 (720kcal)	쌀밥 카레 치킨까스 유채나물무침 과일샐러드 김치 (720kcal)	잡곡밥 들깨무국 돈육콩나물불고기 오징어초무침 호박잎쌈 김치 (710kcal)	잡곡밥 콩나물국 마파두부 고구마튀김 방풍나물무침 김치 (705kcal)	잡곡밥 시락국 오리불고기 청경채찜 청포묵무침 김치 (730kcal)	
오전 간식		율무차	생강차	대추차	율무차	쌍화차	
오후 간식		카스테라, 주스	꿀약과, 두유	소고기 스프	찰보리 빵, 주스	크리스피롤, 두유	
구분	일(05.17)	월(05.18)	화(05.19)	수(05.20)	목(05.21)	금(05.22)	토(05.23)
점심 식단		잡곡밥 된장국 돈불고기 건새우마늘쫀득음 오이무침 김치 (710kcal)	잡곡밥 미역국 돼지갈비찜 동태젓 얼갈이 나물무침 김치 (750kcal)	나물비빔밥 된장국 계란후라이 꽃고추, 쌈장 김치 (740kcal)	잡곡밥 미역국 소불고기 잡채 콩나물무침 김치 (720kcal)	잡곡밥 육개장 임연수어구이 감자채볶음 치커리무침 김치 (720kcal)	
오전 간식		율무차	생강차	대추차	율무차	쌍화차	
오후 간식		밤만쥬, 두유	카스테라, 우유	샌드위치, 주스	영양죽	찜만두	
구분	일(05.24)	월(05.25)	화(05.26)	수(05.27)	목(05.28)	금(05.29)	토(05.30)
점심 식단		부처님 오신 날 대체휴무일	짜장면 단무지 요구르트 (750kcal)	잡곡밥 새싹삼장각탕 오징어초무침 아식이된장무침 김치 (730kcal)	잡곡밥 순두부계란국 시래기고등어조림 계란말이 다시마, 양배추쌈 김치 (740kcal)	잔치국수 연양불고기 양파고추장아찌 김치 (710kcal)	
오전 간식			생강차	대추차	율무차	쌍화차	
오후 간식			시리얼, 두유	양송이스프	요거트	콘프로스트, 두유	

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