

2026년 9월 4찬식단표						영양사	
						서은아	
		9월1일(화)	9월2일(수)	9월3일(목)	9월4일(금)	9월5일(토)	
점심		잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	
		유채된장국	닭곰탕	복어계란국	얼갈이된장국	맑은순두부탕	
		오삼불고기	해물까스/타르소스	오리훈제볶음	수육/쌈장	닭감자조림	
심		메란새송이장조림 참나물유자청무침 배추김치	호박젓국나물 얼갈이겉절이 배추김치	애느타리버섯볶음 마늘쫄고추장볶음 배추김치	잡채 열무겉절이 배추김치	새송이굴소스볶음 콩나물무침 배추김치	
	죽	순두부죽	새우죽	소고기죽	흑임자죽	옥수수죽	
	저녁		쌀밥	쌀밥	쌀밥	쌀밥	쌀밥
		소고기두부국	청국장	시래기된장국	굴미역국	시금치된장국	
		떡갈비마늘간장조림	삼치무조림	단호박카레	탕수육/소스	우렁살야채초무침	
녁		사각어묵볶음 고사리나물 배추김치	실곤약야채무침 건취나물 배추김치	두부조림 브로콜리흑임자무침 배추김치	병아리콩무화과조림 숙주나물 배추김치	미역줄기맛살볶음 무생채 배추김치	
		9월7일(월)	9월8일(화)	9월9일(수)	9월10일(목)	9월11일(금)	9월12일(토)
	점심		잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
		맑은순두부탕	육개장	건새우미역국	복어계란국	아욱된장국	버섯들깨탕
		오삼불고기	순살돈까스*소스	안동찜닭	버섯불고기	제육볶음	고추잡채
심		새우살호박볶음 열무겉절이 배추김치	오이도라지초무침 콩나물무침 배추김치	가지매콤무침 해물동그랑땡전 배추김치	잡채 얼갈이겉절이 배추김치	오징어야채초무침 고사리나물 배추김치	새송이버섯볶음 참나물유자청무침 배추김치
	죽	닭영양죽	순두부죽	새우죽	소고기죽	흑임자죽	옥수수죽
	저녁		쌀밥	쌀밥	쌀밥	쌀밥	쌀밥
		청국장	시래기된장국	미소된장국	시래기된장국	낙지연포탕	배추된장국
		코다리무조림	순대야채볶음	짜장소스	가자미양념구이	돈사태단호박조림	후랑크야채볶음
녁		오이양파무침 건아주까리나물 배추김치	새송이부추초무침 들깨무나물 배추김치	맛살계란찜 열무나물 배추김치	브로콜리흑임자무침 표고들깨볶음 배추김치	천사채샐러드 숙주나물 배추김치	감자채피망볶음 시금치나물 배추김치
		9월14일(월)	9월15일(화)	9월16일(수)	9월17일(목)	9월18일(금)	9월19일(토)
	점심		잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
		맑은순두부탕	육개장	건새우미역국	복어계란국	유부장국	모듬어묵탕
		오리훈제볶음	탕수육*스위트칠리소스	오삼불고기	닭감자조림	마파두부	제육김치볶음
심		오이미역초무침 감자채피망볶음 배추김치	애느타리버섯볶음 얼갈이겉절이 배추김치	잡채 오이부추무침 배추김치	표고버섯볶음 열무겉절이 배추김치	오이맛살겨자채무침 콩나물무침 배추김치	천사채샐러드 열무나물 백김치
	죽	닭영양죽	순두부죽	새우죽	소고기죽	흑임자죽	옥수수죽
	저녁		쌀밥	쌀밥	쌀밥	쌀밥	쌀밥
		시금치된장국	호박된장찌개	경상도식소고기무국	열무된장국	굴미역국	근대된장국
		공치김치조림	우렁살야채초무침	떡갈비마늘간장조림	순살아귀찜	코다리무조림	순대야채볶음
녁		무나물 새송이파프리카볶음 배추김치	미역줄기맛살볶음 숙주나물 배추김치	호박젓국나물 짜사이채무침 배추김치	해물부추전 참나물생채 배추김치	브로콜리맛살볶음 숙갓나물 배추김치	단호박꿀찜 꼬시래기무무침 배추김치

	9월21일(월)	9월22일(화)	9월23일(수)	9월24일(목)	9월25일(금)	9월26일(토)
점심	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	짬뽕국	맑은순두부탕	순살감자탕	콩나물국	소고기두부국	맑은순두부탕
	제육볶음	생선까스*타르소스	고추잡채	춘천닭갈비	돈갈비찜/밤만쥬	순살아귀찜
	표고버섯볶음	가지매콤무침	오징어야채초무침	오이부추무침	잡채	새송이굴소스볶음
	얼갈이겉절이	숙주나물	열무겉절이	양배추샐러드*흑임자D	고사리나물	열무나물
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
죽	닭영양죽	순두부죽	새우죽	소고기죽	흑임자죽	옥수수죽
저녁	쌀밥	쌀밥	쌀밥	쌀밥	쌀밥	쌀밥
	건새우미역국	시금치된장국	배추된장국	버섯들깨탕	호박감자된장국	유채된장국
	미트볼바베큐조림	하이라이스	파인애플산적조림	콩치김치조림	코다리무조림	대패삼겹두부조림
	호박젓국나물	해물동그랑땡전	청포묵흑임자무침	야채계란찜	두부양념구이	실곤약야채무침
	툇새콤무침	새송이야채초무침	브로콜리맛살볶음	시금치나물	콩나물무침	알감자조림
	배추김치	배추김치	배추김치	백김치	배추김치	배추김치
	9월28일(월)	9월29일(화)	9월30일(수)			
점심	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥			
	근대된장국	순두부찌개	모듬어묵탕			
	안동찜닭	순살돈까스*소스	제육볶음			
	오이도라지초무침	호박젓국나물	애느타리버섯볶음			
	새송이굴소스볶음	감자매콤조림	얼갈이겉절이			
	배추김치	배추김치	배추김치			
죽	닭영양죽	순두부죽	새우죽			
저녁	쌀밥	쌀밥	쌀밥			
	경상도식소고기무국	열무된장국	시래기된장국			
	삼치무조림	마파두부	떡갈비마늘간장조림			
	야채계란찜	미나리무생채	천사채샐러드			
	열무나물	청포묵부추무침	콩나물무침			
	배추김치	배추김치	배추김치			
원산지	<p>쌀-국내산, 순대.-국내산,김치-중국산, 닭고기-국내산(정육:브라질산), 우볼살(국거리),우민찌-호주산,우삼겹-미국산,돈후지(찌개,민찌,감자탕용,수육,볶음용)-국내산,돈갈비-칠레산,고등어-국내산,미꾸라지,굴-국산(바지락살 아귀)-중국산, 돈등뼈/떡갈비-국내산, 오리훈재-중국산,햄-돈육:외국산&국산, 계육:국내산,쥐어채 명엽채.베이컨, 주꾸미,낙지-베트남산,오리훈제-중국/(돈가스,함박,치킨가스,동그랑땡,미트볼,탕수육,너비아니)-계육&돈육:국내산, 두부(콩)-수입산, 동태,코다리-러시아산, 오징어(초핑)-페루산,가자미- 외국산, 명태곤이,동태알-러시아산, (오징어젓갈,토하젓,꿀뚜기젓)-중국산, 고추가루-중국산, 쌀가루-외국산(단팔죽&단호박죽사용), 장어-중국산,건새우-중국산</p> <p>(노인평균영양권장량 1800-2000kcal,단백질55~80g)</p>					
<p>** 위 메뉴는 식재료의 수급 상태 및 영양실 사정에 따라 달라질 수 있습니다. **</p> <p>(유) HH푸드</p>						