

식단표

2026.10.01 ~ 2026.10.10 [2026년 10월]

수원참인지재활주간보호센터

구분				목(10.01)	금(10.02)	토(10.03)
점심 식단				잡곡밥 호박새우젓국 제육볶음 열무나물 느타리맛살볶음 배추김치	잡곡밥 잔치국수 떡갈비채소볶음 고구마샐러드 단무지무침 배추김치	잡곡밥 팽이미소국 돈까스.소스 부추겉절이 콘샐러드 배추김치
저녁 식단				잡곡밥 무채들깨국 방어간장조림 오이지무침 부추전 배추김치	잡곡밥 우거지된장국 순대채소볶음 감자조림 무짬자채무침 배추김치	잡곡밥 김치국 닭살채소볶음 치커리무침 곤약조림 배추김치
오전 간식				차	차	차
오후 간식				씨리얼/우유	고구마/차	쌀강정/마시는요거 트
구분	월(10.05)	화(10.06)	수(10.07)	목(10.08)	금(10.09)	토(10.10)
점심 식단	잡곡밥 콩나물국 코다리무조림 김치전 시래기나물 배추김치	비빔밥 두부된장국 달걀후라이 콩나물무침 무생채/상추무침 배추김치	잡곡밥 김치국 메추리알장조림 느타리버섯볶음 치커리생채 배추김치	잡곡밥 순두부찌개 제육볶음 오이지무침 숙주나물 배추김치	잡곡밥 청국장찌개 동그랑땡전 미역줄기볶음 마늘쫄지무침 배추김치	잡곡밥 홍합무국 짜장소스 단무지무침 호박나물 배추김치
저녁 식단	잡곡밥 된장찌개 돈채피망볶음 호박나물 숙주나물 배추김치	잡곡밥 어묵국 방어간장조림 도라지나물 마늘쫄볶음 배추김치	잡곡밥 고추장찌개 닭살채소볶음 옥수수전 열무나물 배추김치	잡곡밥 호박새우젓국 고등어구이 감자채볶음 청포묵/양념장 배추김치	잡곡밥 달걀파국 캔고등어조림 시금치나물 양배추샐러드 배추김치	잡곡밥 미역국 떡갈비볶음 부추장떡 청경채나물 배추김치
오전 간식	차	차	차	차	차	차
오후 간식	모닝빵/우유	찐감자/차	바나나	찐빵/차	초코파이/우유	쌀강정/마시는요거 트

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

※ *수급자 및 종사자 고용식단표입니다.

*위식단표는 시설상황(어르신들과 직원들 욕구,선호도 등)및 식자재 수급 사정에 따라 예고없이 변경, 추가 될 수 있습니다.