

식단표

2026년 08월

삼성재활주간보호센터

구분						토(08.01)
점심 식단						쌀밥 청국장찌개 순살안동찜닭 감자채볶음 파프리카참소스무침 배추김치 (752kcal)
저녁 식단						쌀밥 곤이알탕 돈육두부두루치기 후랑크야채볶음 쌈다시마*초장 배추김치 (653kcal)
오후 간식						삶은계란
구분	월(08.03)	화(08.04)	수(08.05)	목(08.06)	금(08.07)	토(08.08)
점심 식단	쌀밥 콩나물국 고등어시래기조림 두부스틱피망볶음 간장양파절임 배추김치 (745kcal)	쌀밥 어묵국 카레라이스 건두부팟타이볶음 후르츠샐러드 깍두기 (758kcal)	잡곡밥 얼갈이국 치즈함박스테이크 토마토곤약면파스타 수제모듬피클 배추김치 (744kcal)	쌀밥 버섯들깨국 간장돈불고기 새우살호박찜 돌나물무침 배추김치 (743kcal)	잡곡밥 우무콩국 순살바베큐찜닭 치즈맛감자튀김 청경채생채 배추김치 (773kcal)	쌀밥 냉이된장국 돈사태김치찜 건새우그린빈볶음 꼬시래기무침 백나박김치 (754kcal)
저녁 식단	잡곡밥 수제비미역국 맛살계란찜 매콤명엽채조림 도토리묵무침 배추김치 (657kcal)	취나물밥 바지락된장국 매콤순대볶음 옥수수맛탕 채소액젓무침 배추김치 (648kcal)	잡곡밥 사골무국 순살아귀찜 유자우영조림 버섯참소스무침 배추김치 (639kcal)	쌀밥 우삼겹고추장찌개 햄스크램블 아주까리나물 미역야채무침 배추김치 (653kcal)	잡곡밥 김치국 가자미양념조림 새송이버터조림 무채초절이 열무김치 (641kcal)	쌀밥 감자양파국 마파두부조림 김말이튀김*초간장 땅콩오이무침 배추김치 (654kcal)
오후 간식	밤만주	버터롤&잼	마가레트	꿀호떡	카스타드	삶은계란
구분	월(08.10)	화(08.11)	수(08.12)	목(08.13)	금(08.14)	토(08.15)
점심 식단	쌀밥 콩나물냉국 오삼불고기 통들깨호박볶음 도토리묵무침 배추김치 (747kcal)	쌀밥 비지찌개 삼치조림 감자조림 치커리무침 배추김치 (753kcal)	(생신상)잡곡밥 들깨미역국 한방돈갈비찜 오색잡채 도라지무침 배추김치 (773kcal)	쌀밥 나가사키짬뽕국 짜장덮밥 표고탕수강정 부추액젓무침 깍두기 (774kcal)	(말복) 잡곡밥 순살오리들깨탕 백순대야채볶음 치즈감자오븐구이 블루베리돔나물무침 배추김치 (779kcal)	쌀밥 맛살계란국 김치돈불고기 온두부*양념장 아삭이고추무침 열무김치 (751kcal)
저녁 식단	잡곡밥 참치김치찌개 너비아니구이 소고기탕평채 마카로니샐러드 백김치 (661kcal)	쌀밥 모듬어묵탕 고추잡채볶음 춘권튀김*칠리소스 참나물사과무침 배추김치 (656kcal)	잡곡밥 바지락냉이국 생선까스*허니머스 타드 다래순지짐 로메인샐러드 열무김치 (659kcal)	쌀밥 근대된장국 순살찜닭 취나물지짐 유부겨자냉채 배추김치 (637kcal)	잡곡밥 맑은콩나물국 고등어조림 무화과우영조림 열무실곤약비빔면 백나박김치 (643kcal)	쌀밥 한식된장찌개 고기산적데리조림 중화풍버섯볶음 무짬지무침 배추김치 (662kcal)
오후 간식	마가레트	버터롤&잼	증편	밤만주	꿀호떡	카스타드

구분	월(08.17)	화(08.18)	수(08.19)	목(08.20)	금(08.21)	토(08.22)
점심 식단	쌀밥 중화계란탕 마파가지덮밥 미트볼난자완스 짜사이양파무침 배추김치 (767kcal)	쌀밥 한방닭곰탕 춘장메알조림 매콤비빔당면 망고치즈샐러드 배추김치 (759kcal)	쌀밥 맑은버섯국 미나리닭갈비 궁채들깨지짐 천사채마요무침 배추김치 (761kcal)	쌀밥 매실미역냉국 돈육두루치기 고구마맛탕 도토리묵무침 볶음김치 (760kcal)	쌀밥 참치추어탕 돈민찌두부조림 에그누들볶음면 부추액젓무침 열무김치 / 요구르트 (758kcal)	쌀밥 비지찌개 코다리강정 알마늘감자조림 수제절임지 백김치 (765kcal)
저녁 식단	잡곡밥 감자배추국 대구양념찜 비엔나볶음 오이파프리카무침 배추김치 (636kcal)	곤드레나물밥 민물새우매운탕 별완자폭찜조림 단호박단팥범벅 치커리무침 배추김치 (647kcal)	잡곡밥 토란탕국 오징어까스*타르타 르 돈육무조림 토마토황도무침 배추김치 (643kcal)	쌀밥 무채된장국 치즈프리타타 땅콩우영조림 편육냉채 배추김치 (644kcal)	잡곡밥 유부쪽파국 류산슬덮밥 중화배추찜 도라지유자무침 배추김치 (639kcal)	쌀밥 콩가루근대국 훈제오리야채찜 매콤어묵볶음 가지초절이 배추김치 (642kcal)
오후 간식	삶은계란	버터롤&잼	마가레트	카스타드	밤만주	꿀호떡
구분	월(08.24)	화(08.25)	수(08.26)	목(08.27)	금(08.28)	토(08.29)
점심 식단	쌀밥 얼큰수제비국 알마늘완자피망조림 다래순지짐 야채참소스무침 배추김치 (762kcal)	쌀밥 우무콩국 고추장돈불고기 궁채들깨지짐 모듬겉절이 배추김치 (751kcal)	(생신상)쌀밥 들기름미역국 한방돈갈비찜 한식잡채 명태회야채무침 배추김치 (769kcal)	쌀밥 물만둣국 비프하이라이스 건새우그린빈볶음 유부맛살냉채 배추김치 (764kcal)	쌀밥 호박된장국 바베큐찜닭 연근겉은깨강정 들기름메밀면 배추김치 (763kcal)	쌀밥 콩나물국 고등어양념조림 통들깨무나물 묵야채무침 배추김치 (757kcal)
저녁 식단	잡곡밥 바지락탕국 묵은지닭조림 호박나물 오복채무침 열무김치 (633kcal)	쌀밥 감자양파국 동태양념조림 중화배추찜 오이된장무침 배추김치 (635kcal)	잡곡밥 순두부찌개 백순대깻잎볶음 죽순양파볶음 목이버섯냉채 배추김치 (634kcal)	쌀밥 김치국 오징어당면볶음 치킨너겟*소스 로메인무침 백김치 (641kcal)	잡곡밥 버섯샤브국 참치두부조림 고구마순지짐 마늘쫄알마늘지 배추김치 (628kcal)	쌀밥 시금치국 맛살스크램블에그 비엔나피망조림 미역야채무침 배추김치 (637kcal)
오후 간식	마가레트	버터롤&잼	증편	밤만주	카스타드	약과
구분	월(08.31)					
점심 식단	쌀밥 얼큰어묵탕 카레라이스 햄마늘쫄볶음 상추겉절이 깍두기 (739kcal)					
저녁 식단	잡곡밥 버섯찌개 코다리조림 미나리탕평채무침 비트무초절이 열무김치 (654kcal)					
오후 간식	꿀호떡					

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