

식단표

2026년 09월

행복한어르신주간보호센터

월요일		화요일		수요일		목요일		금요일		토요일									
		1		2		3		4		5									
		점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁								
		기장밥 바지락미역국 간장불고기 동그랑땡야채볶음 무생채 배추김치	기장밥 오징어찌개 어묵계란전 연근브로콜리흑임자 무침 오이양파장아찌 배추김치	기장밥 백짬뽕국 짜장소스 만두튀김*탕수육s 단무지무침 배추김치	기장밥 국멸치김치국 미니돈가스강정 병아리콩사과잼조림 양념깻잎지 배추김치	기장밥 감자탕 도토리묵무침 미역줄기볶음 수제장아찌 배추김치	기장밥 부대찌개 돈채우조림 콩나물무침 얼갈이겉절이 배추김치	기장밥 얼큰순두부찌개 돈육두루치기 연근조림 숙주나물 배추김치	기장밥 샤브샤브국 새우살계란찜 새송이볶음 오복지무침 배추김치	기장밥 모듬어묵탕 고등어무조림 연두부*양념장 양념콩나물무침 배추김치	기장밥 계란국 토마토미트볼 단호박맛살조림 간장고추치 배추김치								
		간식		간식		간식		간식		간식									
		새우살죽		개절과일		소고기죽		다과		낙지김치죽		유산균음료		계란야채죽		개절과일		한방닭죽	
7		8		9		10		11		12									
점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁								
기장밥 순두부백탕 숯불향불고기 사각어묵볶음 무생채 배추김치	기장밥 홍합탕 닭볶음탕 청포묵김가루무침 청경채나물 배추김치	기장밥 장터소고기국 마파두부 백목이버섯냉채 미역초무침 배추김치	기장밥 김치어묵탕 미트볼조림 도토리가루부추전 오이양파무침 배추김치	기장밥 두부김치찌개 안동찜닭 건새우마늘종볶음 치커리겉절이 배추김치	기장밥 기장밥 생선까스 단호박범벅 무짜지채무침 배추김치	기장밥 팽이계란국 돈육김치볶음 새송이야채볶음 얼갈이나물 배추김치	기장밥 고사리해장국 함박파인애플조림 아몬드멸치볶음 고춧잎무침 배추김치	기장밥 청국장찌개 모듬장조림 그린샐러드*달기요 거트D 콩나물무침 배추김치	기장밥 콩나물국 돈육피망볶음 도토리묵무침 오복지무침 배추김치	기장밥 비지찌개 지코바치킨볶음 새우젓호박볶음 부추양파무침 배추김치	기장밥 기장밥 얼갈이된장국 삼색계란찜 연근조림 꼬들빼기무침 배추김치								
간식		간식		간식		간식		간식		간식									
낙지김치죽		유산균음료		계란야채죽		개절과일		한방닭죽		다과									
14		15		16		17		18		19									
점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁								
기장밥 얼갈이된장국 닭볶음탕 콘샐러드 치커리유자청무침 배추김치	기장밥 버섯두부찌개 비엔나계참볶음 감자조림 양념고추치 배추김치	기장밥 김치어묵탕 간장불고기 양배추찜*쌈장 무생채 배추김치	기장밥 알탕 후랑크야채볶음 해물야채전 양념깻잎지 배추김치	기장밥 소고기미역국 카레소스 생선까스*타르타르s 양념오이지무침 배추김치	기장밥 기장밥 들깨수제비국 돈육그린빈스볶음 병아리콩조림 오이탕탕이 배추김치	기장밥 해물된장찌개 제육볶음 속갓두부무침 양념콩나물무침 배추김치	기장밥 기장밥 사골해장국 고추잡채 건파래볶음 상추부추겉절이 배추김치	기장밥 기장밥 콩나물국 가자미구이 불어묵야채볶음 미역줄기무침 배추김치	기장밥 육개장 토마토미트볼 해파리냉채 연두부*양념장 배추김치	기장밥 순두부백탕 코다리우조림 시래기우조림 오이양파무침 배추김치	기장밥 기장밥 오징어찌개 닭고기김치찜 크렌베리단호박샐러드 우영조림 배추김치								
간식		간식		간식		간식		간식		간식									
들깨닭죽		유산균음료		바지락야채죽		개절과일		소고기죽		다과									
21		22		23		24		25		26									
점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁								
기장밥 맑은미역국 버섯돈육볶음 코울슬로 무생채 배추김치	기장밥 기장밥 미소된장국 함박파인조림 김가루탕평채무침 배추김치	기장밥 기장밥 김치콩나물국 고추장찌개 돈장조림 삼색계란찜 김치전 무짜지무침 배추김치	기장밥 기장밥 부대찌개 미트볼볶음 우영조림 무짜지무침 배추김치	기장밥 기장밥 어묵묵국 목은지닭조림 마카로니샐러드 오이지무침 배추김치	기장밥 기장밥 부대찌개 미트볼볶음 우영조림 고춧잎무침 배추김치	기장밥 기장밥 시금치된장국 계란양파국 훈제오리야채볶음 병아리콩사과잼조림 양념고추치 배추김치	기장밥 기장밥 새우젓호박볶음 콩나물무침 양념고추치 배추김치	추석휴무											
간식		간식		간식		간식		간식		간식									
새우살죽		유산균음료		돈민씨새송이죽		개절과일		들깨닭죽		다과									
28		29		30															
점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁														
기장밥 김치콩나물국 제육볶음 마카로니샐러드 오이생채 배추김치	기장밥 기장밥 유부우동국물 돈까스*돈까스s 해파리냉채 배추들깨무침 배추김치	점심 기장밥 해물순두부짬뽕 짜장소스 두부구이*양념장 불어묵야채볶음 병아리콩사과잼조림 양배추김샐러드 배추김치	점심 기장밥 육개장 두부구이*양념장 미역줄기볶음 매운멸치볶음 무짜지무침 배추김치	점심 기장밥 고추장찌개 안동찜닭 미역줄기볶음 상추부추겉절이 배추김치	점심 기장밥 수제비국 코다리조림 매운멸치볶음 무짜지무침 배추김치														
간식		간식		간식															
낙지김치죽		유산균음료		참치야채죽		개절과일		계란야채죽		다과									

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