

2026년 5월 주간보호센터 식단표

월	화	수	목	금	토	비고
				1	2	
				노동절	가쓰오부시우동 왕새우튀김 양배추샐러드 깍두기 요구르트 간식:통밀쿠키&녹차	
4	5	6	7	8	9	
달걀실파국 낙지볶음 가지나물 청경채무침 배추김치 간식:요거트	어린이날(입하)	들기름미역국 소고기팽이버섯볶음 부추양파무침 양배추찜/쌈장 배추김치 간식:바나나	설렁탕 해물콩나물찜 새송이버섯볶음 방풍나물무침 깍두기 간식:요거트	곤드레나물밥/양념장 북엇국 떡갈비구이 한식잡채 오이무침 배추김치 간식: 물만두&보리차	시래기된장국 돈육통마늘볶음 미나리무생채 상추겉절이 깍두기 간식: 참외	
11	12	13	14	15	16	
얼갈이된장국 닭볶음탕 마카로니콘샐러드 숙갓나물 깍두기 간식:딸기	크림스프 돈까스/소스 토마토양상추S/오리엔탈D 깍두기 요구르트 간식:통밀쿠키&수정과	아욱된장국 단호박해물찜 어항가지볶음 참나물무침 배추김치 간식:사과	들기름미역국 제육파채불고기 연근조림 치커리양파무침 배추김치 간식:요거트	닭개장 채소달걀말이 불어묵조림 배추된장나물 깍두기 간식:약과&동글레차	짜장면/소스 달걀찜 만두탕수육 양상추샐러드/키움D 짜사이채무침 배추김치 간식:증편&매실차	
18	19	20	21	22	23	
시래기된장국 순살아귀찜 어항가지볶음 방풍나물무침 배추김치 간식:참외	오징어묵국 마파두부 맛살팽이전 열무된장나물 배추김치 간식: 참외	콩나물국 주꾸미볶음 우엉조림 고춧잎나물 배추김치 간식:사과	죽순영양밥 시금치된장국 코다리양념찜 올방개묵무침 배추김치 사과주스 간식:통밀쿠키&오미자차	북엇국 돈갈비찜 도라지오이무침 양배추나물 배추김치 간식:요거트	열무된장국 닭볶음탕 도토리묵무침 갯잎순나물 배추김치 간식:파배기&우유	
25	26	27	28	29	30	
부처님오신날 대체휴일	달걀찜 오삼불고기 고사리나물 청경채겉절이 배추김치 간식:크레커&생강차	시금치된장국 안동찜닭 꽃맛샐러드 방풍나물무침 배추김치 간식:참외	버섯된장국 돈육짜장볶음 불어묵조림 단배추나물 깍두기 간식:고구마맛탕&녹차	오징어묵국 돈육쪽찜 연근흑임자소스무침 갯잎순나물 배추김치 간식:바림떡&매실차	잔치국수 새우부추전 과일샐러드 깍두기 요구르트 간식:바나나	