

2026년 6월 주간보호센터 식단표

월	화	수	목	금	토	비고
1	2	3	4	5	6	
순살감자탕 채소달걀말이 우엉조림 얼무나물 배추김치 간식: 토마토	시래기된장국 닭볶음탕 도토리묵무침 깻잎순나물 배추김치 간식: 요거트	지방선거일	시금치된장국 돈삼겹수육 삼삼삼/쌈장 무생채 배추김치 간식: 약과&등글레차	아욱된장국 오징어볶음 올방개묵무침 곤드레나물볶음 배추김치 간식: 바나나	얼무보리비빔밥/약고추장 우렁면장찌개 달걀후라이 매밀전병 건파래자반 배추김치 간식: 찐감자&옥수수차	
8	9	10	11	12	13	
콩나물김치국 고등어구이 고추잡채&꽃빵 양념깻잎지 팥두기 간식: 약밥&보리차	시금치된장국 제육고추장불고기 머위대들깨무침 양배추찜/쌈장 배추김치 간식: 바나나	짜장밥 짬뽕국 탕수육/소스 짜사이채무침 배추김치 간식: 통밀쿠키&등글레차	얼무된장국 주꾸미볶음 도토리묵/양념장 상추겉절이 배추김치 간식: 오렌지	순두부찌개 생선파스/타르타르소스 단호박샐러드 오이무침 팥두기 간식: 요거트	콩나물국 닭갈비 궁채들깨볶음 고구마순나물 배추김치 간식: 참외	
15	16	17	18	19	20	
아욱된장국 돈육살양파볶음 상추쌈/쌈장 숙주나물 배추김치 간식: 크로와상&우유	카레라이스 유부미소국 치킨너겟/머스타드S 토마토양상추S/발사믹D 팥두기 간식: 물만두&보리차	김가루떡국 돈갈비찜 애호박볶음 치커리유자무침 팥두기 간식: 카스테라&우유	시금치된장국 소고기양배추볶음 미니세송이버섯조림 청경채겉절이 배추김치 간식: 찐감자&두유	돌기름미역국 돈육푹찜 탕평채 시래기나물 배추김치 간식: 프렌치토스트&우유	청국장찌개 오리주물럭볶음 가시나물 부추양파무침 배추김치 간식: 요거트	
22	23	24	25	26	27	
소고기뭇국 코다리강정 가지볶음 숙주나물 배추김치 간식: 바나나	시래기된장국 소고기당면볶음 잔말치볶음 상추양파무침 배추김치 간식: 요거트	순두부찌개 고등어구이 도라지무침 비빔나물 팥두기 간식: 참외	호박고추장찌개 안동찜닭 감자채볶음 고사리나물 배추김치 간식: 약과&생강차	곤드레나물밥/양념장 유부된장국 예물김치전 맛살브로콜리볶음 팥두기 간식: 오렌지	바지락칼국수 너비아니구이 견세우마늘중볶음 양념깻잎지 팥두기 간식: 바나나	
29	30					
아욱된장국 오삼불고기 양배추쌈/쌈장 노각무침 배추김치 간식: 단호박찜&보리차	참치김치찌개 채소달걀말이 등근호박조림 부추양파무침 팥두기 간식: 사과					