

2026년 9월 주간보호센터 식단표

일	화	수	목	금	토	비고
	1	2	3	4	5	
	실파달걀국 단호박해물찜 가지볶음 양배추나물 열무김치 간식: 바나나	카레라이스 미소장국 치킨너겟/머스타드S 과일샐러드 깍두기 간식: 찐감자&동굴레차	우거지해장국 해물완자전 도토리묵무침 애호박나물 배추김치 간식: 요거트	근대된장국 돈육쪽찜 밥새우볶음 시금치나물 배추김치 간식: 사과	청국장찌개 고등어구이 탕평채 표고버섯볶음 배추김치 간식: 미숫가루	
7	8	9	10	11	12	
육개장 삼치엿장조림 녹두빈대떡 아삭이구추된장무침 깍두기 간식: 요거트	아욱된장국 소고기가지볶음 부들어묵조림 고사리나물 깍두기 간식: 통밀쿠키&오미자차	짜장밥 달걀찜국 탕수육/소스 짜사이채무침 배추김치 간식: 사과	호박잎된장국 돈삼겹수육 상추쌈/쌈장 아삭이구추된장무침 배추김치 간식: 쌀과자&동굴레차	근대된장국 닭볶음탕 궁채들깨볶음 참나물무침 배추김치 간식: 복숭아	삼색수제비 고등어무조림 여향가지볶음 취나물무침 배추김치 간식: 물만두&녹차	
14	15	16	17	18	19	
참치김치찌개 돈육굴소스볶음 도토리묵무침 호박잎나물 깍두기 간식: 양갱&보리차	버섯영양밥/양념장 콩나물국 동그랑땡전 참나물무침 배추김치 간식: 단호박찜&녹차	들깨미역국 온육쪽찜 옥수수전 시금치나물 배추김치 간식: 카스테라&우유	순두부찌개 삼치카레구이 청포묵김무침 도라지볶음 깍두기 간식: 요거트	근대된장국 돈육바베큐소스볶음 콩나물삼색채 상추겉절이 배추김치 간식: 사과	참치김치찌개 채소달걀말이 연근흑임자소스무침 청경채나물 깍두기 간식: 사과	
21	22	23	24	25	26	
부대찌개 코다리양념찜 우엉조림 비름나물 배추김치 간식: 바나나	우거지된장국 단호박해물찜 꽃맛샐러드 미역줄기볶음 배추김치 간식: 요거트	양송이스프 돈까스/소스 양상추샐러드/다우전D 오이생채 깍두기 간식: 토마토	추석연휴	추석	추석연휴	
28	29	30				
열무된장국 소고기당면볶음 상추겉절이 숙주나물 배추김치 간식: 찐옥수수&보리차	호박고추장찌개 오리주물럭 참나물무침 비트무초절임 배추김치 간식: 쌀과자&녹차	돈육김치찌개 채소달걀찜 팽이버섯파프리카볶음 고춧잎나물 깍두기 간식: 바나나				