

	조 식	중 식	석 식	죽식	간 식	
월요일 (28일) 1834kcal	혼합잡곡밥 감자대파국 풋고추전 곤약메알조림 고구마순/배추김치 574kcal	혼합잡곡밥 순대국 느타리버섯탕수육&소스 가지볶음 마늘쫄볶음/배추김치 689kcal	혼합잡곡밥 열무된장국 닭목살불고기 브로콜리양파볶음 취나물무침/배추김치 571kcal	조: 감자죽 중: 버섯죽 석: 닭죽	오 전	두유
					오 후	토마토
화요일 (29일) 1833kcal	혼합잡곡밥 쇠고기무국 후랑크야채볶음 죽순채당근볶음 무랭이무침/배추김치 576kcal	혼합잡곡밥 동태탕 돈안심바베큐조림 감자조림 꼬들빼기/배추김치 681kcal	혼합잡곡밥 호박양파국 떡갈비데리야끼조림 탕평채무침 참나물겉절이/배추김치 576kcal	조: 소고기죽 중: 생선살죽 석: 야채죽	오 전	이오
					오 후	핫도그 &케첩
중복 수요일 (30일) 1841kcal	혼합잡곡밥 콩가루배추국 두부간장조림 더덕무침 청경채나물/배추김치 571kcal	*중복* 닭칼국수 메밀전병 새송이버섯볶음 부추겉절이/배추김치 695kcal	혼합잡곡밥 복어국 닭볶음탕 명엽채볶음 숙주무침/배추김치 575kcal	조: 두부죽 중: 미역죽 석: 복어죽	오 전	오렌지쥬스
					오 후	완두앙금빵 &옥수수차
목요일 (31일) 1829kcal	혼합잡곡밥 누룽지탕 야채계란찜 오징어젓갈 오이무침/배추김치 574kcal	참치생야채비빔밥 부추콩나물국 청어조림 파리고추찜 김자반/배추김치 684kcal	혼합잡곡밥 다시마무국 오리훈제팽이볶음 두부숙갓무침 상추겉절이/배추김치 571kcal	조: 계란죽 중: 부추죽 석: 닭죽	오 전	요플레
					오 후	사과
8월 금요일 (1일) 1831kcal	혼합잡곡밥 감자양파국 새우뎡데리야끼조림 고구마줄기볶음 고추잎무침/배추김치 576kcal	혼합잡곡밥 청국장찌개 돼지고기대파구이 표고버섯전 얼갈이나물/배추김치 681kcal	혼합잡곡밥 삼색수제비 가자미구이 애호박볶음 부추적채무침/배추김치 574kcal	조: 감자죽 중: 버섯죽 석: 애호박죽	오 전	두유
					오 후	옛날꿀호떡
토요일 (2일) 1833kcal	혼합잡곡밥 맑은콩나물국 동태전 더덕무침 숙갓나물/배추김치 571kcal	혼합잡곡밥 냉메밀국수 연양식불고기 묵말랭이들깨무침 콩나물무침/배추김치 686kcal	혼합잡곡밥 콩가루얼갈이국 두부두루치기 고기속갓잎튀김 비름나물/배추김치 576kcal	조: 생선살죽 중: 들깨죽 석: 콩죽	오 전	엔요
					오 후	크림스프
일요일 (3일) 1831kcal	혼합잡곡밥 호박고추장찌개 돈민찌매추리알조림 단호박조림 김구이/배추김치 576kcal	혼합잡곡밥 계란파국 삼치무조림 미니새송이볶음 근대나물/배추김치 684kcal	혼합잡곡밥 닭곰탕 오징어초무침 미역줄기볶음 세발나물/배추김치 571kcal	조: 감자죽 중: 계란죽 석: 닭죽	오 전	요플레
					오 후	김치부침개

치매란

지능·의지·기억 등 정신적인 능력이 현저하게 감퇴한 것을 말합니다. 정신지체(精神遲滯)와 마찬가지로 지능의 장애인데, 정신지체는 주로 지능의 발육이 늦거나 정지된 것인데 대하여, 치매는 병 전에는 정상적이던 지능이 대뇌의 질환 때문에 저하된 것을 말한다고 합니다. 치매의 전형적인 것은 대뇌신경세포의 광범위한 손상이며 기질(器質)치매라고 합니다. 그 밖에 노인치매, 매독에 의한 진행마비 또는 간질 대발작의 반복으로 일어나는 간질치매 등이 있습니다.



※ 식단은 식재료 수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 모든 식사에는 배추김치가 제공됩니다.

※원산지:쌀,돈육,계육,오리,고등어,방어,오징어-국산/배추김치(배추,고춧가루)-국산/갈치-모로코/우육-호주산/명태,동태-러시아/조기,꽃게,낙지-중국산/아귀-중국산/주꾸미-베트남산/참치(가다랑어)-원양산/두부,비지-외국산(미국,캐나다,호주)/베이컨-미국산/식육가공품(돈,계육-국산/우육-호주산)

	조 식	중 식	석 식	죽식	간 식	
월요일 (4일) 1826kcal	혼합잡곡밥 소고기배춧국 코다리강정 우영조림 오이고추무침/배추김치 570kcal	혼합잡곡밥 팽이유부국 치즈함박멘치카츠&소스 매콤감자조림 단호박콘샐러드/배추김치 680kcal	혼합잡곡밥 계란대파국 두부두루치기 베이컨팽이버섯볶음 깻잎순나물/배추김치 576kcal	조: 호박죽 중: 팽이죽 석: 두부죽	오 전	두유
					오 후	고소한 아몬드머핀
화요일 (5일) 1838kcal	혼합잡곡밥 무채된장국 돈육굴소스볶음 새콤달콤청경채무침 곤드레나물/배추김치 578kcal	혼합잡곡밥 돈뺀우거지탕 해물부추전 가지무침 양파장아찌/배추김치 686kcal	혼합잡곡밥 콩가루아욱국 안동찜닭 호박양념조림 오이볶음/배추김치 574kcal	조: 해물야채죽 중: 부추죽 석: 콩죽	오 전	이오
					오 후	씨리얼 &우유
수요일 (6일) 1834kcal	혼합잡곡밥 오징어무국 두부양송이조림 잡채말이어묵볶음 콜라비생채/배추김치 571kcal	혼합잡곡밥 토란탕국 소당면불고기 동부묵&양념장 시금치나물/배추김치 684kcal	혼합잡곡밥 콩나물국 삼치무조림 야채계란말이 미역줄기볶음/배추김치 579kcal	조: 두부죽 중: 당근죽 석: 계란죽	오 전	오렌지쥬스
					오 후	붕어빵
목요일 (7일) 1834kcal	혼합잡곡밥 누룽지탕 야채계란찜 오징어젓갈 오이무침/배추김치 573kcal	혼합잡곡밥 찐뽕국 간장닭봉구이 브로콜리&맛살튀김 얼갈이나물/배추김치 686kcal	혼합잡곡밥 어묵무국 돈육숙주볶음 유부묵말랭이볶음 열무된장무침/배추김치 575kcal	조: 닭죽 중: 브로콜리죽 석: 두부죽	오 전	요플레
					오 후	믹스견과류 &요구르트
금요일 (8일) 1836kcal	혼합잡곡밥 누룽지탕 굴소스해물야채볶음 맛살스크램블에그 짜사이무침/배추김치 575kcal	혼합잡곡밥 콩가루얼갈이국 돈육카레 군만두&소스 양배추피클/배추김치 687kcal	혼합잡곡밥 갈비탕 가지볶음 오징어젓갈 고추장참나물무침/배추김치 574kcal	조: 해물야채죽 중: 맛살죽 석: 콩죽	오 전	두유
					오 후	참외
말복 토요일 (9일) 1844kcal	혼합잡곡밥 버섯들깨탕 닭가슴살피망볶음 간장깻잎 구이김/배추김치 576kcal	혼합잡곡밥 삼계탕 찰수수부꾸미 실곤약야채무침 부추겉절이/배추김치 689kcal	혼합잡곡밥 순두부된장찌개 돼지고기김치볶음 오징어실채볶음 비름나물/배추김치 579kcal	조: 닭죽 중: 들깨죽 석: 소고기죽	오 전	엔요
					오 후	시몬컵케익
일요일 (10일) 1830kcal	혼합잡곡밥 소고기무국 분홍소세지볶음 청포묵김무침 부추겉절이/배추김치 574kcal	혼합잡곡밥 두부강된장찌개 해물볶음우동 연근강정 마카로니콘샐러드/배추김치 683kcal	혼합잡곡밥 맑은미역국 콩나물아귀찜 가지굴소스무침 머위대나물볶음/배추김치 573kcal	조: 김죽 중: 해물야채죽 석: 콩나물죽	오 전	요플레
					오 후	고구마 말랭이

“말복”



말복이라 하면 떠오르는 음식으로 삼계탕이 있는데 대추, 인삼, 잣, 마늘을 비롯한 다양한재료가 같이 들어간다. 이런재료와 함께 닭을 먹으면 혈액순환이 촉진되고 피로가 회복되는 효과가 있다. 대표적인 보양식답게 칼로리가 높은 고열량식품이다. 인삼은 간 건강에 좋고 원기회복에 도움이 되는 재료이며 찹쌀은 몸을 따뜻하게 해주는 효과가 있다고 한다.

※ 식단은 식재료 수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 모든 식사에는 배추김치가 제공됩니다.
 ※원산지:쌀,돈육,계육,오리,고등어,오징어-국산/배추김치(배추,고춧가루)-국산/갈치-모로코/우육-호주산/명태,동태-러시아/조기,꽃게,낙지-중국산/아귀-중국산/주꾸미-베트남산/참치(가다랑어)-원양산/두부,비지-외국산(미국,캐나다,호주)/베이컨-미국산/식육가공품(돈,계육-국산/우육-호주산)/빵어-국내산

	조 식	중 식	석 식	죽식	간 식	
월요일 (11일) 1824kcal	혼합잡곡밥 홍합미역국 스모크햄구이&케첩 소고기무짬아찌 곤드레나물/배추김치 574kcal	혼합잡곡밥 재첩순두부찌개 오리고기&머스타드 감자버터구이 오복지무침/배추김치 674kcal	혼합잡곡밥 어묵국 낙지당면볶음 명엽채간장조림 양념깻잎/배추김치 576kcal	조: 미역죽 중: 두부죽 석: 감자죽	오 전	매실차
					오 후	찐만두
화요일 (12일) 1823kcal	혼합잡곡밥 얼큰유부국 포크볼야채구이 멸치볶음 돌자반/배추김치 573kcal	혼합잡곡밥 삼색수제비국 임연수데리아끼구이 도라지초무침 간장고추지/배추김치 676kcal	혼합잡곡밥 콩나물국 춘천닭갈비 연근조림 다시마오이무침/ 배추김치 574kcal	조: 부추죽 중: 영양닭죽 석: 콩나물죽	오 전	이오
					오 후	카스테라 &두유
수요일 (13일) 1822kcal	혼합잡곡밥 동태찌개 온두부&김치볶음 진미채간장볶음 짜사이무침/배추김치 570kcal	혼합잡곡밥 맑은무채국 제육볶음 새콤한콩나물파채 도라지노각무침/배추김치 679kcal	혼합잡곡밥 팽이버섯매운탕 삼색꼬치전 고추짬아찌 깻순나물/배추김치 573kcal	조: 팥이죽 중: 두부죽 석: 흰죽	오 전	포도쥬스
					오 후	앙팡마들렌
목요일 (14일) 1820kcal	혼합잡곡밥 누룽지탕 야채계란찜 오징어젓갈 고구마순무침/배추김치 574kcal	한방닭곰탕 실속간풍기 쥐어채볶음 더덕무침/배추김치 676kcal	혼합잡곡밥 맑은김치국 로즈마리콩치구이 미역줄기볶음 치커리생채/배추김치 570kcal	조: 소고기죽 중: 계란죽 석: 김치죽	오 전	요플레
					오 후	수박
금요일 (15일) 1820kcal	혼합잡곡밥 바지락탕 두부강정 깻잎어묵전 참나물무침/배추김치 572kcal	혼합잡곡밥 순한짬뽕국 일식등심돈가스 맛살무쌈말이 마카로니샐러드/배추김치 674kcal	혼합잡곡밥 건새우아욱국 닭피망고추장조림 건새우편마늘볶음 머위대나물/배추김치 574kcal	조: 야채죽 중: 맛살죽 석: 닭죽	오 전	두유
					오 후	찐고구마
토요일 (16일) 1816kcal	혼합잡곡밥 미소장국 야채계란찜 가지볶음 시금치나물/배추김치 571kcal	혼합잡곡밥 돈민찌부대찌개 청경채소불고기 느타리버섯숙회&초장 어묵채볶음/배추김치 674kcal	혼합잡곡밥 시래기감자국 병어구이 고구마맛탕 오징어젓갈/배추김치 571kcal	조: 계란죽 중: 감자죽 석: 양배추죽	오 전	엔요
					오 후	도라야끼 통팔
일요일 (17일) 1831kcal	혼합잡곡밥 소고기김치국 옛날소세지 연두부&양념장 치커리샐러드/배추김치 573kcal	혼합잡곡밥 우무묵콩가루냉국 해물파전 도토리야채무침 민들레나물/배추김치 679kcal	혼합잡곡밥 설렁탕 떡갈비스틱볶음 브로콜리흑임자무침 마늘쫀볶음/배추김치 579kcal	조: 야채죽 중: 소고기죽 석: 해물죽	오 전	생강차
					오 후	롤케이크

“광복절”

1945년 8월 15일 우리나라가 일본으로부터 광복된 것을 기념하고, 1948년 8월 15일 대한
민국 정부수립을 경축하는 날. 1949년 10월 1일 제정된「국경일에 관한 법률」에 의거,
광복절이 국경일로 제정되었다. 이 날은 경축행사를 전국적으로 거행하는데 중앙경축식은
서울에서, 지방경축행사는 각 시·도 단위별로 거행한다

※ 식단은 식재료 수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 모든 식사1에는 배추김치가 제공됩니다.

※원산지:쌀,돈육,계육,오리,고등어,방어,오징어-국산/배추김치(배추,고춧가루)-국산/갈치-모로코/우육-호주산/
명태,동태-러시아/조기,꽃게,낙지-중국산/아귀-중국산/주꾸미-베트남산/참치(가다랑어)-원양산/두부,비지-외국산
(미국,캐나다,호주)/베이컨-미국산/식육가공품(돈,계육-국산/우육-호주산)

	조 식	중 식	석 식	죽식	간 식	
월요일 (18일) 1816kcal	혼합잡곡밥 호박미소된장국 완두콩계란말이 새송이버섯볶음 오복지무침/배추김치 571kcal	혼합잡곡밥 꽃게탕 고기완자찜 알감자조림 참나물무침/배추김치 674kcal	혼합잡곡밥 돈뽀우거지탕 메밀전병 쌈다시마&초장 청경채나물/배추김치 571kcal	조: 계란죽 중: 감자죽 석: 야채죽	오 전	검은콩두유
					오 후	후레쉬번
화요일 (19일) 1829kcal	혼합잡곡밥 토란들깨탕 닭살간장조림 두부샐러드&소스 고추된장무침/배추김치 574kcal	혼합잡곡밥 콩나물김치국 삼겹살고추장조림 고구마맛탕 유자드레싱샐러드/배추김치 679kcal	혼합잡곡밥 모시조개탕 코다리카레튀김&타르타르 고운오징어젓 김자반/배추김치 576kcal	조: 닭죽 중: 콩나물죽 석: 조개살죽	오 전	이오
					오 후	체크초코(컵) &우유
수요일 (20일) 1818kcal	혼합잡곡밥 들기름미역국 콩치무조림 마늘쫀갓새우볶음 숙주나물/배추김치 571kcal	취나물밥&양념장 유부미소장국 해물부추전 올방개묵오이무침 열무나물/배추김치 671kcal	혼합잡곡밥 소고기무국 백순대볶음 고추장쥐어채조림 애호박나물/배추김치 576kcal	조: 미역죽 중: 야채죽 석: 소고기죽	오 전	사과주스
					오 후	구운계란 &식혜
목요일 (21일) 1822kcal	혼합잡곡밥 무채된장국 두부양송이조림 스크램블에그 시금치나물/배추김치 572kcal	혼합잡곡밥 순두부짬뽕탕 돈사태찜 맛살어묵볶음 비름나물/배추김치 674kcal	혼합잡곡밥 시래깃국 오징어볶음 연근조림 부추겉절이/배추김치 576kcal	조: 계란죽 중: 두부죽 석: 오징어죽	오 전	요플레
					오 후	바나나
금요일 (22일) 1832kcal	혼합잡곡밥 김치찌개 옛날소세지전 간장진미채볶음 김구이/배추김치 579kcal	혼합잡곡밥 우동국 하이라이스 모듬야채튀김 단무지무침/배추김치 679kcal	혼합잡곡밥 사각어묵국 파채오리불고기 상추&쌈장 미나리나물/배추김치 574kcal	조: 김치죽 중: 감자죽 석: 야채죽	오 전	두유
					오 후	스위트딸기케 익빵&포도주 스
토요일 (23일) 1823kcal	혼합잡곡밥 우렁된장국 미트볼데리야끼조림 들깨숙주볶음 간장깻잎/배추김치 576kcal	혼합잡곡밥 호박양파국 생선까스유린기 도라지초무침 근대된장무침/배추김치 672kcal	혼합잡곡밥 갈비탕 녹두전&양념장 크렌베리멸치볶음 더덕무침/배추김치 575kcal	조: 들깨죽 중: 호박죽 석: 야채죽	오 전	엔요
					오 후	달나라빵
일요일 (24일) 1817kcal	혼합잡곡밥 복어국 야채계란말이 소고기무짬아찌 아주까리나물/배추김치 572kcal	혼합잡곡밥 맑은지리탕 돼지고기쪽찜 메밀면야채무침 물파래무침/배추김치 671kcal	혼합잡곡밥 김치비지찌개 닭안심짜장볶음 감자채볶음 참나물/배추김치 574kcal	조: 소고기죽 중: 생선살죽 석: 닭죽	오 전	요플레
					오 후	황도캔

“처서”

흔히 처서는 ‘땅에서는 귀뚜라미 등에 업혀오고, 하늘에서는 뭉게구름 타고 온다.’라고 할 정도로 여름이 가고 가을이 드는 계절의 엄연한 순행을 드러내는 때이다. 처서의 15일 간을 5일씩 3분하는데, 첫 5일 간인 초후(初候)에는 매가 새를 잡아 제를 지내고, 둘째 5일 간인 차후(次候)에는 천지에 가을 기운이 돌며, 셋째 5일간인 말후에는 곡식이 익어간다.’라고 하였다.

※ 식단은 식재료 수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 모든 식사에는 배추김치가 제공됩니다.

※원산지:쌀,돈육,계육,오리,고등어,오징어-국산/배추김치(배추,고춧가루)-국산/갈치-모로코/우육-호주산/명태,동태-러시아/조기,꽃게,낙지-중국산/아귀-중국산/주꾸미-베트남산/참치(가다랑어)-원양산/두부,비지-외국산(미국,캐나다,호주)/베이컨-미국산/식육가공품(돈,계육-국산/우육-호주산)/방어-국내산



	조 식	중 식	석 식	죽식	간 식	
월요일 (25일) 1820kcal	혼합잡곡밥 한식된장찌개 탕수육&소스 진미채볶음 머위무침/배추김치 574kcal	혼합잡곡밥 실파콩나물국 김치말이사태찜 건새우무조림 사과샐러드/배추김치 675kcal	혼합잡곡밥 홍합탕 미트볼야채볶음 고구마줄기볶음 도라지나물/배추김치 571kcal	조: 감자죽 중: 두부죽 석: 홍합살죽	오 전	요구르트
					오 후	고구마맛탕
화요일 (26일) 1816kcal	혼합잡곡밥 소고기우거지탕 두부브로콜리조림 볼어묵간pong기 꼬들빼기/배추김치 571kcal	혼합잡곡밥 고추장찌개 목살찜스테이크 표고피망볶음 깻잎순나물/배추김치 671kcal	혼합잡곡밥 참치미역국 삼치양념찜 미역오이볶음 고사리나물/배추김치 574kcal	조: 소고기죽 중: 야채죽 석: 참치죽	오 전	이오
					오 후	크림빵&두유
수요일 (27일) 1830kcal	혼합잡곡밥 누룽지탕 메추리알장조림 갈치숙젓 무말랭이무침/배추김치 579kcal	혼합잡곡밥 미소장국 파인애플&함박스테이크 모듬버섯숙회&초장 죽순들깨볶음/배추김치 679kcal	혼합잡곡밥 들깨무채국 오리훈제구이 단호박조림 부추양파무침/배추김치 572kcal	조: 야채죽 중: 버섯죽 석: 들깨죽	오 전	오렌지쥬스
					오 후	콘푸로스트(컵)&우유
목요일 (28일) 1823kcal	혼합잡곡밥 조갯살무국 온두부&볶음김치 감자조림 미나리무침/배추김치 579kcal	혼합잡곡밥 버섯전골 닭다리양념조림 마카로니샐러드 방풍나물/배추김치 671kcal	혼합잡곡밥 맑은된장국 콩나물아귀찜 브로콜리숙회 마늘쫄무침/배추김치 573kcal	조: 두부죽 중: 닭죽 석: 야채죽	오 전	요플레
					오 후	고기만두
금요일 (29일) 1838kcal	혼합잡곡밥 소고기배춧국 후랑크야채볶음 맛살어묵채조림 깻잎절임/배추김치 574kcal	혼합잡곡밥 청국장 고등어구이 양배추쌈&쌈장 김자반/배추김치 685kcal	혼합잡곡밥 가지냉국 대파오징어볶음 애호박전 노각무침/배추김치 579kcal	조: 소고기죽 중: 양배추죽 석: 오징어죽	오 전	매실차
					오 후	미니약과
토요일 (30일) 1820kcal	혼합잡곡밥 새우젓국찌개 고기경단데리야끼조림 버섯장조림 돌나물/배추김치 571kcal	혼합잡곡밥 잔치국수 오미산적 들깨머위대나물 얼갈이겉절이/배추김치 673kcal	혼합잡곡밥 바지락무국 안동찜닭 탕평채 짜사이무침/배추김치 576kcal	조: 버섯죽 중: 들깨죽 석: 닭죽	오 전	엔요
					오 후	오렌지
일요일 (31일) 1817kcal	혼합잡곡밥 유채된장국 동그랑땡지짐 황태채간장조림 연두부&소스/배추김치 570kcal	혼합잡곡밥 대구탕 김치제육볶음 도토리묵무침 다래순나물/배추김치 676kcal	혼합잡곡밥 육개장 떡갈비구이 한식잡채 피마자나물/배추김치 571kcal	조: 두부죽 중: 김치죽 석: 야채죽	오 전	요플레
					오 후	투투호떡빵&두유

칠석



전설 속의 견우와 직녀가 만나는 날로, 한국·중국·일본 등에서 음력 7월 7일(일본은 양력 7월 7일)에 각 나라의 전통적인 행사를 지낸다. 칠석 때는 더위도 약간 줄어들고 장마도 대개 거친 시기이나, 이때 내리는 비를 칠석물이라고 한다. 이 시기에는 호박이 잘 열고, 오이와 참외가 많이 나올 때이므로 민간에서는 호박부침을 만들어 칠성님께 빌었다.

※ 식단은 식재료 수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 모든 식사에는 배추김치가 제공됩니다.
 ※원산지:쌀,돈육,계육,오리,고등어,오징어-국산/배추김치(배추,고춧가루)-국산/갈치-모로코/우육-호주산/명태,동태-러시아/조기,꽃게,낙지-중국산/아귀-중국산/주꾸미-베트남산/참치(가다랑어)-원양산/두부,비지-외국산(미국,캐나다,호주)/베이컨-미국산/식육가공품(돈,계육-국산/우육-호주산)/방어-국내산