

식단표

2026년 04월

가족재가노인복지센터

구분			수(04.01)	목(04.02)	금(04.03)	토(04.04)
점심 식단			혼합잡곡밥/기장죽 소고기미역국 제육볶음 유채나물 부추전 배추김치	혼합잡곡밥/녹두죽 콩비지탕 하이라이스 도라지나물 브로콜리&초장 배추김치	혼합잡곡밥/흑임자죽 청경채된장국 임연수구이 얼갈이나물 양배추샐러드 배추김치	혼합잡곡밥/렌틸콩죽 해물탕 소고기청경채볶음 고사리나물 무나물 배추김치
오전 간식			식혜	사과음료	요거트	배주스
오후 간식			꿀호떡	오예스	후레쉬베리	초코파이
구분	월(04.06)	화(04.07)	수(04.08)	목(04.09)	금(04.10)	토(04.11)
점심 식단	혼합잡곡밥/들깨죽 배추된장국 돈사태단호박조림 오이무침 가지볶음 배추김치	혼합잡곡밥/단호박죽 소고기무국 카레라이스 표고버섯볶음 실곤약무침 배추김치	혼합잡곡밥/기장죽 꽃게탕 소고기불고기 감자조림 참나물겉절이 배추김치	혼합잡곡밥/녹두죽 건홍합미역국 닭다리살양배추볶음 청경채나물 곰피무침 배추김치	혼합잡곡밥/흑임자죽 닭곰탕 가자미구이 고사리나물 천사채맛살샐러드 배추김치	혼합잡곡밥/렌틸콩죽 애호박된장국 제육볶음 해초샐러드 감자전 배추김치
오전 간식	두유	요거트음료	식혜	사과음료	요거트	배주스
오후 간식	커스터드	크리스피롤	꿀호떡	오예스	후레쉬베리	초코파이
구분	월(04.13)	화(04.14)	수(04.15)	목(04.16)	금(04.17)	토(04.18)
점심 식단	혼합잡곡밥/들깨죽 황태미역국 돈육가지볶음 실곤약무침 고구마샐러드 배추김치	혼합잡곡밥/단호박죽 알탕 버섯불고기 유채나물 양배추쌈 배추김치	혼합잡곡밥/기장죽 근대된장국 짜장 오이무침 후르츠카테일콘샐러드 배추김치	혼합잡곡밥/녹두죽 콩비지찌개 훈제오리야채볶음 알배추겉절이 목이버섯볶음 배추김치	혼합잡곡밥/흑임자죽 팽이미역된장국 고등어조림 얼갈이나물 브로콜리샐러드 배추김치	혼합잡곡밥/렌틸콩죽 바지락된장국 제육볶음 느타리아호박볶음 양배추겉절이 배추김치
오전 간식	두유	요거트음료	식혜	사과음료	요거트	배주스
오후 간식	커스터드	크리스피롤	꿀호떡	오예스	후레쉬베리	초코파이
구분	월(04.20)	화(04.21)	수(04.22)	목(04.23)	금(04.24)	토(04.25)
점심 식단	혼합잡곡밥/들깨죽 황태무국 소고기양배추볶음 알배추겉절이 연근조림 배추김치	혼합잡곡밥/단호박죽 얼갈이된장국 마파두부 감자채볶음 코울슬로 배추김치	혼합잡곡밥/기장죽 두부된장국 카레 느타리버섯볶음 무생채 배추김치	혼합잡곡밥/녹두죽 느타리들깨무국 닭가슴살양배추볶음 도라지나물 우영조림 배추김치	혼합잡곡밥/흑임자죽 배추된장국 임연수구이 세발나물 천사채맛살샐러드 배추김치	혼합잡곡밥/렌틸콩죽 알탕 훈제오리야채볶음 청경채무침 마카로니샐러드 배추김치
오전 간식	두유	요거트음료	식혜	사과음료	요거트	배주스
오후 간식	커스터드	크리스피롤	꿀호떡	오예스	후레쉬베리	초코파이

구분	월(04.27)	화(04.28)	수(04.29)	목(04.30)		
점심 식단	혼합잡곡밥/들깨죽 물만두달걀국 돈민찌두부볶음 얼갈이나물 양배추샐러드 배추김치	혼합잡곡밥/단호박죽 콩나물무국 훈제오리양배추볶음 오이무침 감자전 배추김치	혼합잡곡밥/기장죽 부추계란국 짜장면 해초샐러드 새송이버섯볶음 배추김치	혼합잡곡밥/녹두죽 느타리된장국 돈사태단호박조림 청경채나물 오이고추된장무침 배추김치		
오전 간식	두유	요거트음료	식혜	사과음료		
오후 간식	커스터드	크리스피롤	꿀호떡	오예스		

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

※ 주식회사올바른 제공 식단표