

식단표

2026.01.04 ~ 2026.01.10

행복드림주야간보호

구분	월(01.05)	화(01.06)	수(01.07)	목(01.08)	금(01.09)	토(01.10)
점심식단	잡곡밥 호박감자고추장찌개 훈제오리아채볶음 배추전 부추오이겉절이 김치 두부죽 (684kcal)	잡곡밥 소고기미역국 비엔나브로콜리볶음 마카로니콘샐러드 콩나물볶음 김치 옥수수콘죽 (668kcal)	잡곡밥 열무된장국 버섯소불고기 양배추찜/쌈장 참나물무침 김치 양배추죽 (660kcal)	잡곡밥 들깨버섯탕 민물새우무조림 배추전 미역오이무침 김치 감자죽 (691kcal)	잡곡밥 콩나물김치국 돈육짜장소스 표고버섯탕수/소스 숙주나물무침 김치 당근죽 (683kcal)	잡곡밥 북어계란국 제육볶음 청포묵김가루무침 무생채 김치 계란죽 (679kcal)
저녁식단	잡곡밥 유부김치국 미트볼케첩조림 우유계란찜 가지콩가루무침 김치 가지죽 (642kcal)	잡곡밥 부추계란국 돈채버섯볶음 무채브로콜리전 시래기된장지짐 김치 버섯죽 (629kcal)	잡곡밥 많은 콩나물국 돈까스/소스 연근조림 숙주나물무침 김치 단호박찜쌀죽 (612kcal)	잡곡밥 소고기뭇국 민짜마파두부 토란대들깨볶음 콩나물무침 김치 들깨죽 (653kcal)	잡곡밥 유채된장국 떡갈비구이 브로콜리숙회/초장 고사리볶음 들기름김치볶음 브로콜리죽 (610kcal)	잡곡밥 감자미역국 멸치브로콜리볶음 민짜김치전 단무지무침 김치 흑임자죽 (623kcal)
오후간식	카스타드/요구르트	약과/유자차	찐고구마/식혜	요플레	도넛/사과주스	찐빵/매실차

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

※ 원산지 표시 : 소고기:호주산,돈육:국산,칠레산, 닭:국산,김치:중국산 등 게시판을 참조해 주시기 바랍니다

※ 노인1일평균 영양 권장량 열량(1600~2000kcal)당질(240~300g)단백질(7~80g)지질(15~30%)수분(1.8~2리터)

(주)웰푸드 : 김혜숙영양사