

식 단 표

2025년 06월

한 사랑 주간보호센터

구분	월(06.02)	화(06.03)	수(06.04)	목(06.05)	금(06.06)	토(06.07)
점심식단	잡곡밥 된장국 제육볶음 콩나물무침 연근땅콩조림 김치	잡곡밥 된장국 비벼먹는장조림 양배추통들깨무침 청경채겉절이 김치	잡곡밥 미역국 돈육두반장볶음 백묵이냉채 얼갈이겉절이 김치	잡곡밥 소고기무국 떡갈비파인애플조림 숙주나물 파채무생채 김치	잡곡밥 버섯찌개 돈불고기 마늘쫀건새우볶음 도토리묵무침 김치	잡곡밥 콩나물국 소고기버섯소스 된장퐁무침 오이소박이 김치
오후간식	제철과일	요플레	바나나	찐감자/음료	바나나	카스타드/ 음료
구분	월(06.09)	화(06.10)	수(06.11)	목(06.12)	금(06.13)	토(06.14)
점심식단	잡곡밥 순두부백탕 부대볶음 수제장아찌 치커리무침 김치	잡곡밥 황태무국 시래기돈불고기 부추겉절이 매콤감자조림 김치	잡곡밥 미역국 소불고기 도토리묵무침 한식잡채 김치	잡곡밥 된장국 삼치구이 상추겉절이 청경채나물 김치	잡곡밥 오이냉국 돈불고기 곤약조림 근대나물 김치	잡곡밥 된장국 마파두부 브로콜리참깨무침 마늘쫀건새우볶음 김치
오후간식	기정떡	크라운산도/주스	제철과일	찐빵/ 음료	시니어 두유	김치전/ 음료
구분	월(06.16)	화(06.17)	수(06.18)	목(06.19)	금(06.20)	토(06.21)
점심식단	잡곡밥 북어콩나물국 된장불고기 미역줄기볶음 부추무침 김치	잡곡밥 된장국 야채계란찜 우민찌감자조림 얼갈이겉절이 김치	잡곡밥 미역국 김치닭조림 샐러드 어묵볶음 김치	잡곡밥 계란파국 돈육짜장소스 수제열무피클 숙주나물 김치	잡곡밥 미역국 제육볶음 비트무생채 청경채겉절이 김치	잡곡밥 된장국 닭갈비 오이지무침 콩나물무침 김치
오후간식	요플레	고구마 튀김	계란야채빵/ 음료	바나나	도너츠 / 음료	제철과일
구분	월(06.23)	화(06.24)	수(06.25)	목(06.26)	금(06.27)	토(06.28)
점심식단	잡곡밥 황태무국 마파두부 청경채굴소스볶음 얼갈이겉절이 김치	잡곡밥 순두부들깨탕 오징어돈육볶음 콘샐러드 부추겉절이 김치	잡곡밥 미역국 계란후라이+양념 콩나물 무생채 김치	잡곡밥 우거지해장국 강된장 탕평채 청경채겉절이 김치	잡곡밥 도토리묵사발 고등어구이 미역줄기볶음 '참나물겉절이 김치	잡곡밥 김치콩나물국 야채카레 수제장아찌 근대나물 김치
오후간식	붕어빵/ 음료	황도 통조림	썩설기 / 음료	케익/음료	제철과일	만두
구분	월(06.30)					
점심식단	잡곡밥 된장국 김치돈육볶음 오이무침 콩나물무침 김치					
오후간식	바나나					