

식단표 (2025년 12월)

한사랑주간보호센터

구분	월(12.01)	화(12.02)	수(12.03)	목(12.04)	금(12.05)	토(12.06)
점심 식단	잡곡밥 황태무국 돈육감자조림 동부목무침 열무겉절이 김치	잡곡밥 된장국 김치참치볶음 브로콜리흑임자무침 숙갓두부버무리 김치	잡곡밥 다시마채무국 고등어조림 콩나물무침 락교무침 김치	잡곡밥 사골감자국 수육 도토리묵무침 얼갈이나물 김치	잡곡밥 된장국 오징어짬뽕볶음 수제장아찌 숙주나물 김치	잡곡밥 호박버섯국 닭강정 양배추샐러드 미역줄기볶음 김치
오후간식	요플레	고구마/ 음료	바나나	카스테라/ 주스	제철과일	후렌치파이/두유
구분	월(12.08)	화(12.09)	수(12.10)	목(12.11)	금(12.12)	토(12.13)
점심 식단	잡곡밥 콩나물국 김치제육볶음 치커리무침 파래무무침 김치	잡곡밥 우동장국 아채카레 멕시칸샐러드 청경채겉절이 김치	잡곡밥 미역국 버섯우물고기 청포묵아채무침 해파리냉채 김치	잡곡밥 소고기무국 닭볶음탕 콘샐러드 오이지무침 김치	잡곡밥 청국장 삼치구이 봄동겉절이 숙주나물 김치	잡곡밥 된장국 베이컨그린빈볶음 새송이아채볶음 수제피클 김치
오후간식	절편	영양갱/ 음료	제철과일	요플레	고구마/음료	바나나
구분	월(12.15)	화(12.16)	수(12.17)	목(12.18)	금(12.19)	토(12.20)
점심 식단	잡곡밥 된장국 참치아채볶음 참나물무침 양념깻잎지 김치	잡곡밥 북어무국 들깨돈불고기 새송이볶음 돌나물무침 김치	잡곡밥 미역국 떡갈비파인애플조림 양배추샐러드 청경채겉절이 김치	잡곡밥 된장국 동태무조림 치커리무침 콩나물무침 김치	잡곡밥 미역국 소고기버섯소스 매콤감자조림 열무겉절이 김치	잡곡밥 유부장국 닭근약조림 브로콜리참깨무침 파채무무침 김치
오후간식	찰떡/ 음료	제철과일	케익/ 음료	카스타드/음료	단팥빵	요플레
구분	월(12.22)	화(12.23)	수(12.24)	목(12.25)	금(12.26)	토(12.27)
점심 식단	잡곡밥 콩가루배추국 버섯불고기 콩조림 청경채겉절이 김치	잡곡밥 된장국 계란후라이+고추장 콩나물무침 호박나물 김치	잡곡밥 우거지해장국 두부볶음 한식잡채 궁채장아찌 김치	잡곡밥 우동장국 함박스테이크 콘샐러드 실곤약아채무침 김치	잡곡밥 들깨버섯국 육우떡볶이 도토리묵무침 얼갈이나물 김치	잡곡밥 된장국 제육볶음 연근조림 치커리무침 김치
오후간식	바나나	오예스/요구르트	기정떡	고구마/음료	제철과일	밤만쥬/두유
구분	월(12.29)	화(12.30)	수(12.31)			
점심 식단	잡곡밥 김치콩나물국 짜장소스 단무지무침 가지볶음 김치	잡곡밥 맑은파개장 아채계란찜 땅콩조림 청경채나물 김치	잡곡밥 시래기국 숯불맛불고기 봄동겉절이 숙주나물 김치	※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다. ※ 주식회사올바른 제공 식단표 ※오전 간식 :10:10 (비피더스. 요구르트) ※오후 간식 :14:00 입니다.		
오후간식	시니어등표	카스테라/ 음료	미니도넛/요구르트			