8, 9월 식단표

2026년 8월 30일 ~ 2026년 9월 12일

에덴재활요양원 주간보호센터

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
30	31	1	2	3	4	5
아침 611kcal 잡곡밥 순두부국 곤약고기조림 양대콩조림 제철나물 배추김치 **오전간식** 따뜻한 차 **기능별 식이** 버섯죽 / 야채스프	아침 610kcal 잡곡밥 탕국 젓갈 제철나물 김가루무침 배추김치 **오전간식** 따뜻한 차 **기능별 식이** 호박죽 / 참깨죽	아침 614kcal 잡곡밥 미역국 깻잎김치 제철나물 분홍소세지전 배추김치 **오전간식** 따뜻한 차 **기능별 식이** 녹두죽 / 브로콜리	아침 610kcal 잡곡밥 북엇국 메추리알조림 젓갈 제철나물 배추김치 **오전간식** 따뜻한 차 **기능별 식이** 계란죽 / 당근죽	아침 613kcal 잡곡밥 콩나물국 고기장조림 고들빼기김치 제철나물 배추김치 **오전간식** 따뜻한 차 **기능별 식이** 해물죽 / 누룽지탕	아침 611kcal 잡곡밥 감자양파국 제철나물 젓갈 두부조림 배추김치 **오전간식** 따뜻한 차 **기능별 식이** 소고기죽 / 양배추죽	아침 612kcal 잡곡밥 소고기무우국 순두부+양념장 제철나물 고들빼기김치 배추김치 **오전간식** 따뜻한 차 **기능별 식이** 흑임자죽 / 참치죽
일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
6	7	8	9	10	11	12
아침 611kcal 잡곡밥 탕국 고들빼기김치 제철나물 계란찜 배추김치 **오전간식** 따뜻한 차 **기능별 식이** 녹두죽 / 참치죽	아침 610kcal 잡곡밥 들깨미역국 고춧잎김치 제철나물 버섯고기장조림 배추김치 **오전간식** 따뜻한 차 **기능별 식이** 흰살생선죽 / 소고기죽	아침 614kcal 잡곡밥 소고기국 메추리알조림 깻잎김치 제철나물 배추김치 **오전간식** 따뜻한 차 **기능별 식이** 팥죽 / 당근죽	아침 610kcal 잡곡밥 감자양파국 두부조림 제철나물 젓갈 배추김치 **오전간식** 따뜻한 차 **기능별 식이** 해물죽 / 야채죽	아침 610kcal 잡곡밥 북엇국 순두부 구운김 제철나물 배추김치 **오전간식** 따뜻한 차 **기능별 식이** 흑임자죽 / 양송이스프	아침 613kcal 잡곡밥 콩나물무우국 고기장조림 제철나물 고들빼기김치 배추김치 **오전간식** 따뜻한 차 **기능별 식이** 참깨죽 / 누룽지탕	아침 615kcal 잡곡밥 버섯개란국 참치야채볶음 제철나물 구운김 구운김 배추김치 **오전간식** 따뜻한 차 **기능별 식이** 땅콩죽 / 브로콜리죽

아침	점심	저녁
611kcal	622kcal	614kcal
610kcal	624kcal	611kcal
614kcal	625kcal	610kcal
610kcal	622kcal	613kcal
613kcal	620kcal	612kcal
611kcal	628kcal	610kcal
612kcal	627kcal	611kcal
610kcal	627kcal	610kcal
610kcal	623kcal	615kcal
613kcal	622kcal	610kcal
615kcal	625kcal	612kcal

잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
탕국	된장찌개	다슬기국
새싹비빔밥	제철나물	
북어채양념장	계란장조림	
제철나물	야채전	
배추김치		
오후간식		
증편		
음료		

잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
청국장		
미트볼조림		
묵무침		
제철나물		
배추김치		
오후간식		
제철과일		

잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
쌀밥		
된장짜박이		
계란말이		
제철나물		
배추김치		
오후간식		
후렌치파이		
두유		

잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
바지락살부추국		
제육볶음		
우엉조림		
동그랑땡		
제철나물		
배추김치		
오후간식		
백설기		
음료		

새알팥죽		
물김치		
오이소박이		
묵무침		
배추김치		
오후간식		
바나나		

잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
해물탕		
콩나물김칫국		
짜장		
제철나물		
고들빼기김치		
배추김치		
오후간식		
모닝빵		
요구르트		

잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
찰밥		
콩나물국		
콩나물김칫국		
꽃게탕		
두부전		
무우조림		
제철나물		
배추김치		
오후간식		
단호박		
요구르트		

☞ 식자재 수급 상황에 따라 당일 메뉴가 변경될 수 있습니다.