9월 식단표

2026년 9월 13일 ~ 2026년 9월 26일

에덴재활요양원 주간보호센터

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
13	14	15	16	17	18	19
아침 611kcal	아침 614kcal	아침 612kcal	아침 610kcal	아침 613kcal	아침 610kcal	아침 614kcal
잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
순두부국	버섯계란국	콩나물국	북엇국	감자국	탕국	미역국
계란찜	양대콩조림	두부조림	젓갈	고춧잎김치	계란찜	햄소세지전
제철나물	제철나물	제철나물	제철나물	메추리알조림	제철나물	고들빼기
김가루무침	양배추참치볶음	제철나물	순두부양념	제철나물	구운김	제철나물
배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
오전간식	**오전간식**	**오전간식**	**오전간식**	**오전간식**	**오전간식**	**오전간식**
따뜻한 차	따뜻한 차	따뜻한 차	따뜻한 차	따뜻한 차	따뜻한 차	따뜻한 차
기능별 식이	**기능별 식이**	**기능별 식이**	**기능별 식이**	**기능별 식이**	**기능별 식이**	**기능별 식이**
녹두죽	팥죽	생선죽	호박죽	닭죽	콩죽	참깨죽
점심 627kcal	점심 622kcal	점심 625kcal	점심 620kcal	점심 624kcal	점심 623kcal	점심 622kcal
잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	쌀밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
오징어국	콩가루배춧국	만둣국	미역국	시래기국	배춧국	유부어묵국
계란말이	제철나물	도토리가루전	곤알탕	청국장	바지락부춧국	다슬기국
시래기조림	가자미구이	제철나물	잡채	제육볶음	고등어구이	카레
제철나물	숙주나물무침	제철나물	불고기	양배추쌈	제철나물	단무지
제철나물	숙주나물무침	배추김치	오리불고기	제철나물	부추겉절이	제철나물
배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
오후간식	**오후간식**	**오후간식**	**오후간식**	**오후간식**	**오후간식**	**오후간식**
비스켓	포도	제철과일	요플레	단호박찜	바나나	미니호떡
베지밀	두유		쿠키	비피더스		요구르트
야채스프	참치죽	시금치죽	흑임자죽	브로콜리죽	계란죽	양송이스프
저녁 611kcal	저녁 614kcal	저녁 610kcal	저녁 615kcal	저녁 613kcal	저녁 614kcal	저녁 612kcal
잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
오징어국	해물탕	콩나물국	북엇국	청국장	바지락부춧국	다슬기국
계란말이	오이지무침	오리불고기	곤알탕	동그랑땡	석박지	순대무침
시래기조림	우엉조림	제철나물	제철나물	우엉조림	두부구이	감자채볶음
제철나물	제철나물	배추김치	오리불고기	제철나물	제철나물	제철나물
배추김치	배추김치		배추김치	배추김치		배추김치
오후간식	**오후간식**	**오후간식**	**오후간식**	**오후간식**	**오후간식**	**오후간식**
포도	두유	제철과일	요플레	단호박찜	바나나	미니호떡
베지밀	두유		쿠키	비피더스		요구르트
녹두죽	참치죽	시금치죽	호박죽	닭죽	콩죽	참깨죽
야채스프	팥죽	생선죽	흑임자죽	브로콜리죽	계란죽	양송이스프

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
20	21	22	23	24	25	26
아침 611kcal	아침 613kcal	아침 612kcal	아침 615kcal	아침 613kcal	아침 615kcal	아침 611kcal
잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
콩나물국	누룽지탕	감자양파국	소고기국	버섯계란국	미역국	북엇국
계란말이	닭계장	아욱국	삶은계란	콩가루배춧국	소고기탕국	유부국
제철나물	꽁치조림	곤알탕	된장짜박이	아욱국	다슬기국	콩나물국
계란찜	제철나물	참치양배추볶음	깻잎양념김치	콩조림	삼색나물	돼지갈비
배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
오전간식	**오전간식**	**오전간식**	**오전간식**	**오전간식**	**오전간식**	**오전간식**
따뜻한 차	따뜻한 차	따뜻한 차	따뜻한 차	따뜻한 차	따뜻한 차	따뜻한 차
기능별 식이	**기능별 식이**	**기능별 식이**	**기능별 식이**	**기능별 식이**	**기능별 식이**	**기능별 식이**
시금치죽	소고기죽	브로콜리죽	호박죽	흑임자죽	팥죽	녹두죽
점심 623kcal	점심 622kcal	점심 621kcal	점심 625kcal	점심 624kcal	점심 627kcal	점심 624kcal
잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	묵밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
소고기미역국	닭계장	아욱국	삶은계란	콩가루배춧국	소고기탕국	유부국
꽈리고추돈육조림	부로콜리초무침	제육볶음	제철나물	오리훈제	돼지갈비	짜장
숙주나물볶음	꽁치조림	콩나물무침	장아찌	부추겉절이	잡채	단무지
미역줄기볶음	제철나물	제철나물	제철나물	제철나물	제철나물	제철나물
배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
오후간식	**오후간식**	**오후간식**	**오후간식**	**오후간식**	**오후간식**	**오후간식**
삶은고구마	제철과일	팥시루떡	바나나	어묵탕	송편	쿠키
주스		이온음료	감주		식혜	두유
콩죽	당근죽	깨죽	맛살죽	버섯죽	해물죽	생선죽
저녁 615kcal	저녁 612kcal	저녁 614kcal	저녁 611kcal	저녁 612kcal	저녁 618kcal	저녁 612kcal
잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	찰밥	잡곡밥
된장찌개	꽃게탕	곤알탕	된장짜박이	아욱국	다슬기국	콩나물국
미트볼볶음	묵&양념장	만두무침	순대	모듬전	우엉조림	된장짜박이
시래기조림	알감자고기조림	무조림	제철나물	부추겉절이	제철나물	제철나물
제철나물	제철나물	제철나물	시래기조림	감자조림	미트볼조림	두부전,감자조림
배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
오후간식	**오후간식**	**오후간식**	**오후간식**	**오후간식**	**오후간식**	**오후간식**
제철과일	당근죽	깨죽	맛살죽	버섯죽	해물죽	생선죽

☞ 식자재 수급 상황에 따라 당일 메뉴가 변경될 수 있습니다.