

식단표

2026년 08월

다사랑복지센터

구분							토(08.01)
아침 식단							들깨미역국 어묵조림 양배추볶음 제철나물 배추김치
점심 식단							경상도소고기국 갈비산적구이 파래실곤약초무 침 제철나물 배추김치
저녁 식단							닭곰탕 맛살야채볶음 오징어젓무무침 제철나물 배추김치
구분	일(08.02)	월(08.03)	화(08.04)	수(08.05)	목(08.06)	금(08.07)	토(08.08)
아침 식단		해물미역국 돈민지두부조림 호박당근볶음 제철나물 배추김치	된장국 계란찜 노각볶음 제철나물 배추김치	바지락부추국 미트볼양송이조 림 미역줄기볶음 제철나물 배추김치	황태국 해물야채볶음 우엉채조림 제철나물 배추김치	홍합살무채국 계란야채볶음 옥수수콘샐러드 제철나물 배추김치	고사리들깨국 알감자조림 오이생채 제철나물 배추김치
점심 식단		시락국 고추장불고기 앞상추생채 제철나물 배추김치	소고기얼큰국 비엔나양파조림 쫄면생야채무침 제철나물 배추김치	계란국 짜장소스 군만두 단무지 배추김치	순두부찌개 안동찜닭 야채샐러드 제철나물 배추김치	소고기미역국 불고기 오색전 삼색나물 배추김치	오이냉국 두부양파조림 건과류멸치볶음 제철나물 배추김치
저녁 식단		근대국 떡갈비 단배추선김치 제철나물 배추김치	해물탕국 생선조림 다시마채무침 제철나물 배추김치	꽃게된장국 시래기된장전 가지양파볶음 제철나물 배추김치	버섯매운탕 너비아니구이 실파래양파무침 제철나물 배추김치	고추장찌개 병아리콩조림 도토리묵양념 제철나물 배추김치	콩나물김치국 치킨너겟/소스 모든생생채 제철나물 배추김치
구분	일(08.09)	월(08.10)	화(08.11)	수(08.12)	목(08.13)	금(08.14)	토(08.15)
아침 식단		계란볶어국 두부양념조림 마늘쫄볶음 제철나물 배추김치	콩가루배추국 스크램블에그 김무침 고실나물 배추김치	계란파국 후랑크감자조림 건새우볶음 제철나물 배추김치	호박새우젓국 건과류멸치볶음 양파오복지새콤 무침 제철나물 배추김치	소고기무국 계란말이 고구마줄기볶음 제철나물 배추김치	다슬기부추국 돈민지야채볶음 해초양파무침 제철나물 배추김치
점심 식단		해장국 곤약고기장조림 알배추생채 제철나물 배추김치	소고기국 메란표고조림 순대볶음 제철나물 배추김치	홍합살미역국 비엔나새송이장 조림 어묵채볶음 제철나물 배추김치	시락국 고추장불고기 알배추쌈 제철나물 배추김치	닭계장 미트볼피망볶음 양배추부추생채 제철나물 배추김치	계란국 짜장소스 단무지무침 군만두 배추김치
저녁 식단		해장국 햄계란전 오이부추생채 제철나물 배추김치	부디찌개 흑인자들깨샐러 드 꼬시래기무침 제철나물 배추김치	들깨미역국 갈비산적구이 가지양파볶음 제철나물 배추김치	해물짬뽕국 비엔나양파볶음 젓갈고추무침 제철나물 배추김치	경상도소고기국 콩나물해물찜 우엉조림 제철나물 배추김치	순두부찌개 고기장조림 건미역양파무침 제철나물 배추김치

구분	일(08.16)	월(08.17)	화(08.18)	수(08.19)	목(08.20)	금(08.21)	토(08.22)
아침 식단		바지락무국 계란찜 새우호박볶음 제철나물 배추김치	들깨버섯국 소불고기 단호박찜 제철나물 배추김치	동태국 죽순편들개볶음 깨순양파볶음 제철나물 배추김치	새우탕국 돈채야채볶음 꼬시래기무침 제철나물 배추김치	근대국 비엔나야채볶음 연두부&양념장 제철나물 배추김치	감자미역국 스크램블에그 마늘쫄간장조림 제철나물 배추김치
점심 식단		얼큰김치국 고기버섯볶음 해파리냉채 제철나물 배추김치	오이냉국 안동찜닭 쫄면야채무침 제철나물 배추김치	콩가루된장국 생선까스/소스 양상추샐러드 제철나물 배추김치	콩국 고추장불고기 모듬야채 제철나물 배추김치	가시오부시육수 국수 삼색나물 양념장 배추김치	소고기국 멸치두부조림 해초오이채무침 제철나물 배추김치
저녁 식단		순두부찌개 동그랑땡 고사리볶음 제철나물 배추김치	모듬해물탕 장조림 노각생채 제철나물 배추김치	얼무된장국 청포묵야채무침 단호박조림 제철나물 배추김치	파계장 갈비산적구이 연근조림 제철나물 배추김치	소고기국 미트볼조림 가지볶음 제철나물 배추김치	아욱국 돈육숙주볶음 건파래자반 제철나물 배추김치
구분	일(08.23)	월(08.24)	화(08.25)	수(08.26)	목(08.27)	금(08.28)	토(08.29)
아침 식단		팽이가시오부시 국 계란말이 버섯볶음 제철나물 배추김치	호박계란국 우육강된장 죽순편볶음 제철나물 배추김치	두부탕국 부추프리타타 땅콩조림 제철나물 배추김치	황태국 돈육장조림 깻잎지 제철나물 배추김치	해물탕국 계란찜 무채들개볶음 제철나물 배추김치	순두부백탕 멸치견과류볶음 청경채볶음 제철나물 배추김치
점심 식단		참치김치국 돈곤약장조림 오이양파무침 제철나물 배추김치	소고기국 메란표고조림 쫄면야채무침 제철나물 배추김치	닭개장 해파리냉채 부추겉절이 제철나물 배추김치	두부된장국 돈불고기 모듬쌈&쌈장 제철나물 배추김치	단배추된장국 해물굴소스볶음 연두부&양념장 제철나물 배추김치	탕국 비빔밥 삼색나물 약고추장 배추김치
저녁 식단		콩가루배추국 명명채무침 가지양파볶음 제철나물 배추김치	건홍합무채국 갈비산적구이 무생채 제철나물 배추김치	다시마어묵국 탕수육 알배추양념 제철나물 배추김치	황태국 소고기야채볶음 도라지볶음 제철나물 배추김치	황태국 소고기야채볶음 도라지볶음 제철나물 배추김치	호박된장찌개 생선전 건미역양파초무 침 제철나물 배추김치
구분	일(08.30)	월(08.31)					
아침 식단		북어채국 스크램블에그 버섯볶음 제철나물 배추김치					
점심 식단		시락국 닭볶음탕 표고버섯볶음 제철나물 배추김치					
저녁 식단		호박잎감자국 갈비산적구이 도토리묵야채무 침 제철나물 배추김치					

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

※ 원산지 표시 : 쌀,참쌀-국내산/수입산,배추김치-국내산/수입산,고추가루-국내산/수입산,
계육-국내산/수입산,돈육-국내산/미국산,우정육-미국산/호주산,두부-중국산
아귀-중국산,가자미-미국산,코다리-러시아산,고등어-국내산/원양산,동태-러시아산,
새우살-중국산,미꾸라지-중국산,조갯살-중국산,장어-중국산,꽃게-중국,오징어-페루,적어-포르투갈

※ 모든 식단은 저염식으로 제공됩니다

급식위탁 : SJ FOOD(주) (전화:055-853-1061/ 주소 : 경남 사천시 축동면 인절미고갯길 72) 영양사 : 김경은