

식단표

2026년 06월

데이케어만세재가복지센터

구분	월(06.01)	화(06.02)	수(06.03)	목(06.04)	금(06.05)	토(06.06)
점심 식단	잡곡밥 부대김치국 당면불고기 들깨스파게티 무채나물 배추김치 0798.0kcal	잡곡밥 경상도쇠고기탕국 춘천닭갈비 돈채우거지조림 옥수수야채샐러드 배추김치 0792.0kcal	★CJ데이★ 잡곡밥 두부우동국 제육볶음 수제강된장 상추쌈 배추김치 0785.0kcal	잡곡밥 감자탕 해물콩나물찜 깻순어묵조림 오이탕탕이 배추김치 0794.0kcal	잡곡밥 쇠고기미역국(생일 특식) 피망잡채 햄고구마조림 비트장아찌 배추김치 0799.0kcal	적은 잡곡밥 잔치국수(별미식) 갈비양념돈장조림 호박볶음 무생채 배추김치 0790.0kcal
저녁 식단	잡곡밥 미역국 고추장짜글이 제철야채전 계절나물 배추김치 0665.0kcal	잡곡밥 복쌈국 콩나물해물찜 불어묵조림 해초샐러드 배추김치 0650.0kcal		잡곡밥 계란국 영양짜장 두부강정&소스 치커리흑임자겉절이 배추김치 0658.0kcal	잡곡밥 된장국 난자완스 두부새우젓찜 계절나물 배추김치 0659.0kcal	잡곡밥 고추장국 생선양념조림 단호박그린샐러드 건나물지짐 배추김치 0645.0kcal
오후 간식	카스타드 런	꼬마보름달 요구르트		찐고구마 사과쥬스	왕만쥬 두유	한방영양닭죽 배도라지즙
기능 식이	흑미연근죽 버섯야채죽	참치당근죽 땅콩죽		완두콩죽 옥수수죽	자색고구마죽 맛살브로콜리죽	팔죽 닭살고구마죽
구분	월(06.08)	화(06.09)	수(06.10)	목(06.11)	금(06.12)	토(06.13)
점심 식단	잡곡밥 시골된장국 연근닭볶음탕 청포묵무침 토마토오이샐러드 배추김치 0792.0kcal	잡곡밥 황태국 훈제오리볶음 감자단호박조림 당근숙나물 배추김치 0789.0kcal	★CJ데이★ 잡곡밥 김치어묵국 생선구이 콩나물당면잡채 제철겉절이 배추김치 0799.0kcal	잡곡밥 사골미역국 돈갈비양념찜 과일야채마요샐러드 무생채 배추김치 0795.0kcal	잡곡밥 호박청국장 영양카레 두부시금치조림 비트장아찌 배추김치 0798.0kcal	★별미식/비빔밥★ 잡곡밥 무청시래기국 백불고기 고명나물 무채나물 배추김치 0788.0kcal
저녁 식단	잡곡밥 조갯살미역국 생선까스&소스 푸실리그린샐러드 건나물지짐 배추김치 0690.0kcal	잡곡밥 선짓국 홍합살두부조림 목이버섯전 단무지채무침 배추김치 0688.0kcal	잡곡밥 오징어국 고구마닭조림 새우살브로콜리볶음 미역초무침 배추김치 0687.0kcal	잡곡밥 된장국 해물완자조림 납작어묵미나리초무 침 무나물 배추김치 0686.0kcal	잡곡밥 감자국 닭살브로콜리볶음 탕평채 시래기지짐 배추김치 0692.0kcal	잡곡밥 닭개장 야채고로케 실곤약깻잎무침 먹지지짐 배추김치 0685.0kcal
오후 간식	카스타드 홍삼즙	계절과일 요플레	오븐휘낭시에 요구르트	찐고구마 쥬시쿨	왕만쥬 두유	수제단호박죽 런
기능 식이	녹두죽 시금치계란죽	표고버섯무죽 땅콩죽	매생이죽 맛살브로콜리죽	검정콩죽 냉이죽	단호박당근죽 들깨죽	콩가루죽 오징어야채죽

구분	월(06.15)	화(06.16)	수(06.17)	목(06.18)	금(06.19)	토(06.20)
점심 식단	잡곡밥 닭곰탕 떡갈비조림 도토리묵상추무침 건새우무나물 배추김치 0794.0kcal	잡곡밥 육개장 짜장불고기 불어묵조림 오이피클 배추김치 0794.0kcal	★CJ데이★ 잡곡밥 콩나물국 파닭볶음탕 다시멸치시래기지짐 마카로니마요샐러드 배추김치 0789.0kcal	잡곡밥 아귀해물탕 숙주나물제육찜 도토리묵야채무침 건새우무나물 배추김치 0786.0kcal	잡곡밥 쇠고기미역국(생일 특식) 계란마파덮밥 한식잡채 아삭이양파장아찌 배추김치 0792.0kcal	적은 잡곡밥 잔치국수(별미식) 돈사태감자조림 호박볶음 무생채 배추김치 0792.0kcal
저녁 식단	잡곡밥 미역국 파리돈장조림 마파가지 계절나물 배추김치 0649.0kcal	잡곡밥 된장국 시래기짜글이 감자엿장조림 계절나물 배추김치 0647.0kcal	잡곡밥 시래기고추장국 너비아니조림 알배추피망겨자채 계절나물 배추김치 0650.0kcal	잡곡밥 된장국 단호박카레소스 야채고로케 오이생채 배추김치 0640.0kcal	잡곡밥 유부김치국 시래기두부조림 수제부추전 상추치커리샐러드 배추김치 0660.0kcal	잡곡밥 사골육개장 피쉬볼콩나물찜 고구마튀김 계절나물 배추김치 0649.0kcal
오후 간식	카스타드 요거얌얌	통단팔도라야끼 요구르트	계절과일 요플레	찐고구마 사과주스	왕만쥬 두유	한방영양닭죽 배도라지즙
기능 식이	흑미감자죽 새우살죽	오징어야채죽 들깨죽	검정콩죽 감자계란죽	쇠고기야채죽 미역죽	완두콩죽 차조죽	참치야채죽 자색고구마죽
구분	월(06.22)	화(06.23)	수(06.24)	목(06.25)	금(06.26)	토(06.27)
점심 식단	잡곡밥 묵은지청국장국 된장불고기 호박고추장조림 콩나물무침 배추김치 0792.0kcal	잡곡밥 순댓국 두부양념조림 브로콜리잡채 수제피클 배추김치 0799.0kcal	★CJ데이★ 잡곡밥 버섯매운탕 닭살짜글이 두절새우제철나물지 짐 흑임자청포묵샐러드 배추김치 0789.0kcal	잡곡밥 곰국 생선양념구이 풋고추감자조림 오이푸주샐러드 배추김치 0786.0kcal	잡곡밥 햄김치국 간장찜닭 천사채야채무침 미역줄기볶음 배추김치 0792.0kcal	★별미식/비빔밥★ 잡곡밥 유부장국 연양식불고기 고명나물 무채나물 배추김치 0794.0kcal
저녁 식단	잡곡밥 두부탕국 모듬장조림 고구마줄기지짐 계절나물 배추김치 0690.0kcal	잡곡밥 북엇국 고기경단조림 툇야채볶음 고춧잎지 배추김치 0688.0kcal	잡곡밥 콩가루배춧국 짬뽕소스불고기 토란대지짐 유자청샐러드 배추김치 0687.0kcal	잡곡밥 콩나물국 해물난자완스 건두부그린샐러드 계절나물 배추김치 0686.0kcal	잡곡밥 시락국 민씨감자장조림 김치전 꼬시래기피망무침 배추김치 0692.0kcal	잡곡밥 콩가루배춧국 생선캔무조림 연육야채전 썩갓겉절이&소스 배추김치 0685.0kcal
오후 간식	후레쉬베리 런	계절과일 쥬시쿨	꼬마보름달 요구르트	찐고구마 요거얌얌	왕만쥬 두유	수제단호박죽 배도라지주스
기능 식이	시금치계란죽 참깨죽	버섯야채죽 들깨죽	북어채소죽 옥수수죽	땅콩죽 근대사골죽	검은콩죽 쇠고기호박죽	자색고구마죽 콩나물야채죽

구분	월(06.29)	화(06.30)				
점심 식단	잡곡밥 두부우동국 동 파울소스불고기 건나물볶음 도토리묵달래장무침 배추김치 0798.0kcal	잡곡밥 참치추어탕 한식전통잡채 불어묵조림 천사채냉채무침 배추김치 0798.0kcal				
저녁 식단	잡곡밥 홍합살뭇국 떡갈비바베큐조림 미나리콩나물찜 단무지채무침 배추김치 0690.0kcal	잡곡밥 해장국 간장불고기 수제강된장 열무나물 배추김치 0690.0kcal				
오후 간식	카스타드 런	계절과일 요플레				
기능 식이	게살야채죽 완동콩죽	표고버섯무죽 생선살죽				

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

※ 원산지 표시 : 쌀(국내산), 죽(미국산), 닭고기(국내산), 쇠고기(호주산), 돼지고기(국내산,캐나다산,미국산), 명태(러시아산), 고등어(국내산,노르웨이산), 오징어(국내산)

닭정육(브라질산) 김치: 배추,고추가루(중국산) 콩,두부(미국산), 삼겹살(수입산,네델란드등), 꽃게(중국산), 돈까스,미트볼, 떡갈비등 식육가공품 (수입산)

※ 업체 사정에 따라 식단은 변동될 수 있으니 양해 부탁드립니다.