

2026년 8월 식단표

월	화	수	목	금	토
31					1
밥					밥
김치순두부국					소고기미역국
탕수육					닭볶음탕
호박고추장찌개					콩나물무침
깻잎김치					감자곤약조림
김치					김치
3	4	5	6	7	8
밥	밥	밥	밥	밥	밥
황태콩나물국	꽃게된장국	들깨미역국	단배추된장국	오이미역냉국	김치콩나물국
소불고기	카레소스	가자미구이	돼지고기두루치기	불락구이	연두부, 양념장
브로콜리나물	계란말이	도토리묵, 양념장	상추,쌈장	호박볶음	감자곤약조림
오이생채	알배추겉절이	아삭고추무침	가지나물	깻잎김치	열무나물산초무침
김치	김치	김치	김치	김치	김치
10	11	12	13	14	15
밥	밥	밥	밥	밥	밥
순두부계란국	다슬기부추국	맑은콩나물국	김치느타리버섯국	닭다리삼계탕	시락국
코다리조림	오징어, 브로콜리숙회	육전	계란찜	삼치구이	훈제오리겨자냉채
콩나물무침	김치전	호박감자찌개	마늘종멸치볶음	숙갓두부무침	우영채조림
무생채	깻잎지	숙주나물(오이채)	청경채겉절이	궁채장아찌	오이김치
김치	김치	김치	김치	김치	김치
17	18	19	20	21	22
밥	밥	밥	밥	밥	밥
홍합미역국	순두부김치국	콩나물국	어묵국	단배추된장국	아욱감자국
육원전(동그랑땡)	돼지고기두루치기	임연수구이	닭간장조림	가자미조림	소고기마늘종볶음
어묵볶음	양배추쌈	가지나물	김치전	청경채버섯볶음	연근조림
풋고추된장무침	건파래볶음	매란버섯조림	치커리, 상추겉절이	오이쌈장무침	꼬시래기무침
김치	김치	김치	김치	김치	김치
24	25	26	27	28	29
밥	밥	밥	밥	밥	밥
황태미역국	다슬기배추된장국	소고기무국	콩나물국	유부장국	시금치된장국
두부무조림	돼지고기두루치기	코다리조림	잡채	고등어시래기지짐	떡갈비구이
호박나물	상추,쌈장	고추찜	짜장소스	브로콜리마요무침	알송이곤약조림
오이양배추초무침	가지나물	다시마채쫄갈무침	청경채겉절이	숙주나물	건취나물무침
김치	김치	김치	김치	김치	김치

♡ 위 식단은 식자재수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

쌀, 잡곡, 김치, 야채류, 오리고기, 닭고기-국내산 돼지고기, 소고기-수입산(호주, 브라질 등등)

울 주 시 니 어 클 럽

"닭다리 삼계탕은 행복노인복지재가의 요청을 반영했습니다"