식단표

2026년 10월

드림주야간보호센터2호점

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
				1	2	3 개천절
				점심(0791.0kcal kcal) 잡곡밥 계란탕 닭살묵은지찜 건파래자반 콩나물무침 배추김치 간식 우유(두유).씨리얼 롤케이크	저녁(0662.0kcal kcal) 잡곡밥 민물새우국 우민찌버섯볶음 옥수수고로께&케찹 열무겉절이 배추김치	점심(0796.0kcal kcal) 잡곡밥 감자국 바싹불고기 구운어묵오이생채 보리새우무나물 배추김치 간식 녹두죽 고구마맛탕	저녁(0649.0kcal kcal) 잡곡밥 돈육고추장찌개 오징어까스&소스 도토리묵무침 반달단무지무침 배추김치	점심(0792.0kcal kcal) 잡곡밥 장터국밥 마파두부 한식잡채 아삭고추양파장아찌 배추김치 간식 소고기김치죽 단호박찰밥	저녁(0644.0kcalkcal) 잡곡밥 들기름미역국 갈비양념짜글이 김치전 모듬채소샐러드 배추김치
4		5 대체공휴일(10.3)		6		7		8		9 한글날		10	
점심	저녁	점심(789kcal)	저녁(0647.0kcal kcal)	점심(793kcal)	저녁(0662.0kcal kcal)	점심(782kcal)	저녁(0654.0kcal kcal)	점심(0799.0kcal kcal)	저녁(0647.0kcal kcal)	점심(0784.0kcal kcal)	저녁(0650.0kcal kcal)	점심(0786.0kcal kcal)	저녁(0672.0kcalkcal)
		잡곡밥 북어해장국 사천식짜장소스 치킨까스&머스타드 오이깍두기 배추김치	잡곡밥 부대찌개 해물콩나물찜 볼어묵깐풍기 톳무생채 배추김치	잡곡밥 장터국밥 돈사태무조림 단호박당근조림 수제피클 배추김치	잡곡밥 유부장국 청파래오징어까스 호박고추장조림 그린샐러드&키위소스 배추김치	잡곡밥 감자국 고등어양념조림 탕평채 취나물볶음 배추김치	잡곡밥 시락국 갈비산적조림 메밀배추전 유부냉채 배추김치	잡곡밥 청국장 우삼겹목이버섯볶음 고사리볶음 단무지채무침 배추김치	잡곡밥 콩나물국 고등어캔무조림 고구마튀김 상추샐러드 배추김치	잡곡밥 쇠고기미역국 언양식불고기 꽈리고추어묵조림 양배추&쌈장 배추김치	잡곡밥 낙지연포탕 고기완자전 오징어젓갈무침 시래기지짐 배추김치	잡곡밥 두부탕국 참치짜글이 돈채삼색피망볶음 오복지무침 배추김치	잡곡밥 민물새우국 우채숙주볶음 총알버섯볶음 목이버섯유자무침 배추김치
간식		간식		간식		간식		간식		간식		간식	
———		소고기야채죽 ——— 떠먹는요거트		우유(두유).씨리얼 ——— 김치전		녹두죽 ——— 요쿠르트,롤케이크		우유(두유) .씨리얼 ——— 요쿠르트.카스테라		떡만두국 ——— 치즈빵.요쿠르트		전복죽 ——— 모닝빵 단호박샌드위치	
11		12		13		14		15		16		17	
점심	저녁	점심(0785.0kcal kcal)	저녁(0671.0kcal kcal)	점심(0791.0kcal kcal)	저녁(0653.0kcal kcal)	점심(0795.0kcal kcal)	저녁(0664.0kcal kcal)	점심(0789.0kcal kcal)	저녁(0658.0kcal kcal)	점심(0793.0kcal kcal)	저녁(0649.0kcal kcal)	점심(0784.0kcal kcal)	저녁(0650.0kcalkcal)
		잡곡밥 시골된장국 사과카레소스 돈까스&소스 수제피클 배추김치	잡곡밥 경상도쇠고기탕국 명란두부찜 연육야채전 재철겉절이 배추김치	잡곡밥 두부미역국 바싹불고기 도토리묵백김치무침 호박지짐 배추김치	잡곡밥 닭살배춧국 고기겯단야채조림 죽봉어묵오이생채 먹지지짐 배추김치	잡곡밥 콩나물국 갈비양념돈사태찜 과일야채마요샬러드 고사리고추장볶음 배추김치	잡곡밥 참치침치찌개 조기구이 새우살미늘쫑무침 치자무생채 배추김치	잡곡밥 돼지국밥 두부양념조림 한식잡채 미역줄기양배추무침 배추김치	잡곡밥 해장국 훈제오리김치볶음 팽이버섯냉채 콩자반 배추김치	잡곡밥 스팸김칫국 간장찜닭 브로콜리드타리버섯볶음 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 쇠고기당면국 돈채야삭고추볶음 통감자조림 스제피클 배추김치	잡곡밥 유부된장국 된장불고기 쫄면양념당면무침 돌자반 배추김치	잡곡밥 감자수제비국 두부짜글이 나쵸토핑샐러드&소스 고구마맛탕 배추김치
간식		간식		간식		간식		간식		간식		간식	
———		전복죽 ——— 충무김밥		소고기미역죽 ——— 카스테라		횡태전복죽 ——— 요거트.씨리얼		소고기야채죽 ——— 패스츄리,요쿠르트		녹두죽 ——— 요쿠르트.카스테라		소고기미역죽 ——— 샌드위치.땅콩	

18		19		20		21		22		23		24	
점심	저녁	점심(0792.0kcal kcal)	저녁(0648.0kcal kcal)	점심(0781.0kcal kcal)	저녁(0651.0kcal kcal)	점심(0794.0kcal kcal)	저녁(0660.0kcal kcal)	점심(0782.0kcal kcal)	저녁(0667.0kcal kcal)	점심(0790.0kcal kcal)	저녁(0649.0kcal kcal)	점심(0789.0kcal kcal)	저녁(0642.0kcal kcal)
		잡곡밥 닭곰탕 돈육알배추굴소스조림 푸실리샐러드 미역줄기초고추장무침 배추김치	잡곡밥 시락국 꽁치캔무조림 해물완자전 어묵미나리무침 배추김치	잡곡밥 게살계란탕 짜장소스 라조기 단무지무침 배추김치	잡곡밥 육개장 불고기잡채 무쌈 모듬야채무침 배추김치	잡곡밥 야채된장국 돼지고기갈비양념조림 오색청포묵 오이소박이 배추김치	잡곡밥 순두부백탕 조기구이 민찌묵은지찜 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 부대찌개 춘천닭갈비 토란대지짐 비트장아찌 배추김치	잡곡밥 무채국 오리주물럭 사찰식무야채전 꼬시래기무침 배추김치	잡곡밥 미소시루 볼어묵콩나물찜 난자완스 버섯볶음 배추김치	잡곡밥 청국장 함박스테이크 줄감자튀김 브로콜리느타리버섯볶음 배추김치	잡곡밥 종합어묵탕 열무돼지고기볶음 어향가지 우무냉채 배추김치	잡곡밥 콩나물국 닭살야채볶음 햄맛살볶음 미역유자청무침 배추김치
간식		간식		간식		간식		간식		간식		간식	
————		소고기야채죽 ———— 호떡		소고기깅치죽 ———— 요구르트.밀크빵		우유(두유).씨리얼 ———— 떠먹는요거트		전복죽 ———— 계절과일		———— 케이크,계절과일		황태 계란죽 ———— 기정떡, 요쿠르트	
25		26		27		28		29		30		31	
점심	저녁	점심(0791.0kcal kcal)	저녁(0649.0kcal kcal)	점심(0780.0kcal kcal)	저녁(0679.0kcal kcal)	점심(0789.0kcal kcal)	저녁(0658.0kcal kcal)	점심(0795.0kcal kcal)	저녁(0660.0kcal kcal)	점심(0799.0kcal kcal)	저녁(0649.0kcal kcal)	점심(0794.0kcal kcal)	저녁(0638.0kcal kcal)
		잡곡밥 콩나물국 닭볶음탕 도토리묵&양념장 들기름김치찜 배추김치	잡곡밥 버섯찌개 가지덮밥소스 팝콘치킨샐러드 된장무조림 배추김치	잡곡밥 선짓국 돈채풋고추볶음 두부조림 야채겉절이 배추김치	잡곡밥 콩가루냉이국 해물찜 고구마튀김 얼갈이겉절이 배추김치	잡곡밥 호박연두부탕 전통잡채 볼어묵조림 야삭고추양파장아찌 배추김치	잡곡밥 알토란국 백불고기 건새우무지짐 실곤약깻잎무침 배추김치	잡곡밥 버섯찌개 코다리강정 고구마줄기지짐 치커리겉절이 배추김치	잡곡밥 야채짬뽕국 짜장소스 탕수육&과일소스 오색피클 배추김치	잡곡밥 게란탕 닭살김치볶음 새우살호박찜 건새우무나물 배추김치	잡곡밥 우거지해장국 불향불고기 천사채마요무침 가지나물 배추김치	잡곡밥 잔치국수 너비아니전 참치캔묵은지찜 오이탕탕이 배추김치	잡곡밥 얼큰찌개 닭살고구마조림 미역줄기볶음 배추쌈장무침 배추김치
간식		간식		간식		간식		간식		간식		간식	
————		소고기김치죽 ———— 김치전		소고기계란죽 ———— 찐고구마		전복죽 ———— 떠먹는요거트		소고기김치죽 ———— 단호박찰밥		우유(두유).씨리얼 ———— 계절과일		들깨떡국 ———— 단호박계란찜	

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