

2026년 08월 식단표

2026년 08월

벤엘주야간보호센터

구분						토(08.01)
점심 식단						잡곡밥 도토리묵냉국 순살갈치감자조림 가지나물 부추사과생채 열무김치
저녁 식단						잡곡밥 근대콩나물국 소고기토마토볶음 단호박견과찜 오이참깨무침 배추김치
오전 간식						플레인요거트
오후 간식						복숭아
구분	월(08.03)	화(08.04)	수(08.05)	목(08.06)	금(08.07)	토(08.08)
점심 식단	잡곡밥 오이미역냉국 닭살단호박찜 두부가지구이 토마토양파무침 열무김치	열무보리비빔밥 콩나물오이냉국 소고기버섯장조림 단호박샐러드 파배기 나박김치	잡곡밥 소고기호박국 돈육간장불고기 브로콜리감자샐러드 깻잎양배추무침 배추김치	초계메밀국수 추가밥 떡갈비야채조림 애호박볶음 무초절임 열무김치	잡곡밥 애호박된장찌개 순살코다리조림 옥수수맛살볶음 노각부추무침 배추김치	잡곡밥 닭곰탕 병어간장찜 가지전 오이초무침 깍두기
저녁 식단	잡곡밥 얼갈이두부국 순살가자미조림 감자채볶음 치커리무침 배추김치	잡곡밥 감자양파국 닭가슴살부추볶음 옥수수전 노각무침 배추김치	잡곡밥 재첩부추국 두부버섯완자조림 고구마순들깨볶음 오이지무침 깍두기	잡곡밥 근대된장국 고등어순살무조림 단호박팔찜 오이냉채 배추김치	잡곡밥 팽이유부맑은국 돈육청경채굴소스볶음 연근조림 토마토오이샐러드 배추김치	잡곡밥 황태무맑은국 오리부추간장볶음 새송이감자조림 고구마순된장무침 배추김치
오전 간식	우유	검은참깨두유	딸기요거트	비피더스	블루베리요거트	참외
오후 간식	찐옥수수	플레인요거트	옛날붕어빵슈크림	스크럼블에그	방울토마토	단호박꿀찜
구분	월(08.10)	화(08.11)	수(08.12)	목(08.13)	금(08.14)	토(08.15)
점심 식단	잡곡밥 콩비지국 닭살채소조림 단호박옥수수범벅 오이부추겉절이 나박김치	잡곡밥 호박잎콩가루국 돈육버섯간장볶음 옥수수달걀말이 비름나물초무침 배추김치	가지소고기덮밥 미역오이냉국 새우완자찜 감자브로콜리볶음 단무지 나박김치	잡곡밥 소고기미역국 훈제오리단호박찜 도토리묵무침 노각사과생채 배추김치	잡곡밥 영양삼계탕 버섯완자조림 단호박전 열무된장나물 깍두기	잡곡밥 소고기버섯탕 동그랑땡조림 단호박샐러드 오이배초무침 깍두기
저녁 식단	잡곡밥 북어국 소불고기 가지볶음 청경채무침 배추김치	잡곡밥 청경채달걀국 닭살단호박구이 연근배샐러드 오이지참깨무침 깍두기	잡곡밥 얼갈이감자국 순살가자미레몬찜 단호박콩조림 치커리흑임자무침 배추김치	잡곡밥 순두부부추국 고등어순살된장구이 우영채표고볶음 숙주겨자무침 배추김치	잡곡밥 아욱콩가루국 병어감자무조림 가지버섯볶음 부추양파무침 배추김치	잡곡밥 애호박새우국 순살갈치유자구이 연근들깨조림 비름나물 배추김치
오전 간식	플레인요거트	우유	포도주스	딸기요거트	검은참깨두유	요구르트
오후 간식	찐감자	수박	컵시리얼	롤케이크	약과	초코파이

구분	월(08.17)	화(08.18)	수(08.19)	목(08.20)	금(08.21)	토(08.22)
점심 식단	잡곡밥 들깨감자옹심이국 오리부추찜 가지양파볶음 참외샐러드 나박김치	잡곡밥 오이냉국 순살조기감자찜 단호박연두부샐러드 고구마순멸치무침 배추김치	잡곡밥 호박익힌장찌개 고등어순살조림 가지들깨찜 오이부추유자무침 배추김치	잡곡밥 열무콩가루국 닭살데리조림 브로콜리&초장 숙주부추냉채 배추김치	잡곡밥 소고기부추국 닭다리오븐구이 감자샐러드 비름된장무침 깍두기	옥수수영양밥 오이미역냉국 소고기버섯찜 애호박계란전 노각부추생채 열무김치
저녁 식단	잡곡밥 북어미역국 닭안심표고구이 연근옥수수조림 청경채유자무침 배추김치	잡곡밥 근대바지락국 돈육애호박볶음 새송이계란전 깻잎양파무침 배추김치	잡곡밥 들깨무채국 소고기단호박볶음 감자채 파프리카볶음 참나물두부무침 깍두기	잡곡밥 조갯살국 병어유자찜 연근버섯볶음 깻잎순참깨무침 배추김치	잡곡밥 근대콩나물국 순살가자미채소찜 단호박깨무침 오이지사과무침 배추김치	잡곡밥 북어무국 고등어순살된장찜 가지볶음 깻잎순유자무침 배추김치
오전 간식	블루베리요거트	검은참깨두유	요구르트	검은콩두유	오렌지주스	비피더스
오후 간식	찐고구마	모닝빵&딸기잼	간장비빔국수	소떡소떡	감자고로케	꿀호떡
구분	월(08.24)	화(08.25)	수(08.26)	목(08.27)	금(08.28)	토(08.29)
점심 식단	잡곡밥 호박익국 오리단호박구이 가지볶음 고구마순된장무침 배추김치	잡곡밥 두부된장국 순살갈치무침 단호박옥수수전 깻잎양배추생채 배추김치	비빔쌀국수 쌀국수국물 암운센 야채춘권 양파장아찌 배추김치	잡곡밥 소고기근대국 병어감자조림 가지두부전 노각무침 배추김치	잡곡밥 애호박새우젓찌개 닭볶음탕 고구마순볶음 참나물무침 열무김치	잡곡밥 호박익들깨국 소고기부고기 단호박조림 토마토샐러드 배추김치
저녁 식단	잡곡밥 바지락근대국 소고기청경채찜 우영채견과조림 노각사과무침 깍두기	잡곡밥 황태애호박국 돈육가지간장볶음 연근브로콜리무침 숙주유자냉채 배추김치	잡곡밥 들깨표고국 고등어구이 명란달걀찜 비름참깨무침 배추김치	잡곡밥 얼갈이콩나물국 오리버섯간장찜 단호박연근조림 깻잎순나물 깍두기	잡곡밥 배추된장국 순살가자미구이 우영채표고볶음 비름나물 배추김치	잡곡밥 바지락아욱국 순살삼치무조림 감자조림 고구마순참깨무침 배추김치
오전 간식	요구르트	두유	포도주스	딸기요거트	우유	미숫가루두유
오후 간식	햇바	황도	해쉬브라운	고구마샐러드	찐감자	야채고로케
구분	월(08.31)					
점심 식단	잡곡밥 근대된장찌개 닭살간장조림 단호박브로콜리찜 비름나물무침 배추김치					
저녁 식단	잡곡밥 표고감자국 고갈비구이 우영채견과볶음 오이지유자무침 깍두기					
오전 간식	검은참깨두유					
오후 간식	찐고구마					

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

※ 원산지 표시 : 원산지 :

쌀(국내산)흑미,찰쌀(국내산)보리(국내산)차조(중국산)포기김치[배추(중국산)/고춧가루(중국산)]

맛김치[배추(국내산)/고춧가루(중국산)] 백김치[배추(국내산)]나박김치[배추/무,고추분:국내산]

백나박김치[배추/무:국내산]가자미(미국산)두부(대두:수입산) 봄동(국내산) 동태알(미국산) 동태곤이(러시아산)

돼지고기(국내산)돈등뼈(국내산)황태채(러시아산)오징어젓(오징어:중국산)순두부(대두:수입산)

탕수육(돈육:국산/계육:국산)

소고기(호주,뉴질랜드)스모크햄(돈육:수입산, 국산/계육:국산)후랑크소세지(계육:국산/돈육:국산) 로스팜(돈육:수입산)

동태(러시아산) 오징어(국내산) 떡갈비(돈육:국산)닭볶음육(국내산)닭정육(국내산)

닭가슴살(국내산)누룽지(백미:국내산/현미(국내산) 연두부(대두:수입산) 갈치(모로코산, 세네갈산)진미채(오징어:페루산)

고등어(국내산) 참조기(중국산) 임연수(러시아)

동태(러시아산)코다리(러시아산)삼치(국내산)오리정육(국내산)함박스테이크[돈육(국내산),소고기

※ 상기 식단은 식품 수급 사정에 의해 변경될 수 있습니다.