

식단표

2026년 06월

소망주야간보호센터

구분	월(06.01)	화(06.02)	수(06.03)	목(06.04)	금(06.05)	토(06.06)
점심식단	흰쌀밥/잡곡밥 미소장국 돈육볶음 감자채볶음 방풍나물 배추김치 (591kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 콩나물국 차돌마늘볶음 새송이간장버터구이 파채무침 배추김치 (638kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 사골우거지국 순살아귀찜 궁채들깨볶음 도토리묵새싹무침 배추김치 (613kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 갈비탕 녹두전 연근조림 시금치나물 배추김치 (687kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 근대국 닭날개조림 건파래볶음 쪽파들기름무침 배추김치 (565kcal)	(일품)어묵우동 쇠고기우영주먹밥 야채고로케&케첩 단무지무침 배추김치 (653kcal)
저녁식단	흰쌀밥/잡곡밥 아욱국 콩치양념조림 곤드레볶음 브로콜리초무침 나박김치 (548kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 순댓국 닭살채소조림 곰취나물무침 양파겉절이 깍두기 (672kcal)		흰쌀밥/잡곡밥 황태국 쇠고기볶음 고사리나물 오이생채 배추김치 (597kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 완자탕 주꾸미채소볶음 깎잎나물 천사채샐러드 나박김치 (615kcal)	
오전간식	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)	흰죽/달걀야채죽
오후간식	바람떡&둥글레차	황도	바나나쉐이크	카스테라	팔도너츠	방울토마토

구분	월(06.08)	화(06.09)	수(06.10)	목(06.11)	금(06.12)	토(06.13)
점심식단	흰쌀밥/잡곡밥 시래기국 순살닭찜 그린빈버터볶음 코울슬로샐러드 나박김치 (596kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 고사리들깨국 우채죽순볶음 총알버섯조림 오이지무침 배추김치 (620kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 청국장찌개 돈육밤조림 사각어묵볶음 실곤약채소무침 배추김치 (653kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 실파미소장국 쇠고기찜쌀구이 고추찜양념무침 미나리생채 배추겉절이 (585kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 숙주맑은국 제육볶음 느타리버섯무침 꽃맛샐러드 배추김치 (601kcal)	(일품)취나물두부덮밥 미역국 오징어볶음 상추겉절이 오이소박이 (527kcal)
저녁식단	흰쌀밥/잡곡밥 옹심이김국 동그랑땡 고구마줄기볶음 열무두부무침 배추김치 (668kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 만둣국 참치김치볶음 가지전 방풍나물무침 동치미 (675kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 북엇국 닭불고기 우거지지짐 깻잎새콤무침 파김치 (622kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 채소당면국 훈제오리볶음 마늘종멸치볶음 다시마쌈&초장 배추김치 (662kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 청경채된장국 코다리강정 궁채들깨볶음 락교무침 물김치 (671kcal)	
오전간식	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)	흰죽/달걀야채죽
오후간식	초코머핀	참외	롤케이크	키위슬라이스	자른꿀떡	호상요구르트
구분	월(06.15)	화(06.16)	수(06.17)	목(06.18)	금(06.19)	토(06.20)
점심식단	흰쌀밥/잡곡밥 돼지고기들깨탕 갈치조림 곤드레나물 로메인겉절이 물김치 (633kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 수제비국 쇠고기파인애플볶음 아주까리나물 열무무침 배추김치 (686kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 콩나물국 돼지고기편육 소면채소무침 건부지깻이나물 배추김치 (750kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 연포탕 건새우미나리전 단호박샐러드 오이고추무침 나박김치 (657kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 육개장 자반고등어구이 얼갈이된장나물 마늘종무침 배추김치 (646kcal)	(일품)초당옥수수영양밥 순두부찌개 함박스테이크 브로콜리흑임자무침 배추김치 (594kcal)
저녁식단	흰쌀밥/잡곡밥 설렁탕 두부구이&양념장 머위순나물 참외노각무침 배추김치 (568kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 시금치국 닭고기장조림 더덕채구이 간장깻잎지 파김치 (573kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 누룽지탕 병어조림 애느타리버섯볶음 썩갓나물 배추겉절이 (599kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 청경채맑은국 돈육배추볶음 진미채조림 두릅초무침 배추김치 (559kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 다슬기된장국 우삼겹볶음 갓김치지짐 양파초절임 물김치 (734kcal)	
오전간식	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)	흰죽/달걀야채죽
오후간식	단팥빵	쌀과자	토마토슬라이스	파배기	수리취떡	오렌지

구분	월(06.22)	화(06.23)	수(06.24)	목(06.25)	금(06.26)	토(06.27)
점심식단	흰쌀밥/잡곡밥 꽃게찌개 차돌박이숙주볶음 마늘꿀조림 치커리토마토무침 배추김치 (734kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 곰국 임연수양념구이 그린빈볶음 푸실리샐러드 배추김치 (672kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 돈육맑은국 스크램블에그&케첩 견과류멸치볶음 참나물된장무침 배추김치 (699kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 양송이스프 목살스테이크 알감자버터구이 깻순나물 볶음김치 (723kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 다시마뽕국 훈제오리구이&소스 죽순마늘볶음 파프리카무침 파김치 (602kcal)	(일품)카레덮밥 미소장국 새우튀김 오복채무침 배추김치 (616kcal)
저녁식단	흰쌀밥/잡곡밥 미역국 갑오징어볶음 미나리나물 양배추쌈&쌈장 물김치 (503kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 시래기된장국 닭살애호박찜 옥수수볶음 콩잎절임 나박김치 (618kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 백합탕 마파두부 고구마맛탕 노각무침 배추김치 (627kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 방아잎된장국 대구살찜 브로콜리숙회 요플레 배추김치 (551kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 콩가루아욱국 쇠갈비찜 토란대지찜 시금치고추장무침 배추김치 (721kcal)	
오전간식	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)	흰죽/달걀야채죽
오후간식	버터쿠키	미숫가루	바나나	잼샌드위치	씨없는포도	호상요구르트
구분	월(06.29)	화(06.30)				
점심식단	흰쌀밥/잡곡밥 고구마스프 동태살콩나물찜 컬리플라워볶음 곤드레나물 동치미 (589kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 버섯찌개 삼겹살구이 묵은지찌짐 양파겨자무침 파김치 (648kcal)				
저녁식단	흰쌀밥/잡곡밥 미니우동국 닭튀김&소스 감자당근채볶음 토마토새싹샐러드 배추김치 (654kcal)	흰쌀밥/잡곡밥 보리새우된장국 쇠고기푹찜 연근두유조림 궁채장아찌 배추김치 (664kcal)				
오전간식	커피/두유(무가당)	커피/두유(무가당)				
오후간식	꿀호떡	사과				

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

