

식단표

2026년 08월

고대항곡요양센터

구분						토(08.01)
점심 식단						잡곡밥 버섯맑은국 돈맥적구이 부추무침 배추김치 (475kcal)
오전 간식						사골죽
오후 간식						포도&치즈
구분	월(08.03)	화(08.04)	수(08.05)	목(08.06)	금(08.07)	토(08.08)
점심 식단	잡곡밥 육개장 고등어구이 비름나물 배추김치 (516kcal)	잡곡밥 시래기된장국 오리불고기 호박잎쌈 배추김치 (466kcal)	잡곡밥 물만둣국 쇠고기채소볶음 상추겉절이 깍두기 (494kcal)	잡곡밥 열무된장국 해물찜 무생채 배추김치 (459kcal)	잡곡밥 순살감자탕 달걀말이 애호박볶음 배추김치 (521kcal)	잡곡밥2/3 물냉면 돈육불고기 깻잎순나물 열무김치 (624kcal)
오전 간식	채소죽	시래기죽	쇠고기채소죽	열무죽	달걀죽	깻잎죽
오후 간식	소금빵&우유	채소말이&식혜	김부각&우유	백설기&대추차	꽃감&우유	토마토&치즈
구분	월(08.10)	화(08.11)	수(08.12)	목(08.13)	금(08.14)	토(08.15)
점심 식단	잡곡밥 오이냉국 제육볶음 불어묵조림 배추김치 (481kcal)	잡곡밥 쇠고기뭇국 순살아귀수육 열무겉절이 배추김치 (438kcal)	김치볶음밥 팽이장국 해물완자구이 양배추볶음 배추김치 (536kcal)	잡곡밥 버섯국 파채불고기 올방개묵무침 배추김치 (498kcal)	잡곡밥 닭다리백숙 전복구이 고춧잎나물 깍두기 (523kcal)	잡곡밥 새우살국 황태구이 콩나물무침 배추김치 (459kcal)
오전 간식	어묵죽	열무죽	양배추죽	버섯죽	전복닭죽	새우죽
오후 간식	채소모닝빵&우유	메밀전병&결명자차	찜옥수수&우유	절편&보이차	크래커&우유	참외&치즈
구분	월(08.17)	화(08.18)	수(08.19)	목(08.20)	금(08.21)	토(08.22)
점심 식단	잡곡밥 미소장국 닭볶음탕 비름나물 배추김치 (515kcal)	버섯영양밥 추어탕 돈육김치볶음 도라지나물 깍두기 (579kcal)	잡곡밥 닭곰탕 명태조림 얼갈이겉절이 배추김치 (476kcal)	잡곡밥 김치찌개 채소달걀말이 고구마순나물 깍두기 (471kcal)	잡곡밥 청경채맑은국 오삼불고기 애호박채전 배추김치 (506kcal)	잡곡밥2/3 잔치국수 모듬어묵볶음 무생채 배추김치 (667kcal)
오전 간식	미소된장죽	어죽	얼갈이죽	김치죽	청경채죽	어묵죽
오후 간식	와플&우유	부추전&수정과	찜고구마&우유	시루팔떡&녹차	오이스틱&우유	자두&치즈

구분	월(08.24)	화(08.25)	수(08.26)	목(08.27)	금(08.28)	토(08.29)
점심 식단	잡곡밥 달걀파국 순살찜닭 오이크래미무침 배추김치 (526kcal)	잡곡밥 청국장찌개 탕수육 가지볶음 배추김치 (514kcal)	잡곡밥 미역국 쇠불고기 한식잡채 배추김치 (548kcal)	잡곡밥 순두부찌개 병어구이 궁채볶음 깍두기 (496kcal)	잡곡밥2/3 가쓰오부시장국 족발 막국수채소무침 배추김치 (466kcal)	잡곡밥 갈비탕 두부데리야끼조림 브로콜리나물 배추김치 (567kcal)
오전 간식	달걀크래미죽	청국장죽	미역죽	순두부죽	채소죽	브로콜리죽
오후 간식	단팥빵&우유	실곤약국수&생강차	찐감자&우유	바람떡&둥글레차	채소믹스칩&우유	바나나&치즈
구분	월(08.31)					
점심 식단	잡곡밥 호박익힌장국 돈목살구이 미역줄기볶음 배추김치 (500kcal)					
오전 간식	호박익죽					
오후 간식	머핀&우유					

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

※ 발행처 : 당진시어린이·사회복지급식관리지원센터

출 처 : 당진시어린이·사회복지급식관리지원센터