식단표

2026년 09월

경산시니어재가장기요양기관

구분			화(09.01)	수(09.02)	목(09.03)	금(09.04)	토(09.05)
아침 식단			흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽
점심 식단			잡곡밥 실파달걀국 단호박해물찜 가지볶음 양배추나물 열무김치	카레라이스 미소장국 치킨너겟/머스타드S 과일샐러드 깍두기 요구르트	잡곡밥 우거지해장국 해물완자전 도토리묵무침 애호박나물 배추김치	잡곡밥 근대된장국 돈육폭찹 밥새우볶음 시금치나물 배추김치	잡곡밥 청국장찌개 고등어구이 탕평채 표고버섯볶음 배추김치
저녁 식단			백미밥 아욱된장국 오향장육 오이무침 고구마순나물 깍두기	백미밥 소고기뭇국 오징어볶음 미니새송이버섯조림 호박잎나물 배추김치	백미밥 물만둣국 차돌박이숙주볶음 두부쑥갓무침 무생채 배추김치	백미밥 사골곰탕 순살아귀찜 천사채샐러드 비름나물 배추김치	백미밥 감자양팟국 오리불고기 가지튀김 상추겉절이 배추김치
오후 간식			카스텔라&우유	찐감자&둥굴레차	증편&보리차	통밀쿠키&두유	백설기&매실차
구분	일(09.06)	월(09.07)	화(09.08)	수(09.09)	목(09.10)	금(09.11)	토(09.12)
아침 식단		흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽
점심 식단		잡곡밥 육개장 삼치엿장조림 녹두빈대떡 열무나물 배추김치	잡곡밥 아욱된장국 소고기가지볶음 부들어묵조림 고사리나물 깍두기	짜장밥 달걀팟국 탕수육/소스 짜사이채무침 배추김치 요구르트	잡곡밥 호박잎된장국 돈삼겹수육 상추쌈/쌈장 아삭이고추된장무침 배추김치	잡곡밥 근대된장국 닭볶음탕 궁채들깨볶음 참나물무침 배추김치	잡곡밥2/3 삼색수제비 고등어무조림 어향가지볶음 취나물무침 배추김치
저녁 식단		백미밥 바지락미역국 닭볶음탕 표고버섯볶음 참나물겉절이 배추김치	백미밥 유부맑은국 코다리양념찜 고추잡채/꽃빵 토란대나물 깍두기	백미밥 버섯들깨국 닭갈비 청포묵무침 비름나물 배추김치	백미밥 김치콩나물국 적어구이 단호박범벅 쑥갓나물 깍두기	백미밥 건새우미역국 오삼불고기 우엉조림 부추양파무침 배추김치	백미밥 청국장찌개 돈맥적구이 느타리버섯볶음 방아잎나물 깍두기
오후 간식		찐옥수수&둥굴레차	통밀쿠키&오미자차	꿀호떡&우유	쌀과자&둥굴레차	머핀&우유	물만두&녹차

구분	일(09.13)	월(09.14)	화(09.15)	수(09.16)	목(09.17)	금(09.18)	토(09.19)
아침 식단		흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽
점심 식단		잡곡밥 참치김치찌개 돈육굴소스볶음 도토리묵무침 호박잎나물 깍두기	버섯영양밥&양념장 콩나물국 동그랑땡전 참나물무침 배추김치 사과주스	잡곡밥 들깨미역국 돈육폭찹 옥수수전 시금치나물 배추김치	잡곡밥 순두부찌개 삼치카레구이 청포묵김무침 도라지볶음 깍두기	잡곡밥 근대된장국 돈육바베큐소스볶음 콩나물삼색채 상추겉절이 배추김치	잡곡밥 참치김치찌개 채소달걀말이 연근흑임자소스무침 청경채나물 깍두기
저녁 식단		백미밥 닭곰탕 임연수구이 표고버섯볶음 시금치나물 깍두기	백미밥 북엇국 안동찜닭 가지볶음 비름나물 배추김치	백미밥 호박고추장찌개 차돌박이숙주볶음 감자조림 고구마순나물 배추김치	백미밥 달걀팟국 너비아니구이 느타리버섯볶음 건파래자반 배추김치	백미밥 소고기당면국 오징어볶음 쑥갓두부무침 오이나물 깍두기	백미밥 호박잎된장국 훈제오리구이/머스타드S 궁채들깨볶음 부추양파무침 배추김치
오후 간식		양갱&보리차	단호박찜&녹차	카스텔라&우유	증편&수정과	약과&보리차	단팥빵&우유
구분	일(09.20)	월(09.21)	화(09.22)	수(09.23)	목(09.24)	금(09.25)	토(09.26)
아침 식단		흰죽	흰죽	흰죽	흰죽		흰죽
점심 식단		잡곡밥 부대찌개 코다리양념찜 우엉조림 비름나물 배추김치	잡곡밥 우거지된장국 단호박해물찜 꽃맛살샐러드 미역줄기볶음 배추김치	잡곡밥 양송이스프 돈까스/소스 양상추샐러드/다우전D 오이생채 깍두기	잡곡밥 콩나물국 안동찜닭 사각어묵볶음 쪽파무생채 배추김치		잡곡밥1/2 소고기쌀국수 훈제오리구이/머스타드S 연근튀김 치커리유자무침 배추김치
저녁 식단		백미밥2/3 쑥갓된장국 닭갈비 들기름막국수 양념깻잎지 깍두기	백미밥 모둠버섯전골 너비아니구이 미니새송이버섯볶음 숙주나물 깍두기	백미밥 시래기된장국 닭볶음탕 죽순채들깨볶음 방아잎나물 배추김치	백미밥 청국장찌개 돈맥적구이 건새우마늘종볶음 부추양파무침 배추김치		백미밥 두부김칫국 동태전/양념장 맛살오이냉채 토란대나물 깍두기
오후 간식		프렌치토스트&우유	무지개떡&녹차	핫케이크&우유	찐고구마&녹차		한과&둥굴레차
구분	일(09.27)	월(09.28)	화(09.29)	수(09.30)			
아침 식단		흰죽	흰죽	흰죽			
점심 식단		잡곡밥 열무된장국 소고기당면볶음 상추겉절이 숙주나물 배추김치	잡곡밥 호박고추장찌개 오리주물럭 참나물무침 비트무초절임 배추김치	잡곡밥 돈육김치찌개 채소달걀찜 팽이버섯파프리카볶음 고춧잎나물 깍두기			
저녁 식단		백미밥 다시마무채국 코다리강정 느타리버섯볶음 시금치나물 배추김치	백미밥 북어미역국 돈목살양파볶음 가지나물 치커리사과무침 배추김치	백미밥 근대된장국 오징어볶음 볼어묵조림 호박잎나물 배추김치			
오후 간식		찐옥수수&보리차	쌀과자&녹차	소금빵&우유			

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.
※ 원산지 표시 :
쌀,국내산/잡곡;국내산/김치;(배추:국내산,고춧가루:국내산)/돈육;국내산/우육;호주산&미국산/계육,오리:국내산/식육가공품:국내산+수입산/명태,코다리;러시아산/삼치,고등어,미꾸라지,굴비,전복:국내산/갈치:국내산&모로코산/해물모둠,낙지,주꾸미:베트남산/오징어,다랑어:원양산/두부,콩나물:외국산/계란:국내산