

식단표

2026년 06월

봄날주간보호센터

구분		월(06.01)	화(06.02)	수(06.03)	목(06.04)	금(06.05)	토(06.06)
점심 식단		잡곡밥 김치찜 토마토에그스크 램블 오이무침 꽃게두부된장국 배추김치	잡곡밥 한식잡채 마파두부 된장나물 소고기탕국 배추김치	잡곡밥 매콤돼지불고기 감자조림 동초나물무침 맛살계란국 배추김치	잡곡밥 돼지고기모듬장 조림 어묵야채볶음 우영조림 소고기미역국 배추김치	잡곡밥 닭볶음 탕수육/소스 그린샐러드 김치어묵국 배추김치	잡곡밥 돼지불고기 가지나물 도토리묵무침 콩나물국 배추김치
저녁 식단		잡곡밥 오삼불고기 두부계란전 김가루잔파무침 소고기미역국 배추김치	잡곡밥 고추잡채 멸치볶음 돈가스/소스 김치어묵국 배추김치	잡곡밥 코다리조림 어묵볶음 된장나물 무국 배추김치	잡곡밥 생선구이 동그랑땡전 고사리나물 새우콩나물국 배추김치	잡곡밥 장조림 마파두부 도라지나물 계란국 배추김치	잡곡밥 닭불고기 호박나물 들깨무볶음 김치두부국 배추김치
오전 간식		소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치	녹두죽 배추김치	흑임자죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치
구분		일(06.07)	월(06.08)	화(06.09)	수(06.10)	목(06.11)	금(06.12)
점심 식단		잡곡밥 매콤돼지불고기 코다리무침 멸치볶음 시락국 배추김치	잡곡밥 코다리조림 두부양념 오이토마토샐러드 시락국 배추김치	잡곡밥 김치제육볶음 감자채볶음 된장나물 오징어국 배추김치	잡곡밥 닭불고기 비빔만두야채무침 김가루잔파무침 미역국 배추김치	잡곡밥 간장불백 호박볶음 도라지나물볶음 근대국 배추김치	잡곡밥 자장볶음 탕수육/소스 게맛살콩나물냉채 어묵탕 배추김치
저녁 식단	일품요리(잔치국수) 배추김치	잡곡밥 닭볶음 난자완스 양배추숙채 소고기국 배추김치	잡곡밥 잡채 에그스크램블 숙주나물 꽃게두부된장국 배추김치	잡곡밥 카레라이스 소시지구이 오이무침 김치콩나물국 배추김치	잡곡밥 고추잡채 묵무침 연근조림 닭개장 배추김치	잡곡밥 오지불고기 숙주나물 감자조림 김치찌개 배추김치	잡곡밥 콩치김치조림 호박나물 어묵볶음 오징어무국 배추김치
오전 간식	소고기야채죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치	녹두죽 배추김치	흑임자죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치
구분		일(06.14)	월(06.15)	화(06.16)	수(06.17)	목(06.18)	금(06.19)
점심 식단		잡곡밥 소고기우영잡채 미트볼조림 도라지나물 소고기국 배추김치	잡곡밥 소고기우영잡채 미트볼조림 도라지나물 소고기국 배추김치	잡곡밥 고구마닭조림 부추전 고사리나물볶음 미역국 배추김치	잡곡밥 카레라이스 돼지고기가지볶음 들깨무나물 김치어묵탕 배추김치	잡곡밥 오삼불고기 어묵야채볶음 양배추숙채무침 올갱이단배추국 배추김치	잡곡밥 양념생선구이 마파두부 열무겉절이 복어국 배추김치
저녁 식단		잡곡밥 콩나물불고기 계란말이 김가루잔파무침 복어미역국 배추김치	일품요리(잡채밥) 배추김치	잡곡밥 가자미구이 미트볼소스조림 감자조림 계란국 배추김치	잡곡밥 고추잡채 탕수육/소스 겉절이 닭곰탕 배추김치	잡곡밥 닭불고기 소시지구이 무생채 소고기국 배추김치	잡곡밥 소고기숙주볶음 두부조림 숙주나물 들깨무국 배추김치
오전 간식		소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치	녹두죽 배추김치	흑임자죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치

구분	일(06.21)	월(06.22)	화(06.23)	수(06.24)	목(06.25)	금(06.26)	토(06.27)
점심 식단	잡곡밥 감자조림 우영조림 돼지불고기 김치콩나물국 배추김치	잡곡밥 돼지불고기 두부조림 돌나물오이무침 복어국 배추김치	잡곡밥 돈채굴소스숙주 볶음 스팸감자채볶음 돌나물오이무침 시락국 배추김치	잡곡밥 닭갈비순대볶음 아몬드멸치볶음 호박버섯볶음 콩나물국 배추김치	잡곡밥 고추잡채 미트볼조림 들깨무나물볶음 두부된장국 배추김치	잡곡밥 콩치김치조림 돼지고기가지볶음 숙주무침 육개장 배추김치	잡곡밥 코다리조림 호박나물 연근조림 들깨무우국 배추김치
저녁 식단	일품요리(감자수 제비) 배추김치	잡곡밥 고구마닭볶음 우영조림 과일샐러드 두부김치국 배추김치	잡곡밥 김치제육볶음 두부계란전 김구이 미역국 배추김치	잡곡밥 자장볶음 옥수수에그스크 램블 콩나물무침 팽이계란국 배추김치	잡곡밥 닭불고기 마파두부 감자채볶음 미역국 배추김치	잡곡밥 새우고추잡채 비빔만두 고사리나물 김치콩나물국 배추김치	잡곡밥 오리불고기 가지나물 수제비어묵조림 단배추국 배추김치
오전 간식	소고기야채죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치	녹두죽 배추김치	흑임자죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치
구분	일(06.28)	월(06.29)	화(06.30)				
점심 식단		잡곡밥 돼지고기감자조림 도라지나물볶음 취나물볶음 복어국 배추김치	잡곡밥 닭고기김치조림 마파두부 된장나물 들깨미역국 배추김치				
저녁 식단		잡곡밥 소불고기 계란말이 부추오이무침 어묵김치국 배추김치	잡곡밥 고추장불고기 춘권튀김 파스타샐러드 콩나물국 배추김치				
오전 간식		소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치				

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