

식단표

2026년 08월

봄날주간보호센터

구분							토(08.01)
점심 식단							잡곡밥 코다리조림 가지볶음 묵무침 열무된장국 배추김치
저녁 식단							잡곡밥 생선구이 호박나물 우엉조림 무우들깨국 배추김치
오전 간식							땅콩죽 배추김치
구분	일(08.02)	월(08.03)	화(08.04)	수(08.05)	목(08.06)	금(08.07)	토(08.08)
점심 식단	잡곡밥 콩치조림 마파두부 콩나물겨자무침 어묵탕 배추김치	잡곡밥 사태김치찜 연근조림 동초무침 콩나물국 배추김치	잡곡밥 새우계란찜 돼지고기가지볶음 오이청경채무침 두부된장국 배추김치	잡곡밥 돈채숙주볶음 호박버섯나물 된장나물 육개장 배추김치	잡곡밥 모듬장조림 들기름취나물볶음 감자조림 시락국 배추김치	잡곡밥 생선구이 돼지고기두부조림 열무나물무침 복어국 배추김치	잡곡밥 고추장불고기 고사리볶음 알배기배추무침 오징어무국 배추김치
저녁 식단	일품요리(콩국수) 배추김치	잡곡밥 돼지불고기 동그랑땡전 김구이 들깨미역국 배추김치	잡곡밥 고구마닭볶음 감자조림 도라지나물 오징어무국 배추김치	잡곡밥 카레라이스 소시지계란전 오이무침 만두계란국 배추김치	잡곡밥 김치찜 떡갈비조림 어묵볶음 닭개장 배추김치	잡곡밥 훈제오리 멸치볶음 우엉조림 김치어묵국 배추김치	잡곡밥 코다리조림 취나물볶음 옥수수스크램블 단배추국 배추김치
오전 간식	소고기야채죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치	녹두죽 배추김치	흑임자죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치
구분	일(08.09)	월(08.10)	화(08.11)	수(08.12)	목(08.13)	금(08.14)	토(08.15)
점심 식단		잡곡밥 고추잡채 감자조림 도라지무침 소고기국 배추김치	잡곡밥 소불고기 새우호박나물 아몬드멸치볶음 미역국 배추김치	잡곡밥 돼지불고기 마파두부 된장나물 근대국 배추김치	잡곡밥 닭불고기 가지돼지고기볶음 청경채오이무침 올갱이단배추국 배추김치	잡곡밥 콩치김치조림 계란찜 양배추찜/양념 복어국 배추김치	잡곡밥 안동닭갈비 두부조림 열무무침 해물된장국 배추김치
저녁 식단		잡곡밥 오삼불고기 계란말이 오이맛살무침 콩나물국 배추김치	잡곡밥 닭갈비 탕수범벅 당배추나물무침 복어국 배추김치	잡곡밥 김치찜 해물경단구이 취나물볶음 소고기국 배추김치	잡곡밥 돼지고기볶음 어묵채소볶음 묵무침 김치콩나물국 배추김치	잡곡밥 고등어구이 고추잡채 그린샐러드 미역국 배추김치	잡곡밥 콩치김치조림 연근조림 가지무침 들깨무국 배추김치
오전 간식		소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치	녹두죽 배추김치	흑임자죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치

구분	일(08.16)	월(08.17)	화(08.18)	수(08.19)	목(08.20)	금(08.21)	토(08.22)
점심 식단		잡곡밥 생선구이 어묵야채볶음 오이묵무침 소고기탕국 배추김치	잡곡밥 고구마닭볶음 아몬드연근조림 열무무채무침 북어미역국 배추김치	잡곡밥 카래라이스 새우호박나물 단무지무침 계란국 배추김치	잡곡밥 오리불고기 가지볶음 단배추된장나물 전주식콩나물국 배추김치	잡곡밥 콩나물불고기 돈까스샐러드 우엉채볶음 시락국 배추김치	잡곡밥 콩치조림 마파두부 콩나물겨자무침 어묵탕 배추김치
저녁 식단		잡곡밥 코다리조림 토마토에그스크 램블 도라지나물무침 북어미역국 배추김치	잡곡밥 돼지불고기 두부구이 우엉채볶음 어묵탕 배추김치	일품요리(잡채밥) 배추김치	잡곡밥 닭불고기 탕수육유린기 오이무침 건새우근대국 배추김치	잡곡밥 돼지고기모듬장 조림 너비아니계란전 콩나물무침 소고기국 배추김치	잡곡밥 고추장불고기 취나물볶음 된장나물무침 소고기국 배추김치
오전 간식		소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치	녹두죽 배추김치	흑임자죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치
구분	일(08.23)	월(08.24)	화(08.25)	수(08.26)	목(08.27)	금(08.28)	토(08.29)
점심 식단	잡곡밥 훈제오리 멸치볶음 우엉조림 김치어묵국 배추김치	잡곡밥 김치찜 탕수육/소스 브로콜리어묵조 림 열무된장국 배추김치	잡곡밥 생선구이/양념 돼지고기마늘쫑 볶음 고사리나물 소고기국 배추김치	잡곡밥 오리불고기 취나물볶음 토달볶음 김치콩나물국 배추김치	잡곡밥 돼지고기무조림 두부조림 김가루잔파무침 닭개장 배추김치	잡곡밥 고구마닭불고기 감자피망볶음 열무나물무침 어묵탕 배추김치	잡곡밥 돼지불고기 우엉조림 묵무침 들깨미역국 배추김치
저녁 식단	일품요리(잔치국 수) 배추김치	잡곡밥 고추잡채 부추전 돈까스/소스 김치어묵탕 배추김치	잡곡밥 고추장불고기 어묵야채볶음 동그랑땡전 무채국 배추김치	잡곡밥 해물자장 탕수육 단무지무침 게살계란국 배추김치	잡곡밥 불낙볶음 계란말이 배추겉절이 된장국 배추김치	잡곡밥 오리불고기 감자메추리알조 림 오이소박이 콩나물국 배추김치	잡곡밥 생선조림 가지나물 호박새우볶음 소고기국 배추김치
오전 간식	소고기야채죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치	녹두죽 배추김치	흑임자죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치
구분	일(08.30)	월(08.31)					
점심 식단		잡곡밥 닭불고기 호박나물 도라지나물 꽃게된장국 배추김치					
저녁 식단		잡곡밥 돼지고개숙주볶 음 김치전 비빔만두 미역국 배추김치					
오전 간식		소고기야채죽 배추김치					

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