

식단표

2026년 09월

봄날주간보호센터

구분			화(09.01)	수(09.02)	목(09.03)	금(09.04)	토(09.05)
점심 식단			잡곡밥 삼치구이 감자조림 치커리묵무침 해물된장국 배추김치	잡곡밥 계란찜 가지볶음 연근조림 어묵국 배추김치	잡곡밥 콩치김치조림 두부조림 나물겉절이 전주식콩나물국 배추김치	잡곡밥 닭불고기 어묵야채볶음 청경채오이무침 소고기국 배추김치	잡곡밥 고추잡채 호박나물 우엉조림 어묵탕 배추김치
저녁 식단			잡곡밥 고추잡채 동그랑땡전 어묵야채볶음 미역국 배추김치	일품요리(잔치국 수) 배추김치	잡곡밥 소불고기 숙주나물 소시지전 들깨무국 배추김치	잡곡밥 장조림 가자미순살 콩나물무침 두부김치찌개 배추김치	잡곡밥 코다리조림 고사리나물 도라지볶음 열무된장국 배추김치
오전 간식			땅콩죽 배추김치	녹두죽 배추김치	흑임자죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치
구분	일(09.06)	월(09.07)	화(09.08)	수(09.09)	목(09.10)	금(09.11)	토(09.12)
점심 식단	잡곡밥 소불고기 취나물볶음 도라지나물 들깨무국 배추김치	잡곡밥 돼지불고기 멸치볶음 청경채오이무침 오징어무국 배추김치	잡곡밥 모듬장조림 어묵야채볶음 호박나물 들깨미역국 배추김치	잡곡밥 자장볶음 탕수육 단무지무침 크레미계란국 배추김치	잡곡밥 생선구이 감자채볶음 열무나물무침 김치어묵국 배추김치	잡곡밥 닭불고기 연근조림 우엉채볶음 샤브샤브국 배추김치	잡곡밥 가자미강정 두부조림 숙주나물 단배추된장국 배추김치
저녁 식단	일품요리(감자수 제비) 배추김치	잡곡밥 김치찜 두부조림 양배추숙채 북어국 배추김치	잡곡밥 소불고기 에그스크램블 배추겉절이 콩나물국 배추김치	잡곡밥 코다리조림 계란말이 오이무침 닭개장 배추김치	잡곡밥 돼지고기무조림 해물경단 콩나물무침 열무된장국 배추김치	잡곡밥 오리불고기 과일샐러드 고사리볶음 돼지고기김치찌 개 배추김치	잡곡밥 곰치조림 가지나물무침 배추겉절이 소고기국 배추김치
오전 간식	소고기야채죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치	녹두죽 배추김치	흑임자죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치
구분	일(09.13)	월(09.14)	화(09.15)	수(09.16)	목(09.17)	금(09.18)	토(09.19)
점심 식단	잡곡밥 가자미강정 두부조림 숙주나물 단배추된장국 배추김치	잡곡밥 김치찜 마파두부 우엉채볶음 맛살계란국 배추김치	잡곡밥 고등어양념구이 옥수수에그스크 램블 오이무침 미역국 배추김치	잡곡밥 오리불고기 멸치볶음 양배추찜 어묵탕 배추김치	잡곡밥 돼지불고기 생선가스/타르타 르 열무무채무침 닭개장 배추김치	잡곡밥 닭불고기 가지볶음 야채묵무침 감자근대국 배추김치	잡곡밥 소불고기 취나물볶음 도라지나물 들깨무국 배추김치
저녁 식단	일품요리(콩국수) 배추김치	잡곡밥 소고기피망볶음 연근조림 김가루무침 콩나물국 배추김치	잡곡밥 닭불고기 어묵조림 동초나물 북어미역국 배추김치	일품요리(잡채밥) 배추김치	잡곡밥 장조림 두부양념구이 도라지나물 오징어무국 배추김치	잡곡밥 오삼불고기 소시지구이 배추무침 두부김치국 배추김치	잡곡밥 생선구이 호박나물 숙주나물 단배추된장국 배추김치
오전 간식	소고기야채죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치	녹두죽 배추김치	흑임자죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치

구분	일(09.20)	월(09.21)	화(09.22)	수(09.23)	목(09.24)	금(09.25)	토(09.26)
점심 식단	잡곡밥 돼지고기무조림 해물경단 콩나물무침 열무된장국 배추김치	잡곡밥 코다리조림 탕수육강정 나물겉절이 소고기탕국 배추김치	잡곡밥 잡채 호박볶음 양배추숙채무침 북어국 배추김치	잡곡밥 닭불고기 동그랑땡완자탕 모듬묵무침 버섯계란국 배추김치	잡곡밥 닭불고기 연근조림 우엉채볶음 샤브샤브국 배추김치		
저녁 식단	일품요리(떡국) 배추김치	잡곡밥 메추리알장조림 어묵야채볶음 된장나물무침 북어미역국 배추김치	잡곡밥 돼지불고기 너비아니계란전 오이무침 김치어묵국 배추김치	잡곡밥 카레라이스 연근조림 단배추무침 콩나물국 배추김치	일품요리(잔치국 수) 배추김치		
오전 간식	소고기야채죽 배추김치	소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치	녹두죽 배추김치	흑임자죽 배추김치		
구분	일(09.27)	월(09.28)	화(09.29)	수(09.30)			
점심 식단		잡곡밥 고추잡채 마파두부 김가루잔파무침 들깨미역국 배추김치	잡곡밥 감자닭조림 어묵야채볶음 우엉채볶음 해물된장국 배추김치	잡곡밥 콩치김치조림 감자채볶음 숙주나물 소고기탕국 배추김치			
저녁 식단		잡곡밥 코다리조림 계란말이 된장나물 소고기국 배추김치	잡곡밥 모듬장조림 동그랑땡전 열무무침 북어국 배추김치	잡곡밥 잡채 연근조림 배추무침 들깨무국 배추김치			
오전 간식		소고기야채죽 배추김치	땅콩죽 배추김치	녹두죽 배추김치			

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