

소망노인주간보호센터 2026년 8월 식단표(간식표)

	30(일)	31(월) - 과일					1(토) - 요구르트
점심	잡곡밥 삼색수제비 소민찌죽순복음 연두부/양념장 근대나물 배추(백)김치	잡곡밥 만두피감자들깨수제비 닭볶음탕 아삭이고추오이무침 배추된장나물 배추(백)김치					잡곡밥 닭곰탕 갈치구이 감자조림 가지나물 배추(백)김치
저녁		잡곡밥 사골우거지국 야채감자고로케/케첩 순두부계란찜 근대나물 배추(백)김치					
	2(일)	3(월) - 과일	4(화) - 증편/식혜	5(수) - 요거트	6(목) - 카스테라	7(금) - 과일	8(토) - 찐감자
점심	잡곡밥 아욱된장국 소불고기 오이무침 단호박조림 배추(백)김치	잡곡밥 쇠고기무국(반영) 공치김치볶음 도토리묵상추무침 배추된장나물 배추(백)김치	잡곡밥 건새우아욱국 훈제오리채소찜 쇠미역무침 숙주나물 배추(백)김치	잡곡밥 소고기미역국 가자미무조림 맛살브로콜리볶음 부추적채무침 배추(백)김치	잡곡밥 얼큰콩나물국 제육볶음 양배추찜/쌈장 근대나물 배추(백)김치	잡곡밥 콩국수 간장달걀비 청경채겉절이 숙주나물 배추(백)김치	잡곡밥 토란국 임연수구이 가지찜 양상추치커리무침 배추(백)김치
저녁		잡곡밥 콩비지찌개 돈육메추리알장조림 당근감자채볶음 근대나물 배추(백)김치	잡곡밥 팽이버섯두부국 베이컨토마토파스타 사각어묵야채볶음 시금치나물 배추(백)김치	잡곡밥 돈육청국장찌개 마늘쫄새송이볶음 알감자조림 들깨고사리나물 배추(백)김치	잡곡밥 고사리순댓국 야채달걀말이 감자옥수수범벅 오이나물 배추(백)김치	잡곡밥 파송송 달걀국 카레소스 단무지부추무침 닭가슴살샐러드 배추(백)김치	
	9(일)	10(월) - 과일	11(화) - 요거트	12(수) - 과일	13(목) - 요구르트	14(금) - 과일	15(토) - 찜보리밥
점심	잡곡밥 바지락살칼제비 소민찌죽순복음 아삭이고추된장무침 호박나물 배추(백)김치	잡곡밥 추어탕 갈치젓갈 모듬장아찌 콩나물무침/홍시 배추(백)김치	잡곡밥 부대찌개 두부탕수육 방울토마토양상추샐러드 열무들깨나물 배추(백)김치	잡곡밥 건새우아욱국 카레삼치구이 불어묵파프리카볶음 숙주나물 배추(백)김치	잡곡밥 소고기미역국 단호박잡채 감자전 도토리묵사발 배추(백)김치	잡곡밥 녹두삼계탕 느타리버섯볶음 도토리묵무침 딸기우유화채 배추(백)김치	잡곡밥 미역수제비국 연두부달걀찜 우무무침 브로콜리/초장 배추(백)김치
저녁		잡곡밥 팽이버섯유부국 알감자소고기장조림 총알새송이버섯볶음 호박나물 배추(백)김치	잡곡밥 근대두부된장국 훈제오리/머스터드 쌈무 맛살숙주나물 배추(백)김치	잡곡밥 머릿고기순대국 가지볶음 야채달걀말이 배추된장나물 배추(백)김치	잡곡밥 맑은어묵국 생선까스/타르소스 당근감자채볶음 시금치나물 배추(백)김치	잡곡밥 명란순두부국 떡갈비야채볶음 메추리알곤약장조림 오이나물 배추(백)김치	
	16(일)	17(월) - 요구르트	18(화) - 두유	19(수) - 과일	20(목) - 요구르트	21(금) - 과일	22(토) - 요거트
점심	잡곡밥 연두부새우완자탕 데리소스고등어구이 양상추치커리샐러드 근대나물 배추(백)김치	잡곡밥 시래기된장국 감자고로케/케첩 대패삼겹살배추찜 근대나물 배추(백)김치	잡곡밥 미소장국 춘천식달걀비 상추/쌈무/쌈장 숙주나물 배추(백)김치	잡곡밥 잔치국수 단무지 도토리묵/양념장 홍시양상추샐러드 배추(백)김치	잡곡밥 들개열무된장국 마파두부 떡갈비야채볶음 돌자반무침 배추(백)김치	잡곡밥 시금치바지락살된장국 콩나물아귀찜 느타리버섯볶음 부추오이겉절이 배추(백)김치	잡곡밥 콩가루배춧국 제육볶음 브로콜리/초장 콩나물들깨찜 배추(백)김치
저녁		잡곡밥 콩비지찌개 개소스우영찜 메추리알곤약장조림 호박나물 배추(백)김치	잡곡밥 물만둣국 고등어김치조림 어묵콩나물무침 시금치나물 배추(백)김치	잡곡밥 청국장찌개 마늘쫄새송이볶음 감자옥수수범벅 근대나물 배추(백)김치	잡곡밥 호박감자된장국 돈육모듬장조림 마카로니콘샐러드 배추나물 배추(백)김치	잡곡밥 청경채새우완자불 닭가시래기스 무청시래기조림 양상추치커리유자청무침 배추(백)김치	
	23(일)	24(월) - 과일	25(화) - 요거트	26(수) - 과일	27(목) - 요구르트	28(금) - 과일	29(토) - 카스테라
점심	잡곡밥 삼색수제비 미니돈까스/케첩 총알새송이버섯 배추나물 배추(백)김치	잡곡밥 콩나물김치국 제육볶음 양배추찜/쌈장 숙주나물 배추(백)김치	잡곡밥 호박감자된장국 고등어무조림 총알새송이버섯 오이탕탕이 배추(백)김치	잡곡밥 파송송 달걀국 카레라이스 단무지/조각수박 양상추사과무침 배추(백)김치	잡곡밥 소고기미역국 생선까스/타르소스 마카로니콘샐러드 청경채겉절이 배추(백)김치	잡곡밥 콩가루배춧국 훈제오리배추찜 청포묵지단무침 마늘쫄어묵볶음 배추(백)김치	잡곡밥 미역오이냉국 너비아니구이 베이컨토마토파스타 모듬장아찌 배추(백)김치
저녁		잡곡밥 유부숙갓국 메추리알파리장조림 가지찜 들깨고사리나물 배추(백)김치	잡곡밥 부대찌개 고추장감자조림 도토리묵김치무침 근대나물 배추(백)김치	잡곡밥 순대국밥 사각어묵야채볶음 실곤약탕평채 시래기된장나물 배추(백)김치	잡곡밥 김치콩나물국 달걀메추리알조림 새송이버섯볶음 배추나물 배추(백)김치	잡곡밥 무청들깨시래기국 가지굴소스볶음 야채달걀말이 숙주나물 배추(백)김치	잡곡밥 만둣국 당근감자채볶음 단호박조림 시금치나물 배추(백)김치