

김해재활 식단표 (중식)

2026년 6월

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1	2	3	4	5	6
잡곡밥 새알미역국 코다리간장조림 계란찜 버섯호박볶음 명엽채조림 김치	쌀밥 떡국 닭감자조림 부추전 얼갈이된장무침 우엉채조림 김치	잡곡밥 대파소고기무국 떡갈비 계란무침 마카로니콘샐러드 오이고추된장무침 김치	쌀밥 시락국 불고기 상추/쌈 무생채 깎풍두부 김치	잡곡밥 시락국 비빔나물 계란 김가루 고추장 김치	쌀밥 감자탕 잡채 오이고추된장 도토리묵무침 썩갓무침 김치
8	9	10	11	12	13
잡곡밥 순두부찌개 자반고등어 콩나물비빔양념장 김가루무침 비엔나 김치	쌀밥 미역국 닭감자조림 양상추샐러드 두부구이 오이생채 김치	잡곡밥 신김치콩나물국 불고기 고추상추 무생채 해수브라운 김치	쌀밥 소고기탕국 치킨까스 해물찜 감자사라다 참나물두부무침 김치	잡곡밥 어묵국 갈비찜 콩나물무침 감자볶음 마늘쫄면새우조림 김치	쌀밥 계란파국 카레 생선까스 단무지 콩나물무침 김치
15	16	17	18	19	20
잡곡밥 미역국 코다리고추장조림 메추리알콘샐러드 계란찜 시금치나물 김치	쌀밥 시락국 고추장불고기 상추/고추 신김치전 오이소박이 김치	쌀밥 재첩국 닭떡조림 찜만두 양상추샐러드 참나물두부무침 김치	쌀밥 소고기무국 돈까스 우엉조림 계란장조림 깎잎숙 김치	잡곡밥 수제비 비빔나물 고추장 김가루 계란후라이 김치	쌀밥 신김치콩나물국 수육 상추/고추 계란스크램블 참나물무침 김치
22	23	24	25	26	27
잡곡밥 어묵국 김치불고기 고로케 콩나물무침 마늘쫄면새우무침 깍두기	쌀밥 미역국 닭조림 두부 돌나물/초장 열무산초나물 김치	잡곡밥 소고기무국 탕수육 양상추샐러드 부추산적 깎잎숙 김치	쌀밥 시락국 간장불고기 상추/고추 오이소박이 스크램블 김치	잡곡밥 된장찌개 소불고기 콩나물무침 두부조림 도라치무침 김치	쌀밥 돼지국밥 생선까스 고추/오이 땅콩조림 숙주나물 김치
29	30				
잡곡밥 미역국 코다리간장조림 메추리알케찹조림 콩나물무침 연근조림 김치	쌀밥 감자탕 탕수만두 오이고추된장무침 고추장어묵조림 열무산초나물 김치				

※ 모든 식단에는 **밥과 김치**가 포함되어 있습니다.
※ 대상자에 맞게 **다진식/일반식**으로 구분되어 제공됩니다.
※ 수급자의 사정에 따라 식단이 변경될 수 있습니다
※ 김해재활은 **나라케이터링**과 협약하여 위탁급식을 사용합니다. (식단표 나라케이터링제공)
※ **특정 식품의 알레르기가 있는 대상자들은 사무실로 연락 부탁드립니다.**
난류, 우유, 메밀, 땅콩, 대두, 밀, 고등어, 게, 새우, 돼지고기, 복숭아, 토마토, 아황산류, 호두, 닭고기, 쇠고기, 오징어, 조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 잣

김해재활 식단표 (석식)

2026년6월

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1	2	3	4	5	6
쌀밥 된장찌개 소불고기 두부/김치 미역줄기볶음 콩자반 김치	쌀밥 북어팽이국 갈비찜 메추리알조림 시금치무침 겉절이 김치	잡곡밥 부대찌개 오리훈제볶음 무채나물 가지나물 완자조림 김치	쌀밥 소고기탕국 대패삼겹김치볶음 도라지볶음 양배추/젓국 계란말이 김치	잡곡밥 어묵국 가자미엿장조림 부추산적 시래기된장조림 열무나물 김치	쌀밥 콩나물국 후라이드치킨 고구마맛탕 감자볶음 숙주나물 김치
8	9	10	11	12	13
잡곡밥 코다리무국 마파두부 버섯호박볶음 숙주나물 콩자반 김치	쌀밥 된장찌개 대패삼겹볶음 양배추/젓국 동그랑땡 애호박볶음 김치	잡곡밥 떡국 소불고기 너비아니 오징어초무침 숙주나물 김치	쌀밥 콩나물국 코다리엿장조림 계란말이 오이지 통배추나물 김치	잡곡밥 김치찌개 안심장조림 미트볼케찹조림 도토리묵간장 부추나물 김치	쌀밥 무채국 오징어볶음 두부부침 참나물 무생채 김치
15	16	17	18	19	20
쌀밥 김치찌개 안심장조림 치킨너겟 콩나물무침 애호박볶음 김치	쌀밥 바지락무국 가자미엿장조림 가지나물 비엔나피망볶음 콩나물무침 김치	쌀밥 소고기탕국 오리훈제볶음 두부구이 감자조림 열무나물무침 김치	쌀밥 호박젓국찌개 대패삼겹김치볶음 고구마맛탕 얼갈이된장무침 마늘쫄면조림 김치	잡곡밥 닭국 생선까스 오이지 가지들깨볶음 두부김치 김치	쌀밥 어묵국 조기구이 신김치전 만두 물미역 김치
22	23	24	25	26	27
잡곡밥 소고기무국 코다리조림 감자볶음 애호박볶음 오이무침 김치	쌀밥 김치찌개 소불고기 순대야채볶음 얼갈이된장무침 브로콜리초장 김치	잡곡밥 계란파국 짜장 계란후라이 가지볶음 단무지 김치	쌀밥 바지락무국 콩치캔우조림 양배추/젓국 호박전 시금치나물 김치	잡곡밥 청국장 갈비찜 겉절이 계란찜 숙갓나물 김치	쌀밥 소고기무국 탕수육 계란장조림 명엽채 어묵조림 김치
29	30				
쌀밥 김치찌개 수육 알배추쌈 메추리알조림 참나물무침 김치	쌀밥 무채국 오리훈제볶음 시래기된장조림 산적구이 고추지 김치				

※모든 식단에는 **밥과 김치**가 포함되어 있습니다.

※대상자에 맞게 **다진식/일반식**으로 구분되어 제공됩니다.

※수급자의 사정에 따라 식단이 변경될 수 있습니다

※김해재활은 **나라케이터링**과 협약하여 위탁급식을 사용합니다. (식단표 태양푸드제공)

※ **특정 식품의 알레르기**가 있는 대상자들은 **사무실로 연락** 부탁드립니다.

난류, 우유, 메밀, 팥콩, 대두, 밀, 고등어, 게, 새우, 돼지고기, 복숭아, 토마토, 아황산류, 호두, 닭고기, 쇠고기, 오징어, 조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 잣