

김해재활 식단표 (중식)

2026년 7월

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
		1	2	3	4
		쌀밥 시락국 불고기 상추/고추 두부구이 애호박볶음 김치	쌀밥 건새우콩나물국 닭감자조림 양상추샐러드 도토리묵 양념장 야채고로케 김치	잡곡밥 순두부찌개 비빔나물 계란 김가루 고추장 김치	쌀밥 어묵탕 가자미무조림 신김치전 알배추쌈 숙주나물 김치
6	7	8	9	10	11
잡곡밥 꽃게된장찌개 김치불고기 생선까스 어묵조림 숙주나물 김치	쌀밥 미역국 닭감자조림 양상추샐러드 고구마맛탕 마늘쫀건세우조림 김치	잡곡밥 소고기무국 불고기 상추/고추 무생채 비빔만두 김치	쌀밥 소고기탕국 수제돈까스 계란장조림 해물찜 얼갈이부추겉절이 김치	잡곡밥 시락국 코다리무조림 연근튀김 콩나물무침 깻잎숙 김치	쌀밥 소고기전골 잡채 땅콩조림 참나물무침 숙주나물 김치
13	14	15	16	17	18
잡곡밥 북어팽이국 코다리엿장조림 살곤약샐러드 비엔나케첩조림 시금치나물 김치	쌀밥 시락국 고추장불고기 양배추/다시마쌈 도라지채무침 감자채볶음 김치	쌀밥 닭다리삼계탕 도토리묵 부추산적 고추당근쌈장 열무나물무침 김치	쌀밥 미역국 비빔나물 고추장 김가루 계란후라이 김치	잡곡밥 시금치된장국 닭조림 계란두부무침 가지볶음 맛타리볶음 김치	쌀밥 감자탕 방아부추전 통배추스틱 오이무침 참나물무침 김치
20	21	22	23	24	25
잡곡밥 시락국 매추리알장조림 고추장잡채어묵 숙주나물 생선까스/타르타르 김치	쌀밥 미역국 불고기 무생채 상추/고추쌈 두부조림 김치	잡곡밥 순두부찌개 탕수육 해물찜 계란장조림 열무산초나물 김치	쌀밥 소고기무국 닭조림 찜만두 숙갓두부무침 마카로니샐러드 김치	잡곡밥 유부된장국 짜장 계란후라이 단무지 파리고추찜 김치	쌀밥 시락국 수육 상추/고추/쌈 분홍소세지전 콩나물무침 김치
27	28	29	30	31	
잡곡밥 새알미역국 코다리엿장조림 계란찜 콩나물무침 어묵조림 김치	쌀밥 크림스프 수제돈까스 양상추샐러드 두부조림 열무나물 김치	잡곡밥 시락국 불고기 상추/고추 오이소박이 감자채볶음 김치	쌀밥 미역국 닭조림 돌나물/초장 고로케튀김 시금치나물 김치	쌀밥 어묵국 비빔나물 계란후라이 고추장 김가루 김치	

※ 모든 식단에는 **밥과 김치**가 포함되어 있습니다.
※ 대상자에 맞게 **다진식/일반식**으로 구분되어 제공됩니다.
※ 수급자의 사정에 따라 식단이 변경될 수 있습니다
※ 김해재활은 **나라케어터링**과 협약하여 위탁급식을 사용합니다. (식단표나라케어터링제공)
※ **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)

2026년 7월

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
		1	2	3	4
		쌀밥 소고기탕국 김치갈비찜 메추리알장조림 해초샐러드 얼갈이나물 김치	쌀밥 호박젓국찌개 안심장조리림 꼬마만두찜 가지나물 된장고추치 김치	잡곡밥 시금치된장국 소불고기 순대깻잎볶음 박나물 멸치조림 김치	쌀밥 콩나물국 후라이드치킨 고구마맛탕 감자볶음 숙주나물 김치
6	7	8	9	10	11
잡곡밥 바지락우국 적어구이 분홍소세지전 참나물무침 콩자반 김치	쌀밥 김치찌개 메추리알장조림 숙주나물 애호박볶음 너비아니구이 김치	잡곡밥 시락국 김치갈비찜 스크램블에그 얼갈이된장무침 새송이볶음 김치	쌀밥 콩나물국 오리훈제볶음 메추리알샐러드 오이고추된장무침 숙갓두부무침 김치	잡곡밥 열무물김치 카레 생선까스 단무지 가지나물 김치	쌀밥 무채국 오징어볶음 두부부침 참나물 무생채 김치
13	14	15	16	17	18
쌀밥 콩나물냉국 대패삼겹김치볶음 고추기볶음 동그랑땡전 어묵조림 김치	쌀밥 소고기탕국 공치캔무조림 너비아니구이 참나물무침 애호박볶음 김치	쌀밥 김치찌개 소불고기 계란찜 브로콜리/초장 콩나물무침 김치	쌀밥 된장찌개 탕수육 가지볶음 아귀찜 콩자반 김치	잡곡밥 어묵국 삼겹살구이 상추/쌈 얼갈이겉절이 계란전 김치	쌀밥 어묵국 조기구이 신김치전 만두 물미역 김치
20	21	22	23	24	25
잡곡밥 김치찌개 코다리엇장조림 고추기볶음 감자채볶음 콩나물무침 김치	쌀밥 청국장 김치갈비찜 해쉬브라운 가지나물 얼갈이겉절이 김치	잡곡밥 신김치콩나물국 소불고기 물만두 참나물무침 무나물 김치	쌀밥 콩국 안심장조림 미트볼 박나물 오이무침 김치	잡곡밥 복어계란국 간고등어구이 애호박전 메추리조림 얼갈이된장무침 김치	쌀밥 소고기무국 탕수육 계란장조림 명엽채 어묵조림 김치
27	28	29	30	31	
쌀밥 김치찌개 소불고기 옥수수콘샐러드 순대/쌈장 마늘쫀건세우조림 김치	쌀밥 오이냉국 고구마갈비찜 버섯볶음 통배추쌈 동그랑땡전 김치	쌀밥 콩나물국 안심장조림 파래무침 가지나물 치킨너겟 김치	쌀밥 된장찌개 삼겹살구이 상추/쌈 콩나물무침 너비아니구이 김치	쌀밥 감자탕 계란말이 오이고추된장 땅콩조림 참나물무침 김치	

※모든 식단에는 밥과 김치가 포함되어 있습니다.

※대상자에 맞게 다진식/일반식으로 구분되어 제공됩니다.

※수급자의 사정에 따라 식단이 변경될 수 있습니다

※김해재활은 나라케이터링과 협약하여 위탁급식을 사용합니다. (식단표 태양푸드제공)

※ 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