

김해재활 식단표 (중식)

2026년 9월

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
	1	2	3	4	5
	쌀밥 오이냉국 불고기 상추고추 생선가스 무생채 김치	잡곡밥 순두부찌개 닭조림 양상추샐러드 두부구이 우엉조림 김치	쌀밥 미역국 탕수육 마파두부 콩나물무침 깻잎지 김치	잡곡밥 어묵국 카레 야채고로케 도토리묵 단무지 김치	쌀밥 북어계란국 아귀찜 계란말이 오이고추된장무침 버섯볶음 김치
7	8	9	10	11	12
잡곡밥 수제비 김치불고기 콩나물무침 생선가스 어묵조림 김치	쌀밥 새알미역국 돈가스 해물찜 두부조림 깻잎숙 김치	잡곡밥 소고기무국 닭갈비 군만두 양상추샐러드 파리고추찜 김치	쌀밥 시락국 불고기 상추고추 감자볶음 얼갈이겉절이 김치	잡곡밥 오이냉국 비빔나물 계란후라이 고추장 김가루 김치	쌀밥 돼지김치찌개 자반고등어구이 얼갈이겉절이 감자조림 참나물두부무침 김치
14	15	16	17	18	19
잡곡밥 미역국 간장코다리조림 비엔나메추리알조림 콘샐러드 콩나물무침 김치	쌀밥 시락국 불고기 상추고추 맛탕 도라지무침 김치	쌀밥 소고기무국 떡갈비찜 생선가스 오이소박이 돌나물 김치	쌀밥 채첩국 닭갈비 고기만두 양상추샐러드 열무산초나물 김치	잡곡밥 시금치된장국 비빔나물 계란후라이 김가루 고추장 김치	쌀밥 어묵국 짜장 잡채 단무지 숙주나물 김치
21	22	23	24	25	26
잡곡밥 미역국 닭조림 계란찜 실곤약샐러드 콩나물무침 김치	쌀밥 순두부찌개 치킨가스 양상추샐러드 두부조림 해물찜 김치	잡곡밥 시락국 불고기 상추고추 열무나물 감자볶음 김치	쌀밥 북어국 소불고기 부추전 오이고추된장무침 멸치볶음 김치		떡국 계란지단 김가루 만두 숙주나물 김치
28	29	30			
잡곡밥 콩나물국 코다리엇장조림 어묵조림 미역줄기맛살볶음 멸치볶음 김치	쌀밥 시락국 불고기 상추 고추 도라지채무침 물만두 김치	잡곡밥 미역국 탕수육 두부 김치볶음 콩나물무침 무말랭이 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)

2026년9월

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
	1	2	3	4	5
	쌀밥 된장찌개 가자미조림 된장깻잎지 가지볶음 부추산적 김치	잡곡밥 오징어무국 소불고기 얼갈이된장무침 고로케 콩자반 김치	쌀밥 김치찌개 오리훈제볶음 숙주나물 신김치전 메추리알샐러드 김치	잡곡밥 소고기탕국 대패삼겹볶음 해쉬브라운 열무나물 무말랭이 김치	쌀밥 콩나물국 오징어새우볶음 감자볶음 참나물무침 숙주나물 김치
7	8	9	10	11	12
잡곡밥 된장찌개 코다리엿장조림 오색전 오이무침 실곤약샐러드 김치	쌀밥 도토리묵냉국 갈비찜 애호박볶음 튀김 양배추부추겉절이 김치	잡곡밥 애호박전국찌개 안심장조림 박나물 우엉조림 치킨너겟 김치	쌀밥 어묵국 닭안심야채볶음 숙주나물 어묵조림 도라지나물 김치	잡곡밥 참치김치찌개 소불고기 가지볶음 순대야채볶음 멸치조림 김치	쌀밥 무채국 오징어볶음 두부조림 숙주나물 산적구이 김치
14	15	16	17	18	19
쌀밥 애호박찌개 메추리알장조림 숙주나물 부추산적 고들빼기 김치	쌀밥 신김치콩나물국 오리훈제볶음 두부조림 마늘풍볶음 분홍소세지전 김치	쌀밥 된장찌개 소불고기 도토리묵 애호박볶음 고추기무침 김치	쌀밥 김치찌개 생선구이 씨래기된장조림 동그랑땡 땅콩조림 김치	잡곡밥 바지락무국 대패삼겹볶음 스크램블에그 깻잎지 시금치나물 김치	쌀밥 콩나물국 안심장조림 신김치전 만두 물미역무침 김치
21	22	23	24	25	26
잡곡밥 소고기무국 가자미구이 메추리알조림 애호박볶음 마늘쫄조림 김치	쌀밥 북어국 갈비찜 양배추쌈 얼갈이된장무침 부추산적 김치	잡곡밥 청국장 대패삼겹볶음 스크램블에그 숙주나물 깻잎지 김치	쌀밥 김치찌개 코다리엿장조림 두부조림 가지볶음 땅콩조림 김치		
28	29	30			
쌀밥 김치찌개 오리훈제볶음 숙주나물 두부부침 고들빼기 김치	쌀밥 소고기무국 생선구이 오색전 참나물무침 콩자반 김치	쌀밥 된장찌개 소불고기 오이고추된장무침 미트볼조림 숙갓나물 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