

식단표

2026년 05월

영종하늘주간보호센터

구분					금(05.01)	토(05.02)
점심 식단						<점심특식> 손칼국수 배추김치
오전 간식						천마차
오후 간식						카스타드 맛있는 두유GT
구분	월(05.04)	화(05.05)	수(05.06)	목(05.07)	금(05.08)	토(05.09)
점심 식단	흑미밥 배추된장국 훈제오리볶음 숙주나물무침 마늘쫄새우볶음 배추김치	흑미밥 홍합살무국 제육볶음 팽이버섯전 상추&쌈장 배추김치	보리쌀밥 소고기미역국 /카레소스 썩갓두부무침 우영조림 배추김치	흑미밥 닭곰탕 스크램블 무생채 /감자야채전 배추김치	보리쌀밥 소불고기버섯국 조기구이 시금치나물 고구마샐러드 배추김치	손수제비 배추김치
저녁 식단	흑미밥 소고기버섯국 닭고기양배추볶음탕 도라지나물 얼갈이고추장무침 배추김치		보리쌀밥 물만두국 새송이메추리알장조 림가지볶음 /숙주나물 배추김치	흰밥 애호박된장국 마파두부 콩나물무침 열무된장지짐 배추김치	/보리쌀밥 황태무국 한식잡채 호박양파볶음 얼갈이된장무침 배추김치	
오전 간식	천마차	천마차	천마차	천마차	천마차	천마차
오후 간식	물만두	초코파이	꿀호떡	오예스	후레쉬베리	초코파이
구분	월(05.11)	화(05.12)	수(05.13)	목(05.14)	금(05.15)	토(05.16)
점심 식단	/흑미밥 바지락시금치국 닭가슴살곤약조림 시금치나물 실곤약야채샐러드 배추김치	흑미밥 소고기얼갈이된장국 /카레소스 상추겉절이 시금치나물 배추김치	혼합잡곡밥 꽃게탕 돈사태단호박조림 건새우볶음 고구마샐러드 배추김치	혼합잡곡밥 근대된장국 소고기청경채볶음 비름나물 연근조림 배추김치	혼합잡곡밥 콩나물무국 가자미구이 얼갈이들깨무침 코울슬로 배추김치	혼합잡곡밥 얼갈이된장국 훈제오리아채볶음 양배추쌈&쌈장 김자반 배추김치
저녁 식단	흑미밥 열무된장국 돈육가지볶음 산나물무침 무나물 배추김치	흑미밥 콩비지국 훈제오리아채볶음 숙주나물무침 돌나물 배추김치	흰밥 배추된장국 두부강정 알배추무침 가지나물 배추김치	흰밥 홍밥미역국 메추리알장조림 콩나물무침 오징어젓갈 배추김치	흰밥 아욱된장국 제육볶음 청경채나물무침 마늘쫄고추장무침 배추김치	
오전 간식	천마차	천마차	천마차	천마차	천마차	천마차
오후 간식	커스터드	크리스피롤	꿀호떡	오예스	후레쉬베리	초코파이

구분	월(05.18)	화(05.19)	수(05.20)	목(05.21)	금(05.22)	토(05.23)
점심 식단	혼합잡곡밥 팽이미소된장국 소고기가지볶음 배추된장무침 김치전 배추김치	혼합잡곡밥 해물버섯탕 하이라이스 참나물무침 건새우마늘쫄볶음 배추김치	혼합잡곡밥 알탕 돈사태단호박조림 가지나물무침 양배추샐러드 배추김치	혼합잡곡밥 느타리들깨무국 소고기청경채볶음 무생채나물 감자샐러드 배추김치	혼합잡곡밥 배추된장국 임연수구이 오이양배추무침 미역줄기볶음 배추김치	혼합잡곡밥 어묵탕 닭가슴살볶음 열무된장지짐 천사채맛살샐러드 배추김치
저녁 식단	흰밥 콩가루배추국 메추리알새송이장조림 무나물 우엉조림 배추김치	흰밥 두부된장국 제육볶음 청경채나물 오이무침 배추김치	흰밥 바지락미역국 두부강정 썩갓두부무침 돌나물 배추김치	흰밥 근대된장국 훈제오리아채볶음 시금치무침 김자반 배추김치	흰밥 물만두국 참치두부조림 숙주마리무침 연근조림 배추김치	
오전 간식	천마차	천마차	천마차	천마차	천마차	천마차
오후 간식	커스터드	크리스피롤	꿀호떡	오예스	후레쉬베리	초코파이
구분	월(05.25)	화(05.26)	수(05.27)	목(05.28)	금(05.29)	토(05.30)
점심 식단	혼합잡곡밥 느타리들깨무국 소고기버섯불고기 얼갈이된장무침 천사채맛살샐러드 배추김치	혼합잡곡밥 시금치된장국 훈제오리양배추볶음 숙주오이무침 우엉조림 배추김치	혼합잡곡밥 부추계란국 자장면 실곤약무침 양배추샐러드 배추김치	혼합잡곡밥 바지락된장국 닭볶음탕 시금치나물 감자전 배추김치	혼합잡곡밥 알탕 가자미구이 무생채 마카로니샐러드 배추김치	혼합잡곡밥 청경채된장국 돼지불고기 얼갈이나물 김자반 배추김치
저녁 식단		흰밥 닭곰탕 참치두부조림 청경채나물 죽순볶음 배추김치	흰밥 팽이미소된장국 제육볶음 도라지나물 단호박샐러드 배추김치	흰밥 소고기무국 마파두부 가지나물 부추무침 배추김치	흰밥 아욱된장국 메추리알장조림 썩갓두부무침 목이버섯볶음 배추김치	
오전 간식	천마차	천마차	천마차	천마차	천마차	천마차
오후 간식	커스터드	크리스피롤	꿀호떡	오예스	후레쉬베리	초코파이

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

※ (주)동행 제공 식단표