

2026.04월 식단표

유노인재활 주간보호센터

날짜	월	화	수	목	금	토
			04월01일	04월02일	04월03일	04월04일
정성이 가득한 점심			쌀밥/영양죽 아욱된장국 고추장오리불고기 마파가지볶음 부추겉절이 배추김치	쌀밥/영양죽 감자양파국 동태무조림 맛살야채볶음 청경채무침 배추김치	쌀밥/영양죽 김치국 닭볶음탕 야채계란말이 콩나물무침 배추김치	쌀밥/영양죽 시금치된장국 제육볶음 돈민찌무채전 양파장아찌 배추김치
건강을 생각한 저녁			쌀밥/영양죽 어묵속갓국 돈생강장볶음 도토리묵무침 방풍나물 배추김치	쌀밥/영양죽 유채된장국 미트볼새송이조림 잔멸치볶음 오이생채 배추김치	쌀밥/영양죽 순두부백탕 돈채죽순피망볶음 연근간장강정 미역초무침 배추김치	쌀밥/영양죽 나가사끼짬뽕국 탕수육*소스 알감자조림 단무지무침 배추김치
날짜	04월06일	04월07일	04월08일	04월09일	04월10일	04월11일
정성이 가득한 점심	쌀밥/영양죽 어묵곤약국 훈제오리볶음 단호박찜 부추겉절이 배추김치	쌀밥/영양죽 시래기된장국 닭가슴살야채볶음 청포묵무침 숙주나물 배추김치	쌀밥/영양죽 동태탕 돈채피망불고기 팽이맛살전 아삭이고추무침 배추김치	쌀밥/영양죽 유채된장국 적어구이 도토리묵무침 감자조림 배추김치	쌀밥/영양죽 소고기미역국 우렁강된장소스 계란후라이 비빔3종나물 배추김치	쌀밥/영양죽 콩나물국 주꾸미돈육볶음 후랑크케찹조림 모듬장아찌 배추김치
건강을 생각한 저녁	쌀밥/영양죽 감자채다시마국 간장돈불고기 매콤가지나물 양배추찜*쌈장 배추김치	쌀밥/영양죽 오징어무국 돈육데리야끼볶음 짜리고추찜 치커리단감무침 배추김치	쌀밥/영양죽 계란국 짜장소스 칠리만두강정 양배추케요샐러드 배추김치	쌀밥/영양죽 두부새우젓국 안동찜닭 콩나물겨자냉채 참나물무침 배추김치	쌀밥/영양죽 들깨수제비국 너비아니조림 실곤약야채무침 취나물볶음 배추김치	쌀밥/영양죽 팽이된장국 생선까스*타르소스 메추리알조림 꼬시래기무침 배추김치
날짜	04월13일	04월14일	04월15일	04월16일	04월17일	04월18일
정성이 가득한 점심	쌀밥/흰죽 황태계란국 제육볶음 고구마조림 방풍나물 배추김치	쌀밥/흰죽 육개장 녹두빈대떡 미역줄기볶음 양파장아찌 배추김치	쌀밥/흰죽 웅심이들깨미역국 간장돈불고기 계란말이 양배추쌈*쌈장 배추김치	쌀밥/흰죽 아욱된장국 돈육강정 해파리냉채 마늘쫄볶음 배추김치	쌀밥/흰죽 어묵채국 닭갈비 두부구이*양념장 시래기된장지짐 배추김치	쌀밥/흰죽 부대찌개 돈까스*소스 새송이버섯볶음 양배추샐러드 배추김치
건강을 생각한 저녁	쌀밥/영양죽 시금치된장국 해물콩나물찜 햄죽순볶음 우엉채조림 배추김치	쌀밥/영양죽 고추장찌개 닭살그린빈스조림 비엔나볶음 돌나물*초장 배추김치	쌀밥/영양죽 콩나물국 가자미구이 두부조림 청경채나물 배추김치	쌀밥/영양죽 김치국 오리간장볶음 해물동그랑땡조림 부추겉절이 배추김치	쌀밥/영양죽 순살감자탕 삼치옛장조림 메추리알샐러드 아삭이고추무침 배추김치	쌀밥/영양죽 유채된장국 돈육생강장볶음 납작감자조림 참나물겉절이 배추김치

날짜	04월20일	04월21일	04월22일	04월23일	04월24일	04월25일
정성이 가득한 점심	쌀밥/영양죽 유부김치국 돈육청경채볶음 청포묵미나리무침 취나물볶음 배추김치	쌀밥/영양죽 순대국밥 두부양념조림 세발나물야채전 고추*양파*쌈장 배추김치	쌀밥/영양죽 매콤어묵국 돈육카레소스 감자고로케*케찹 단무지무침 배추김치	쌀밥/영양죽 팽이두부장국 치킨까스 모듬떡볶이 양배추샐러드 배추김치	콩나물밥/영양죽 열무된장국 제육두루치기 해초무침 고구마튀김 배추김치	쌀밥/영양죽 순두부찌개 코다리엿장조림 김치옥수수전 마늘쫄볶음 배추김치
건강을 생각한 저녁	쌀밥/영양죽 청국장찌개 로제닭갈비 연근조림 시금치나물 배추김치	쌀밥/영양죽 감자양파국 돈사태곤약장조림 맛살야채볶음 참나물무침 배추김치	쌀밥/영양죽 닭개장 아귀콩나물찜 궁채들깨나물볶음 부추오리엔탈무침 배추김치	쌀밥/영양죽 홍합살무국 우삼겹숙주볶음 도라지생채 파리고추콩가루찜 배추김치	쌀밥/영양죽 참치추어탕 소세지야채볶음 두부조림 오이초무침 배추김치	쌀밥/영양죽 들깨버섯국 숯불향닭갈비 실곤약마요무침 세발나물겉절이 배추김치
날짜	04월27일	04월28일	04월29일	04월30일		
정성이 가득한 점심	쌀밥/영양죽 아욱된장국 오징어볶음 계란찜 모듬목이초무침 배추김치	쌀밥/영양죽 콩가루배추국 닭볶음탕 옛날소세지전 열무나물 배추김치	쌀밥/영양죽 맑은짬뽕국 해물양장피무침 비빔야채만두 짜사이무침 배추김치	쌀밥/영양죽 김치어묵국 훈제오리버섯볶음 연근땅콩조림 부추양파무침 배추김치		
건강을 생각한 저녁	쌀밥/영양죽 호박새우전국 돈채파프리카볶음 연두부찜*양념장 봄동겉절이 배추김치	쌀밥/영양죽 장터국밥 임연수구이 오이맛살냉채 양파장아찌 배추김치	쌀밥/영양죽 황태두부국 제육불고기 새송이참깨소스무침 감자채볶음 배추김치	쌀밥/영양죽 웅심이미역국 삼치무조림 천사채샐러드 숙주나물 배추김치		
원산지표시	1. 쌀(국내산) 2. 배추김치(배추,고춧가루·콩국산) 3. 닭고기(오뚜기) 4. 돼지고기(국내산/폴카메산) 5. 닭고기(국내산/프리카산) 6. 훈제오리(중국산) 오리정육(국내산) 7. 콩(외국산) 8. 참치캔(가다랑어:원양산), 고등어캔(고등어:국내산), 꽁치캔(꽁치:외국산) 9. 코다리,동태,북어채(러시아산) 10. 고등어(국내산) 11. 오징어(원양산,페루산,칠레산) 12. 가자미(외국산) 13. 주꾸미(베트남산) 14. 베이컨(돈육:외국산) 15. 논우렁살(국내산) 16. 삼치(국내산) 17. 햄,비엔나,너비아니,탕수육(계육,돈육:국내산) 18. 생선가스(중국산) 19. 두부,순두부,연두부,콩나물(대두:외국산) 20. 방어, 삼치(국내산) 21. 적어,임연수(미국산) 22. 치킨까스(닭고기:국내산) 23. 떡갈비(돼지,닭:국내산) 24. 주꾸미(베트남산) 25. 깐풍기(닭:국내산) 26. 아귀(국내산) 27. 돈까스(돼지고기:국내산) 28. 함박스테이크(닭,돼지:국내산) 29. 치킨너겟(닭고기:국내산) * 상기 메뉴는 시장 수급 현황에 따라서 변동될수 있습니다.* 안개르기오반신포·안르 오으 매미 판코 데드 그드어 게 세으 두으 부순이 드미트 흥드 닭고기 싱고기 오징어 조개로 자					