

식단표

2025년 06월

KDB생명데이케어센터고양

구분	월(06.02)	화(06.03)	수(06.04)	목(06.05)	금(06.06)	토(06.07)
점심식단	오리불고기 쌀밥 근대된장국 야채비빔칼국수 미역줄기볶음 배추김치	온쫄면 멸치주먹밥小 너비아니구이 양념장 단무지 깍두기	오징어콩나물볶음 쌀밥 사골만둣국 동부묵김가루 아삭이고추된장무침 배추김치	돈육김치두루치기 잡곡밥 미역맑은국 온두부 무조미김*양념장 깍두기	얼큰대구탕 잡곡밥 고기산적조림 짬뽕새송이볶음 얼갈이오리엔탈무침 배추김치	아귀순살조림 쌀밥 애호박고추장찌개 양배추김가루무침 오복지무침 깍두기
저녁식단	고등어조림 잡곡밥 감자양파국 취나물무침 깍잎지 물김치		채소카레라이스 쌀밥 유부장국 미트볼케찹볶음 배추나물 물김치	돈채야채볶음 쌀밥 파달갈국 감자볶음 툇초장무침 물김치		
오전간식	바지락야채죽	두부들깨죽	북엇살야채죽	양배추죽	미역죽	들깨죽
구분	월(06.09)	화(06.10)	수(06.11)	목(06.12)	금(06.13)	토(06.14)
점심식단	오삼불고기 쌀밥 아욱된장국 미니메밀전병 고구마순나물 배추김치	돈육김치찌개 잡곡밥 미트볼피망볶음 건파래볶음 오이지무침 깍두기	우영채툇밥 채소된장찌개 수제김치전 두부조림 양념장 배추김치	돈사태곤약조림 잡곡밥 시래기된장국 도토리묵야채무침 간장깍잎 깍두기	해물볶음우동 김가루밥 우동국 고기왕만두&간장 쫄깃단무지 배추김치	훈제오리겨자냉채 쌀밥 두부썩갓국 건새우볶음 마늘지무침 배추김치
저녁식단	동그랑땡조림 쌀밥 바지락맑은국 달걀말이 깐마늘지무침 물김치	옛날소시지전 잡곡밥 김치국 감자조림 오복지무침 물김치	고기산적데리구이 쌀밥 쇠고기미역국 연두부&흑임자S 열무나물 물김치	닭살마늘볶음 잡곡밥 수제비국 멸치조림 콩나물무침 물김치	모듬장조림 쌀밥 어묵국 오징어젓무무침 들기름무나물 물김치	
오전간식	당근스프	쇠고기죽	양송이죽	단호박죽	새우살야채죽	버섯야채죽

구분	월(06.16)	화(06.17)	수(06.18)	목(06.19)	금(06.20)	토(06.21)
점심식단	제육볶음 잡곡밥 어묵국 가지찜*양념장 새콤오이무침 깍두기	쇠고기피망볶음 쌀밥 사골황태국 쌈다시마*초장 미나리나물 배추김치	소시지김치볶음밥 팽이장국 감자고로케*케찹 부들어묵볶음 무말랭이 깍두기	순살닭볶음탕 버섯들깨순두부탕 건파래볶음 세발나물무침 쌈무 배추김치	베이컨펜네파스타 야채볶음밥 크림스프 미니돈까스*소스 오이피클 배추김치	오징어미나리초회 쌀밥 두부김치국 우거지된장지짐 미역줄기볶음 물김치
저녁식단	두반장닭살볶음 쌀밥 감자양파국 마늘쫄로림 흑임자시금치무침 물김치	갈비양념구이 잡곡밥 수제비고추장찌개 탕평채 조미파래김 물김치	코다리콩나물찜 쌀밥 들깨무채국 청경채나물 연근들깨샐러드 물김치	한입떡갈비구이 잡곡밥 콩나물김치국 새송이버섯볶음 영양부추겉절이 물김치	야채달걀찜 쌀밥 홍합살미역국 명엽채조림 치커리생채 물김치	
오전간식	버섯새우죽	김치콩나물죽	쇠고기미역죽	게맛살달걀죽	북엇살야채죽	들깨죽
구분	월(06.23)	화(06.24)	수(06.25)	목(06.26)	금(06.27)	토(06.28)
점심식단	고사리돈육볶음 잡곡밥 맑은콩나물국 단호박크로켓 오이무침 배추김치	경상도식쇠고기무국 쌀밥 너비아니구이*파채 표고버섯볶음 간장깻잎지 배추김치	열무보리비빔밥 두부장국 궁중녹두전 계란후라이 양파장아찌 깍두기	돈육김치찌개 쌀밥 햄구이*케찹 콩나물무침 무조미김*양념장 배추김치	추억의도시락 쌀밥 유부장국 조랭이떡볶이 고구마크로켓*케찹 깍두기	사골만둣국 쌀밥 두부구이*양념장 근대된장나물 콩조림 물김치
저녁식단	고등어구이 잡곡밥 아욱된장국 백묵이버섯냉채 애호박볶음 물김치	들깨돼지불백 잡곡밥 버섯찌개 세멸치볶음 배추나물 물김치	닭살그린빈스볶음 쌀밥 사골미역국 호박나물 물파래무무침 물김치	오징어간장조림 잡곡밥 바지락무국 얼갈이들깨무침 무말랭이 물김치	돈육견과류볶음 쌀밥 어묵국 계란지짐 미역초무침 물김치	
오전간식	양송이스프	흑임자죽	닭고기야채죽	브로콜리아채죽	바지락미역죽	계란야채죽

구분	월(06.30)					
점심식단	오징어섞어찌개 잡곡밥 메밀전병 도토리치커리무침 숙주나물 열무김치					
저녁식단	콩치무조림 잡곡밥 맑은콩나물국 연근튀김*소스 느타리볶음 물김치					
오전간식	새우야채죽					

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