

식단표

2026년 05월

엔젤재가복지센터

구분						금(05.01)	토(05.02)
점심 식단						혼합잡곡밥 녹두닭곰탕 김치전 양파/고추지 오이부추무침 배추김치	혼합잡곡밥 감자수제비 떡갈비 버섯볶음 돈나물무침 배추김치
저녁 식단						혼합잡곡밥 시래기된장국 삼치조림 마늘쫀쫀무침 참나물무침 배추김치	혼합잡곡밥 들깨무국 청경채불고기 연두부/양념장 콩나물무침 배추김치
오전 간식						토마토 바나나	바나나 두유
오후 간식						딸기	카스타드 사과주스
기능 식이						조: 해바라기씨죽 중: 흑임자죽 석: 야채죽	조: 들깨죽 중: 녹두죽 석: 야채죽
당뇨 식						제공	제공
경관 식						제공	제공
저염 식						제공	제공

구분	일(05.03)	월(05.04)	화(05.05)	수(05.06)	목(05.07)	금(05.08)	토(05.09)
점심 식단	혼합잡곡밥 비지찌개 제육볶음 가지전무생채 배추김치	혼합잡곡밥 육개장 가자미조림 감자채볶음 배추생채 배추김치	잔치국수 김가루주먹밥 새우튀김 단무지무침 단배추겉절이 배추김치	혼합잡곡밥 카레 소떡소떡볶음 시금치나물 오이양파무침 배추김치	혼합잡곡밥 등뼈시래기국 훈제오리 진미양배추무침 콩나물무침 배추김치	혼합잡곡밥 시래기된장국 갈비찜/잡채 사라다/오이/고추 가오리무침 배추겉절이	혼합잡곡밥 배추국 야채찜닭 부추전 도라지초무침 배추김치
저녁 식단	혼합잡곡밥 두부된장국 참치무조림 계란찜 오이무침 배추김치	혼합잡곡밥 콩나물국 간장불고기 계란말이 열무된장무침 배추김치	혼합잡곡밥 들깨무국 제육볶음 멸치땅콩볶음 미나리초무침 배추김치	혼합잡곡밥 콩가루배추국 삼치조림 우영조림 도토리묵/양념장 배추김치	혼합잡곡밥 호박된장국 삼겹숙주볶음 가지찜무침 무생채 배추김치	혼합잡곡밥 꽃게탕 고등어구이 비름나물된장무침 참나물겉절이 배추김치	혼합잡곡밥 떡국 돈장조림 새우호박볶음 단배추겉절이 배추김치
오전 간식	울무차 바나나	쌀과자 생강차	배 바나나	요플레	바나나	샤인머스켓 바나나	바나나 두유
오후 간식	라면	카스타드 사과주스	배 요구르트	고구마 요구르트	롤케익 망고주스	호박설기 수박/식혜	찐계란 사과주스
기능 식이	중: 야채족 석: 해바가리씨죽	중: 흑임자죽 석: 야채죽	중: 팔죽 석: 땅콩죽	중: 야채죽 석: 녹두죽	중: 땅콩죽 석: 야채죽	중: 녹두죽 석: 땅콩죽	중: 야채죽 석: 흑임자죽
당뇨 식	제공	제공	제공	제공	제공	제공	제공
저염 식	제공	제공	제공	제공	제공	제공	제공
구분	일(05.10)	월(05.11)	화(05.12)	수(05.13)	목(05.14)	금(05.15)	토(05.16)
점심 식단	혼합잡곡밥 감자수제비 간장불고기 무생채 숙주나물 배추김치	혼합잡곡밥 유부주머니된장국 갈치조림 마늘쫄쫄무침 미역줄기볶음 알타리김치	혼합잡곡밥 청국장 수육/콩나물무침 상추/쌈장/새우젓 양파/마늘/고추지 배추겉절이	혼합잡곡밥 소고기미역국 조기구이 잡채 오징어초무침 배추김치	혼합잡곡밥 모시조개순두부국 고등어구이 도라지초무침 비름나물된장무침 배추김치	혼합잡곡밥 알탕 닭살야채볶음 연근땅콩조림 오이양파무침 배추김치	혼합잡곡밥 비지찌개 떡갈비 버섯볶음 돈나물무침 배추김치
저녁 식단	혼합잡곡밥 두부된장국 고등어조림 야채계란찜 배추된장무침 배추김치	혼합잡곡밥 콩나물국 제육볶음 호두멸치볶음 치커리겉절이 배추김치	혼합잡곡밥 배추국 가자미조림 마파두부 오이무침 배추김치	혼합잡곡밥 만두국 참치무조림 브로콜리/초장 깻잎지 배추김치	혼합잡곡밥 들깨무국 훈제오리 마늘쫄고추장볶음 도토리묵무침 배추김치	혼합잡곡밥 시래기된장국 삼치조림 감자채볶음 참나물무침 배추김치	혼합잡곡밥 어묵국 간장불고기 연두부/양념장 배추생채 배추김치
오전 간식	미숫가루 바나나	썩떡 생강차	쌀과자 생강차	요플레	오렌지 바나나	바나나 미숫가루	사과 바나나
오후 간식	짜파게티	오렌지 요구르트	썩떡 사과주스	송편 요구르트	수박화채	롤케익 망고주스	수박
기능 식이	중: 야채족 석: 해바가리씨죽	중: 땅콩죽 석: 야채죽	중: 야채족 석: 계란죽	중: 녹두죽 석: 야채죽	중: 호박죽 석: 야채죽	중: 흑임자죽 석: 야채죽	중: 녹두죽 석: 야채죽
당뇨 식	제공	제공	제공	제공	제공	제공	제공
저염 식	제공	제공	제공	제공	제공	제공	제공

구분	일(05.17)	월(05.18)	화(05.19)	수(05.20)	목(05.21)	금(05.22)	토(05.23)
점심 식단		혼합잡곡밥 육개장 가자미조림 감자전 마늘쫄면치볶음 알타리무김치	혼합잡곡밥 두부된장국 목살김치찜 감자채볶음 연근땅콩조림 알타리무김치	혼합잡곡밥 청국장 수육/콩나물무침 상추/쌈장/새우 젓 오이양파무침 배추겉절이	혼합잡곡밥 홍합미역국(조기 1) 청경채불고기 양배추찜/양념장 콩나물무침 배추김치	혼합잡곡밥 감자수제비 치킨샐러드 어묵볶음 비름나물된장무 침 배추겉절이	혼합잡곡밥 꽃게된장국 제육볶음 부추전 도라지초무침 배추김치
저녁 식단		혼합잡곡밥 시래기된장국 제육볶음 우엉조림 도토리묵무침 배추김치	혼합잡곡밥 들깨무국 삼치조림 마늘쫄고추장볶 음 열무된장무침 배추김치	혼합잡곡밥 어묵국 훈제오리 감자조림 도토리묵무침 배추김치	혼합잡곡밥 호박된장국 삼겹숙주볶음 마늘쫄면무침 배추생채 배추김치	혼합잡곡밥 콩가루배추국 고등어조림 두부구이/양념장 참나물겉절이 배추김치	혼합잡곡밥 김치떡국 메추리장조림 새우호박볶음 단배추겉절이 배추김치
오전 간식		쌀과자 생강차	배 바나나	요플레	요플레 쌀과자	참외	바나나 두유
오후 간식		찐감자 요구르트	바나나 요구르트	호떡 사과주스	롤케익 망고주스	오렌지 식혜	카스타드 사과주스
기능 식이		중: 흑임자죽 석: 야채죽	중: 팔죽 석: 야채죽	중: 야채죽 석: 녹두죽	중: 땅콩죽 석: 야채죽	중: 녹두죽 석: 땅콩죽	중: 야채죽 석: 흑임자죽
당뇨 식		제공	제공	제공	제공	제공	제공
저염 식		제공	제공	제공	제공	제공	제공
구분	일(05.24)	월(05.25)	화(05.26)	수(05.27)	목(05.28)	금(05.29)	토(05.30)
점심 식단		혼합잡곡밥 떡국 갈치조림 두부계란구이 미역줄기볶음 배추김치	혼합잡곡밥 갈비탕 김치전 양파/마늘지 마늘쫄볶음 알타리김치	혼합잡곡밥 카레 떡갈비 비빔국수 시금치나물 배추김치	혼합잡곡밥 순두부국 안동찜닭 소세지전 비름나물된장무 침 배추김치	콩나물무밥 두부된장국 계란후라이 꽃맛살사라다 배추생채/김가루 배추김치	혼합잡곡밥 북어국 제육볶음 버섯볶음 단무지무침 배추김치
저녁 식단		혼합잡곡밥 시래기된장국 제육볶음 호두멸치볶음 단배추겉절이 배추김치	혼합잡곡밥 배추국 가자미조림 진미채무침 콩자반 배추김치	혼합잡곡밥 콩나물국 참치무조림 브로콜리/초장 깻잎지 배추김치	혼합잡곡밥 들깨무국 훈제오리 어묵볶음 도토리묵무침 배추김치	혼합잡곡밥 만두국 삼치조림 감자채볶음 참나물무침 배추김치	혼합잡곡밥 어묵국 공치김치찜 연두부/양념장 무생채 배추김치
오전 간식		요플레 쌀과자	오렌지 생강차	요플레	요플레 바나나	사과 바나나	방울토마토 바나나
오후 간식		토마토/쌀과자 요구르트	바나나 사과주스	꼬마김밥 요구르트	롤케익 망고주스	감자떡 망고주스	고구마 망고주스
기능 식이		중: 땅콩죽 석: 야채죽	중: 야채죽 석: 계란죽	중: 녹두죽 석: 야채죽	중: 계란죽 석: 야채죽	중: 흑임자죽 석: 야채죽	중: 녹두죽 석: 야채죽
당뇨 식		제공	제공	제공	제공	제공	제공
저염 식		제공	제공	제공	제공	제공	제공

구분	일(05.31)						
점심 식단	혼합잡곡밥 무채국 김구이 호박볶음 미역줄기볶음 배추김치						
저녁 식단	혼합잡곡밥 호박된장국 돈채볶음 새우야채볶음 열무된장무침 배추김치						
오전 간식	바나나 토마토						
오후 간식	아이스크림						
기능 식이	중: 땅콩죽 석: 녹두죽						
당뇨 식	제공						
저염 식	제공						

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