

주간식단표 (12. 30 ~ 1. 5)

구분	12월 30일	월	12월 31일	화	1월 1일	수	1월 2일	목	1월 3일	금	1월 4일	토	1월 5일	일
	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식
조식	차조밥	채소죽	보리밥	호박채소죽	차수수밥	새송이죽	발아현미밥	콩죽	차조밥	호두죽	수수밥	새우살채소죽	현미보리밥	시금치된장죽
	바지락고추장찌개	바지락고추장찌개	쇠고기무국	쇠고기무국	쇠고기된장찌개	쇠고기된장찌개	아귀맑은냉이국	아귀맑은냉이국	경상도식무국	경상도식무국	북어채무국	북어채무국	열무된장국	열무된장국
	쇠고기장조림	쇠고기장조림	새송이떡갈비조림	새송이떡갈비조림	동태무조림	동태무조림	소세지조림	소세지조림	닭안심고구마조림	닭안심고구마조림	모듬전	모듬전	가자미무조림	가자미무조림
	콩나물	콩나물	감자조림	감자조림	참나물	참나물	계란볶음	계란볶음	참치채소볶음	참치채소볶음	가지나물	가지나물	토란뜨유조림	토란뜨유조림
	튀각	튀각	오이나물	오이나물	미역자반	미역자반	죽순버섯나물	죽순버섯나물	연두부/양념장	연두부/양념장	명란젓갈	명란젓갈	김구이	김구이
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	굴떡국	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	곤드레밥	당근죽	발아현미밥	새송이죽	날치알볶음밥	당근죽
	두부새우젓찌개	두부새우젓찌개	참치김치찌개	참치김치찌개	흰쌀밥(소)	굴무국	돼지감자탕	돼지감자탕	홍합탕	홍합탕	사골우거지국	사골우거지국	콩나물국	콩나물국
	코다리무조림	코다리무조림	돼지장조림	돼지장조림	쇠고기불고기	쇠고기불고기	부추전	부추버섯볶음	강된장/파래김	강된장/김구이	자반고등어구이	자반고등어구이	돈까스/데미	돼지장조림
	브로커리베이컨볶음	브로커리베이컨볶음	실곤약무침	곤약맛살볶음	애호박전	애호박볶음	해물완자조림	해물완자조림	모듬튀김	곤드레나물	잡채	잡채	마늘종고추장무침	마늘종볶음
	연근샐러드	연근조림	시금치나물	시금치나물	오징어젓갈, 김구이	명란젓갈, 김구이	멸치마늘볶음	멸치마늘볶음	갯잎장아찌	갯잎장아찌	브로커리조림	브로커리조림	양배추사라다	양배추채소조림
	포기김치	백김치	알타리김치	백김치	포기김치	백김치	깍두기/석박지	백김치	포기김치	백김치	깍두기	백김치	포기김치	백김치
같은 간식		토마토주스		알로에주스		포도주스		배주스		오렌지주스		샤인머스켓주스		당근주스
석식	팥밥	들깨죽	잔치국수	호두죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	열무된장국	열무된장국	옥수수밥(소)	유채된장국	콩나물김치국	콩나물김치국	쇠고기감자국	쇠고기감자국	시금치국	시금치국	바지락미역국	바지락미역국	해물된장찌개	해물된장찌개
	오리불고기	오리불고기	오징어무침	오징어조림	유린기	닭안심데리야끼조림	갈치무조림	갈치무조림	돼지장조림	돼지장조림	쇠고기불고기	쇠고기불고기	건두부볶음	두부조림
	상추쌈/쌈장	표고무조림	취나물	취나물	느타리버섯볶음	느타리버섯볶음	그린빈어묵조림	그린빈어묵조림	맛살볶음	맛살볶음	메추리알조림	메추리알조림	부들어묵조림	부들어묵조림
	어묵볶음	어묵볶음	단호박범벅	단호박범벅	취나물	취나물	연근땅콩조림	연근땅콩조림	무짬지무침	무짬지무침	숙주나물	숙주나물	진미채무침	무나물
	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	김구이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식		포도주스		사과주스		망고주스		토마토주스		알로에주스		토마토주스		배주스
오후 간식	바나나우유	바나나우유	팬샌드위치/요구르트	샤인머스켓주스	한과/식혜	식혜	과일푸딩	오렌지주스	삶은감자/생강차	생강차	병아리콩스프(+크루통)	사과주스	찐빵/요구르트	망고주스
저녁 간식	떠먹는요구르트		우유(100ml)		떠먹는요구르트		초코렛두유		떠먹는요구르트		마시는요구르트(포도)		떠먹는요구르트	

* 위 식단은 내부사정과 식품 수급사정에 따라 다소 변경 될 수 있습니다

* 식품원산지는 아래를 기준으로 하며, 변경 및 특이사항은 별도 표기를 원칙합니다

쌀(밥, 죽, 누룽지):국내산, 배추김치류:배추/고추가루-국내산, 두부:콩(외국산), 콩비지/연두부:콩(국내산), 쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 베이컨:돼지(외국산), 고기경단:돼지(국산,외국산), 닭강정:닭(국산), 소세지:닭/돼지(미국산), 오미산적(헝):돼지/닭(국산), 돈까스:돼지(국산), 코다리:러시아산, 오징어:국내산, 오징어(솔방울):중국산, 동태:러시아연방, 아귀:중국산, 해물완자:오징어(칠레,페루산), 갈치:모로코산, 고등어:국산,



주간식단표 (12. 23~ 12. 29)

구분	12월 23일 월		12월 24일 화		12월 25일 수		12월 26일 목		12월 27일 금		12월 28일 토		12월 29일 일	
	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식
조식	차조밥	채소죽	보리밥	호박채소죽	차수수밥	새송이죽	발아현미밥	콩죽	차조밥	호두죽	수수밥	새우살채소죽	현미보리밥	시금치된장죽
	경상도식무국	경상도식무국	열무된장국	열무된장국	황태무국	황태무국	토란무국	토란무국	배추된장국	배추된장국	누룽지탕	누룽지탕	게맛살계란탕	게맛살계란탕
	참치감자조림	참치감자조림	쇠고기불고기	쇠고기불고기	소세지볶음	소세지볶음	코다리무조림	코다리무조림	닭안심카레조림	닭안심카레조림	모듬전	모듬전	오징어장조림	오징어장조림
	깻잎나물	깻잎나물	시금치나물	시금치나물	콩나물	콩나물	계란조림	계란조림	궁채들깨볶음	궁채들깨볶음	어묵마늘종볶음	어묵마늘종볶음	브로커리볶음	브로커리볶음
	연두부/양념장	연두부/양념장	오이지무침	오이나물	깻잎장아찌	깻잎장아찌	튀각	튀각	무편지새우젓볶음	무편지새우젓볶음	비타장아찌	비타장아찌	채소피클	연근조림
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	스파게티/빵	당근죽	발아현미밥	새송이죽	콩나물굴밥	당근죽
	사골미역국	사골미역국	콩나물무국	콩나물무국	사골우거지국	사골우거지국	민물새우고추장찌개	민물새우고추장찌개	치즈스프	치즈스프	냉이된장국	냉이된장국	유채된장국	유채된장국
	마지락참나물전	쇠고기참나물무침	돼지갈비찜	돼지장조림	삼치무조림	삼치무조림	닭찜	닭찜	돈가스/데미	돼지불고기	조기양념찜	조기양념찜	쇠고기불고기	쇠고기불고기
	꽃맛살조림	꽃맛살조림	어묵볶음	어묵볶음	들기름두부부침	들기름두부부침	마늘종고추장무침	마늘종볶음	감자튀김	감자조림	토마토계란볶음	토마토계란볶음	취나물	취나물
	유채나물	유채나물	미역줄기볶음	미역자반	올미역/초고추장	김구이	아몬드멸치조림	아몬드멸치조림	양상추샐러드	양배추채소조림	진미채무침	무약저지	김구이/양념장	구이김
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	갓김치	백김치	포기김치	백김치	단무지/피클	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치
같은 간식		토마토주스		알로에주스		포도주스		배주스		오렌지주스		샤인머스켓주스		당근주스
석식	팥밥	들깨죽	아욱된장죽	아욱된장죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	동태찌개	동태찌개	나박김치	나박김치	돼지고추장찌개	돼지고추장찌개	시금치국	시금치국	쇠고기된장찌개	쇠고기된장찌개	도가니탕	도가니탕	만두완탕	만두완탕
	잡채	잡채	참치회무침	참치무조림	베이컨감자채전	베이컨감자조림	돼지불고기	돼지불고기	연어구이	연어무조림	파래김전	파래자반	닭볶음	닭볶음
	새송이어묵볶음	새송이어묵볶음	메추리알조림	메추리알조림	청경채완자조림	청경채완자조림	양배추쌈/씨앗젓갈	양배추채소조림	숙주미나리무침	숙주미나리무침	호박새우젓볶음	호박새우젓볶음	두부조림	두부조림
	방풍나물	방풍나물	느타리버섯볶음	느타리버섯볶음	도라지오이무침	도라지나물	감자채맛살볶음	감자채맛살볶음	콩자반	연두부/양념장	해파리겨자무침	맛살조림	무청새우젓볶음	무청새우젓볶음
	포기김치	백김치	김구이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	깍두기	백김치	포기김치	백김치
같은 간식		포도주스		사과주스		망고주스		토마토주스		알로에주스		토마토주스		배주스
오후 간식	마들렌/코코아	코코아	샤인머스켓주스	샤인머스켓주스	카스테라/요구르트	당근주스	바나나	오렌지주스	삶은계란/식혜	식혜	호박죽	사과주스	바나나릭/요구르트	망고주스
저녁 간식	떠먹는요구르트		마시는요구르트(사과)		떠먹는요구르트		고칼슘두유		떠먹는요구르트		우유(100ml)		떠먹는요구르트	

* 위 식단은 내부사정과 식품 수급사정에 따라 다소 변경 될 수 있습니다
 * 식품원산지는 아래를 기준으로 하며, 변경 및 특이사항은 별도 표기를 원칙합니다
 쌀(밥, 죽, 누룽지):국내산, 배추김치류:배추/고추가루-국내산, 두부:콩(외국산), 콩비지/연두부:콩(국내산), 쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 소시지:돼지/닭(국내산), 베이컨:돼지(외국산), 슬라이스햄:돼지/닭(국산), 돈가스:돼지(국산), 오미산적:돼지/닭(국산), 깻잎전:돼지(국산) 대두(외국산), 도가니수육:소(외국산), 만두:돼지(국산), 동태:러시아연방, 다량어:원양산, 해물완자:오징어(칠레,페루산), 코다리:러시아산, 조기:국내산, 오징어(솔방울):중국산



주간식단표 (12. 16 ~ 12. 22)

구분	12월 16일 월		12월 17일 화		12월 18일 수		12월 19일 목		12월 20일 금		12월 21일 토		12월 22일 일	
	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식
조식	차조밥	채소죽	보리밥	호박채소죽	차수수밥	새송이죽	발아현미밥	콩죽	차조밥	호두죽	수수밥	새우살채소죽	현미보리밥	시금치된장죽
	시금치된장국	시금치된장국	재첩국	재첩국	콩나물김치국	콩나물김치국	누룽지탕	누룽지탕	유채된장국	유채된장국	북어채무국	북어채무국	근대국	근대국
	삼치무조림	삼치무조림	닭안심데리야끼조림	닭안심데리야끼조림	돼지춘장볶음	돼지춘장볶음	우채)장뚝뚝이	우채)장뚝뚝이	가자미무조림	가자미무조림	쇠고기숙주볶음	쇠고기숙주볶음	마파두부	마파두부
	감자조림	감자조림	취나물	취나물	그린빈표고조림	그린빈표고조림	시금치나물	시금치나물	버섯볶음	버섯볶음	꽃맛살조림	꽃맛살조림	메추리알조림	메추리알조림
	마늘장아찌	마늘조림	연두부/양념장	연두부/양념장	올방개묵무침	올방개묵무침	파래자반	파래자반	오복채장아찌	오복채장아찌	무짬지무침	무짬지무침	마늘종장아찌	마늘종장아찌
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	김구이	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	(동지)팔칼국수	팔죽	발아현미밥	새송이죽	꼬치어묵우동	당근죽
	쇠고기무국	쇠고기무국	들깨미역국	들깨미역국	열무된장국	열무된장국	햄섞어찌개	햄섞어찌개	동치미	동치미	육개장	육개장	영양찰밥(소)	사골우거지국
	팽이계란말이	팽이계란말이	낙지볶음/소면	낙지불고기	쇠고기불고기	쇠고기불고기	고등어구이	고등어구이	유린기	닭안심채소볶음	팽이계란전	팽이계란볶음	탕수육	돼지사태조림
	들기름김치볶음	들기름김치볶음	콩나물파무침	콩나물	어묵떡볶음	어묵볶음	우영잡채	우영잡채	마늘쫄무침	마늘쫄조림	애호박새우젓볶음	애호박새우젓볶음	명이나물장아찌	명이나물장아찌
	데친두부	데친두부	들기름깻잎찜	들기름깻잎찜	유채나물	유채나물	감자조림	감자조림	오징어젓갈	명란젓갈	청포묵김무침	청포묵김무침	감자사라다	감자사라다
	김구이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치
같은 간식	토마토주스		알로에주스		포도주스		배주스		오렌지주스		샤인머스켓주스		당근주스	
석식	팔밥	들깨죽	기장밥	호두죽	오므라이스	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	건새우아욱국	건새우아욱국	시래기된장국	시래기된장국	감자스프	감자스프	우거지된장국	우거지된장국	홍합탕	홍합탕	청국장찌개	청국장찌개	콩비지찌개	콩비지찌개
	돼지바삭불고기	돼지바삭불고기	돼지보쌈	돼지불고기	생선까스/타르소스	임연수무조림	닭채소조림	닭채소조림	돼지고추장불고기	돼지불고기	갈치무조림	갈치무조림	쇠고기조림	쇠고기조림
	부들어묵조림	부들어묵조림	두부계란부침	두부계란부침	도라지무침	도라지볶음	완자전	완자전	토마토계란볶음	토마토계란볶음	시금치나물	시금치나물	들깨죽순볶음	들깨죽순볶음
	가지나물	가지나물	상추쌈/쌈장	무나물	양상추샐러드	햄채소조림	고추지무침	연두부/양념장	치커리생채	치커리무침	파래자반	파래자반	고사리된장지짐	고사리된장지짐
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식	포도주스		사과주스		망고주스		토마토주스		알로에주스		토마토주스		배주스	
오후 간식	미디엄슈/요구르트	오렌지주스	편고구마/옥수수차	샤인머스켓주스	마시는요구르트	당근주스	황도	오렌지주스	딸기셰이크	딸기셰이크	편빵/요구르트	사과주스	망고주스	망고주스
저녁 간식	우유(100ml)		떠먹는요구르트		떠먹는요구르트		마시는요구르트(포도)		떠먹는요구르트		떠먹는요구르트		바나나맛두유	

* 위 식단은 내부사정과 식품 수급사정에 따라 다소 변경 될 수 있습니다

* 식품원산지는 아래를 기준으로 하며, 변경 및 특이사항은 별도 표기를 원칙합니다

쌀(밥, 죽, 누룽지):국내산, 배추김치류:배추/고추가루-국내산, 두부:콩(외국산), 콩비지/연두부:콩(국내산), 쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 햄:돼지/닭(국산), 런천미트:돼지/닭(국산), 부대햄:돼지/닭(국산), 탕수육:돼지(국산) 낙지-베트남산, 고등어:국내산, 해물완자:오징어(칠레,페루산), 갈치:남아공산,

주간식단표 (12. 9 ~ 12. 15)

구분	12월 9일		12월 10일		12월 11일		12월 12일		12월 13일		12월 14일		12월 15일	
	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식
조식	차조밥	채소죽	보리밥	호박채소죽	차수수밥	새송이죽	발아현미밥	콩죽	차조밥	호두죽	수수밥	새우살채소죽	현미보리밥	시금치된장죽
	아귀맑은탕	아귀맑은탕	아욱된장국	아욱된장국	돼지고추장찌개	돼지고추장찌개	사골우거지된장국	사골우거지된장국	꽃게해물탕	꽃게해물탕	냉이된장국	냉이된장국	쇠고기토란탕	쇠고기토란탕
	닭찜	닭찜	돼지불고기	돼지불고기	모듬전	모듬전	가자미무조림	가자미무조림	돼지장조림	돼지장조림	코다리양념찜	코다리양념찜	계란볶음	계란볶음
	취나물	취나물	참나물	참나물	참치데리야끼볶음	참치데리야끼볶음	버섯볶음	버섯볶음	죽순볶음	죽순볶음	마늘쫀볶음	마늘쫀볶음	깻잎나물	깻잎나물
	오복채장아찌	오복채장아찌	파래자반	파래자반	무짬지무침	무짬지무침	마늘장아찌	마늘조림	연두부/양념장	연두부/양념장	숙주나물	숙주나물	오이지무침	오이나물
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	콩나물밥	당근죽	발아현미밥	새송이죽	사골떡만두국	당근죽
	열무된장국	열무된장국	육개장	육개장	만두완탕	만두완탕	쇠고기무국	쇠고기무국	들깨미역국	들깨미역국	해물순두부찌개	해물순두부찌개	옥수수밥(소)	사골무국
	삼치무조림	삼치무조림	애호박전/완자전	애호박완자조림	마라상귀	쇠고기채소볶음	어묵콩나물찜	어묵볶음	쇠고기잡채	쇠고기잡채	파래김전	파래자반	오징어무침	오징어장조림
	계란조림	계란조림	마늘쫀버섯볶음	마늘쫀버섯볶음	시금치나물	시금치나물	계란두부부침	계란두부부침	꼬막조림	꼬막조림	감자조림	감자조림	가지나물	가지나물
	돌나물샐러드	돌나물무침	미역줄기볶음	김구이	들기름깻잎찜	들기름깻잎찜	호박새우젓볶음	호박새우젓볶음	연근샐러드	연근조림	도라지나물	도라지나물	우엉조림	우엉조림
	포기김치	백김치	깍두기	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	열무김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치
같은 간식	토마토주스		알로에주스		포도주스		배주스		오렌지주스		샤인머스켓주스		당근주스	
석식	팥밥	들깨죽	잔치국수	호두죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	김치콩나물국	김치콩나물국	영양찰밥(소)	쇠고기무국	유채된장국	유채된장국	바지락된장찌개	바지락된장찌개	경상도식무국	경상도식무국	시금치된장국	시금치된장국	어묵매운탕	어묵탕
	들기름두부전	들기름두부전	새우/양파튀김	새우살채소조림	닭볶음	닭볶음	돼지고추장불고기	돼지불고기	참치계란전	참치계란전	콩치김치찜	콩치무조림	쇠고기불고기	쇠고기불고기
	떡갈비조림	떡갈비조림	오이도라지생채	오이나물	고추잎무침	고추잎무침	상추쌈/쌈장	우엉조림	어묵볶음	어묵볶음	그린빈조림	그린빈조림	세발나물	세발나물
	콜라비쪽파생채	콜라비조림	콩가루부추찜	부추죽순볶음	파래무생채	무나물	건새우견과조림	명란젓갈	숙갓나물	숙갓나물	취어채아몬드볶음	버섯볶음	콩자반	연두부/양념장
	김구이	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	고들빼기무침	백김치	포기김치	백김치
같은 간식	포도주스		사과주스		망고주스		토마토주스		알로에주스		토마토주스		배주스	
오후 간식	커피우유	커피우유	찐감자/생강차	생강차	크래커/라떼	라떼	바나나	오렌지주스	단호박셰이크	단호박셰이크	브로커리스크(크루통)	사과주스	단팥빵/우영차	망고주스
저녁 간식	떠먹는요구르트		고칼슘두유		떠먹는요구르트		우유(100ml)		떠먹는요구르트		떠먹는요구르트		마시는요구르트(사과)	

* 위 식단은 내부사정과 식품 수급사정에 따라 다소 변경 될 수 있습니다
 * 식품원산지는 아래를 기준으로 하며, 변경 및 특이사항은 별도 표기를 원칙합니다
 쌀(밥, 죽, 누룽지):국내산, 배추김치류:배추/고추가루-국내산, 두부:콩(외국산), 콩비지/연두부/순두부:콩(국내산), 쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 떡갈비:돼지(국산, 외국산), 오미산적:행(돼지/닭-국산), 깻잎전:돼지(국산), 만두:돼지(국산), 행:돼지/닭(국산) 아귀:중국산, 해물완자:오징어(칠레, 페루산), 꽃게:중국산, 코다리:러시아산, 오징어:국산, 오징어(솔방울):중국산,



주간식단표 (12. 2 ~ 12. 8)

구분	12월 2일 월		12월 3일 화		12월 4일 수		12월 5일 목		12월 6일 금		12월 7일 토		12월 8일 일	
	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식
조식	차조밥	채소죽	보리밥	호박채소죽	차수수밥	새송이죽	발아현미밥	콩죽	차조밥	호두죽	수수밥	새우살채소죽	현미보리밥	시금치된장죽
	우거지볶어진장국	우거지볶어진장국	들깨버섯탕	들깨버섯탕	경상도식무국	경상도식무국	유채된장국	유채된장국	어묵국	어묵국	봄동된장국	봄동된장국	쇠고기무국	쇠고기무국
	돼지장조림	돼지장조림	닭안심카레조림	닭안심카레조림	류산슬	류산슬	쇠고기숙주볶음	쇠고기숙주볶음	돼지춘장볶음	돼지춘장볶음	임연수무조림	임연수무조림	참치감자조림	참치감자조림
	콩나물	콩나물	부들어묵볶음	부들어묵볶음	얼갈이된장무침	얼갈이된장무침	감자조림	감자조림	참나물	참나물	가지나물	가지나물	계란볶음	계란볶음
	깻잎장아찌	깻잎장아찌	무나물	무나물	마늘장아찌	마늘조림	미역자반	미역자반	연근조림	연근조림	연두부/양념장	연두부/양념장	튀각	튀각
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	깍두기	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	쌀국수	당근죽	발아현미밥	새송이죽	마파두부덮밥	당근죽
	재첩국	재첩국	동태찌개	동태찌개	순대국	순대국	버섯미역국	버섯미역국	새우볶음밥	쇠고기다시마국	콩나물김치국	콩나물김치국	홍합탕	홍합탕
	청양찜닭	간장닭안심볶음	김계란말이	김계란말이	두부부침/양념장	두부부침/양념장	돼지고추장불고기	돼지불고기	만두강정	코다리순살조림	폭찜	폭찜	탕수육	마파두부
	어묵죽순볶음	어묵죽순볶음	그린빈햄볶음	그린빈햄볶음	맛살겨자냉채	맛살볶음	양배추쌈/씨앗젓갈	양배추조림	양파장아찌	호박새우젓볶음	어묵새송이볶음	어묵새송이볶음	들기름깻잎찜	들기름깻잎찜
	브로커리강회	브로커리조림	감자조림	감자조림	시금치나물	시금치나물	진미채무침	무나물	감자샐러드	감자샐러드	세발나물	세발나물	부추샐러드	부추버섯볶음
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	알타리김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	백김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식	토마토주스		알로에주스		포도주스		배주스		오렌지주스		샤인머스켓주스		당근주스	
석식	팥밥	들깨죽	곤드레밥	호두죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	돼지김치찌개	돼지김치찌개	미역된장국	미역된장국	민물새우고추장찌개	민물새우고추장찌개	시금치된장국	시금치된장국	콩비지찌개	콩비지찌개	감자다시마국	감자다시마국	냉이된장국	냉이된장국
	갈치무조림	갈치무조림	돈까스/데미	돼지불고기	잡채	잡채	계란장조림	계란크림볶음	배추전	배추나물	쇠고기불고기	쇠고기불고기	오징어떡볶음	오징어장조림
	분홍소세지부침	분홍소세지부침	단호박표고조림	단호박표고조림	완자청경채조림	완자청경채조림	느타리쇠고기볶음	느타리쇠고기볶음	꼬막조림	꼬막조림	마늘종고추장무침	마늘종볶음	우거지청국지침	우거지청국지침
	취나물	취나물	간장마늘종장아찌	간장마늘종장아찌	도라지나물	도라지나물	숙갓두부무침	숙갓두부무침	깻잎나물	깻잎나물	올방개묵무침	올방개묵무침	우엉조림	우엉조림
	김구이	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	깍두기	백김치
같은 간식	포도주스		사과주스		망고주스		토마토주스		알로에주스		토마토주스		망고주스	
오후 간식	빵과자/대추차	대추차	메론	샤인머스켓주스	살은계란/요구르트	당근주스	자색고구마라떼	자색고구마라떼	도라지배즙	도라지배즙	팥죽	사과주스	갈아만든배주스	갈아만든배주스
저녁 간식	떠먹는요구르트		마시는요구르트(포도)		떠먹는요구르트		아몬드&잣두유		떠먹는요구르트		우유(100ml)		떠먹는요구르트	

* 위 식단은 내부사정과 식품 수급사정에 따라 다소 변경 될 수 있습니다

* 식품원산지는 아래를 기준으로 하며, 변경 및 특이사항은 별도 표기를 원칙합니다

쌀(밥, 죽, 누룽지):국내산, 배추김치류:배추/고추가루-국내산, 두부:콩(외국산), 콩비지/연두부:콩(국내산), 쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 소시지:돼지(국내산), 슬라이스햄:돼지/닭(국산), 돈까스:돼지(국산), 순대:돈혈(국산), 만두:돼지(국산) 탕수육:돼지(국산), 갈치:모로코산, 오징어:국산, 오징어(솔방울):중국산, 해물완자:오징어(칠레, 페루산), 코다리살:러시아연방

주간식단표 (11. 25 ~ 12. 1)

구분	11월 25일 월		11월 26일 화		11월 27일 수		11월 28일 목		11월 29일 금		11월 30일 토		12월 1일 일	
	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식	일반식	치료식
조식	차조밥	채소죽	보리밥	호박채소죽	차수수밥	새송이죽	발아현미밥	콩죽	차조밥	호두죽	수수밥	새우살채소죽	현미보리밥	시금치된장죽
	쇠고기무국	쇠고기무국	콩비지백탕	콩비지백탕	돼지고추장찌개	돼지고추장찌개	매생이굴국	매생이굴국	사골무국	사골무국	감자수제비국	감자수제비국	게맛살계란탕	게맛살계란탕
	치즈계란볶음	치즈계란볶음	참치감자조림	참치감자조림	삼치무조림	삼치무조림	닭봉조림	닭안심조림	어묵버섯볶음	어묵버섯볶음	떡갈비조림	떡갈비조림	가자미조림	가자미조림
	가지나물	가지나물	어묵볶음	어묵볶음	취나물	취나물	도라지나물	도라지나물	열갈이된장무침	열갈이된장무침	쇠고기가지볶음	쇠고기가지볶음	채소조림	채소조림
	오이지무침	오이볶음	들기름깻잎찜	들기름깻잎찜	파래자반	파래자반	청포묵무침	청포묵무침	튀각	튀각	무짬지무침	무짬지무침	오복채장아찌	오복채장아찌
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	깍두기	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	치킨마크니커리	당근죽	발아현미밥	새송이죽	차수수밥	당근죽
	유채된장국	유채된장국	우렁된장찌개	우렁된장찌개	닭곰탕	닭곰탕	목은지김치찌개	목은지김치찌개	유부장국	유부장국	콩나물무국	콩나물무국	돼지감자탕	돼지감자탕
	가오리찜	가오리찜	쇠고기불고기	쇠고기불고기	해물파전	해물쪽파볶음	조기양념찜	조기양념찜	족발냉채	돼지장조림	돼지고추장불고기	돼지불고기	파래김전	파래자반
	소세지볶음	소세지볶음	쫄면채소무침	버섯볶음	두부조림	두부조림	메추리알장조림	메추리알장조림	명이나물장아찌	치킨마크니커리	마늘쫄어묵조림	마늘쫄어묵조림	느타리버섯무침	느타리버섯볶음
	우엉잡채	우엉잡채	시금치나물	시금치나물	고추지무침	연근조림	멸치마늘볶음	멸치마늘볶음	양상추샐러드/딸기	양배추조림	미역줄기볶음	미역자반	오징어젓갈	명란젓갈
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	김구이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	깍두기	백김치
같은 간식	토마토주스		알로에주스		포도주스		배주스		오렌지주스		샤인머스켓주스		당근주스	
석식	팥밥	들깨죽	쇠고기전복죽	쇠고기전복죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	바지락미역국	바지락미역국	나박김치	나박김치	열무된장국	열무된장국	만두완탕	만두완탕	배추된장국	배추된장국	재첩부추국	재첩부추국	건새우아욱국	건새우아욱국
	마라상귀	쇠고기채소볶음	모듬전	완자옛장조림	돼지장조림	돼지장조림	쇠고기숙주볶음	쇠고기숙주볶음	동태찜	동태무조림	계란김말이	계란김말이	오리불고기	오리불고기
	버섯볶음	버섯볶음	명란젓갈	명란젓갈	새송이버섯볶음	새송이버섯볶음	가지두반장조림	가지나물	감자조림	감자조림	쇠고기브로커리조림	쇠고기브로커리조림	콩나물	콩나물
	들깨무나물	들깨무나물	쪽파장아찌	죽순쪽파볶음	마늘쫄고추장무침	마늘쫄볶음	오이고추된장무침	브로커리조림	애호박볶음	애호박볶음	콩자반	연두부/양념장	새송이밤조림	새송이밤조림
	포기김치	백김치	백김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식	포도주스		사과주스		망고주스		토마토주스		알로에주스		토마토주스		배주스	
오후 간식	바나나	오렌지주스	마시는요구르트	마시는요구르트	찜감자/식혜	식혜	새우깡/매실주스	매실주스	미디어슈/요구르트	포도주스	병아리콩스프	사과주스	시리얼/우유	우유
저녁 간식	우유(100ml)		떠먹는요구르트		떠먹는요구르트		마시는 요구르트(사과)		떠먹는요구르트		떠먹는요구르트		초코맛두유	

* 위 식단은 내부사정과 식품 수급사정에 따라 다소 변경 될 수 있습니다

* 식품원산지는 아래를 기준으로 하며, 변경 및 특이사항은 별도 표기를 원칙합니다

쌀(밥, 죽, 누룽지):국내산, 배추김치류:배추/고추가루-국내산, 두부:콩(외국산), 콩비지/연두부:콩(국내산), 건두부:콩(중국산), 깻잎전:콩(외국산)
 쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 소시지:돼지/닭(국내산), 만두:돼지(국산), 족발:돼지(국산), 떡갈비:돼지(국산, 외국산), 오리:국내산
 전복:국내산, 오징어:국내산, 오징어(솔방울):중국산, 동태:러시아연방, 해물완자:오징어(칠레, 페루산)



성남시
노인보건센터
Seongnam Center of Senior Health