

# 주간식단표 ( 12. 22 ~ 12. 28 )

구분	12/22 (월요일)		12/23 (화요일)		12/24 (수요일)		12/25 (목요일)		12/26 (금요일)		12/27 (토요일)		12/28 (일요일)	
	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
	콩나물김치국	콩나물김치국	대구맑은탕	대구맑은탕	새우완탕	새우완탕	시금치된장국	시금치된장국	어묵무국	어묵무국	토란들깨탕	토란들깨탕	건새우아욱국	건새우아욱국
	우채)장뚝뚝이	우채)장뚝뚝이	잡채	잡채	소세지볶음	소세지볶음	삼치무조림	삼치무조림	닭안심커리조림	닭안심커리조림	가자미감자조림	가자미감자조림	쇠고기두부조림	쇠고기두부조림
	참치감자조림	참치감자조림	새송이들깨볶음	새송이들깨볶음	들기름깻잎찜	들기름깻잎찜	숙주나물	숙주나물	궁채들깨볶음	궁채들깨볶음	무청된장지짐	무청된장지짐	계란조림	계란조림
	연두부/간장	연두부/간장	김구이	김구이	김구이	김구이	연두부/감장	연두부/감장	김구이	김구이	김구이	김구이	김구이	김구이
	백김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	오므라이스	호박채소죽	회덮밥	당근죽	발아현미밥	새송이죽	쇠고기떡만두국	당근죽
	쇠고기미역국	쇠고기미역국	열무된장국	열무된장국	콩나물무국	콩나물무국	감자스프	감자스프	유부된장국	유부된장국	매생이굴국	매생이굴국	옥수수밥(소)	쇠고기무국
	바지락참나물전	해물볶음	닭볶음	닭볶음	낙지볶음/소면	낙지불고기	함박/더운채소	함박/더운채소	모듬튀김	참치무조림	돼지고추장불고기	돼지불고기	명태강정	코다리무조림
	꽃맛살조림	꽃맛살조림	미트볼데리야끼조림	미트볼데리야끼조림	올리브계란볶음	올리브계란볶음	무청새우젓볶음	무청새우젓볶음	마게란찜	마게란찜	가지나물	가지나물	느타리볶음	느타리나물
	진미채무침	참나물	미역줄기볶음	미역자반	취나물	취나물	양배추샐러드	양배추조림	마늘쫀득장무침	마늘쫀득볶음	오이고추된장무침	무조림	콩자반	연두부/간장
	알타리김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치
같은 간식		토마토주스		알로에주스		포도주스		배주스		오렌지주스		샤인머스켓주스		당근주스
석식	팥밥	들깨죽	기장밥	호두죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	우렁된장찌개	우렁된장찌개	육개장	육개장	민물새우고추장찌개	민물새우고추장찌개	북어국	북어국	돼지김치찌개	돼지김치찌개	유채된장국	유채된장국	짬뽕국	짬뽕국
	오리불고기	오리불고기	계란찜	계란찜	돼지사태조림	돼지사태조림	쇠고기불고기	쇠고기불고기	가오리찜	가오리찜	쇠고기숙주볶음	쇠고기숙주볶음	피망잡채/꽃빵	피망잡채
	상추쌈/쌈장	어묵볶음	꼬막조림	꼬막조림	숙갓두부무침	숙갓두부무침	죽순들깨조림	죽순들깨조림	감자채볶음	감자채볶음	곤드레나물	곤드레나물	부지깻이나물	부지깻이나물
	어묵볶음	새송이밤조림	시금치나물	시금치나물	청경채굴소스볶음	청경채굴소스볶음	멸치견과류볶음	멸치견과류볶음	애호박나물	애호박나물	명란젓갈	명란젓갈	연근땅콩조림	연근조림
	포기김치	백김치	깍두기	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	꼬들빼기무침	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식		포도주스		사과주스		망고주스		토마토주스		알로에주스		토마토주스		배주스
오후 간식	동지팥죽/동치미	오렌지주스	고구마찜/요구르트	샤인머스켓주스	샤인머스켓포도	당근주스	오렌지주스(아침에주스)	오렌지주스(아침에주스)	커피우유	커피우유	호빵/우영차	사과주스	시리얼/우유	우유
저녁 간식	우유(100ml)		요거트		요거트		미숫가루두유		요거트		마시는요구르트(사과)		요거트	

\* 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/콩비지/연두부/순두부:콩(국내산),

쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리:국내산, 미트볼:돼지/닭(국산), 소시지:돼지/닭(국산), 초핑햄:돼지/닭(국산),

함박:소(호주, 뉴질랜드산)돼지(국산), 손만두:돼지(국산)오징어(솔방울):중국산, 낙지:베트남산, 명태강정:명태(러시아산), 코다리:러시아산, 오징어:국내산

# 주 간 식 단 표 ( 12. 15 ~ 12. 21 )

구분	12/15 (월요일)		12/16 (화요일)		12/17 (수요일)		12/18 (목요일)		12/19 (금요일)		12/20 (토요일)		12/21 (일요일)	
	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
	연포탕	연포탕	아욱국	아욱국	누룽지탕	누룽지탕	병아리콩스프	병아리콩스프	돼지고추장찌개	돼지고추장찌개	쇠고기무국	쇠고기무국	시래기청국장국	시래기청국장국
	돼지춘장볶음	돼지춘장볶음	연어오븐구이	연어오븐구이	쇠고기장조림	쇠고기장조림	베이컨채소볶음/호밀빵	베이컨채소조림	섭산적구이	섭산적구이	방어조림	방어조림	계란찜	계란찜
	열무된장무침	열무된장무침	참나물	참나물	숙주나물	숙주나물	그린빈버섯볶음	그린빈버섯볶음	우엉잡채	우엉잡채	감자채볶음	감자채볶음	쇠고기파프리카볶음	쇠고기파프리카볶음
	김구이	김구이	연두부/간장	연두부/간장	김구이	김구이	연두부/간장	연두부/간장	김구이	김구이	김구이	김구이	김구이	김구이
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	닭칼국수	당근죽	발아현미밥	새송이죽	알밥	당근죽
	시금치된장국	시금치된장국	오징어김치국	오징어김치국	사골우거지국	사골우거지국	매운콩나물국	콩나물국	영양찰밥(소)	닭곰탕	해물순두부찌개	해물순두부찌개	크림스프	크림스프
	한우불고기	한우불고기	김계란말이	김계란말이	자반고등어구이	자반고등어구이	소갈비찜	소사태찜	새우튀김	새우살채소볶음	애호박채전	애호박버섯볶음	돈까스/소스	돼지사태조림
	실곤약채소무침	곤약조림	표고튀김	돼지고기표고볶음	잡채	잡채	감자채볶음	감자채볶음	마늘쫄고추장무침	마늘쫄볶음	메추리알조림	메추리알조림	깻잎장아찌	깻잎장아찌
	브로커리된장무침	브로커리된장무침	도라지나물	도라지나물	채소조림	채소조림	시금치나물	시금치나물	양상추샐러드	어묵조림	무청된장지짐	무청된장지짐	감자사라다	감자사라다
	포기김치	백김치	알타리김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식		토마토주스		알로에주스		포도주스		배주스		오렌지주스		샤인머스켓주스		당근주스
석식	팔밥	들깨죽	기장밥	호두죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	닭개장	닭개장	냉이된장국	냉이된장국	얼큰버섯찌개	버섯찌개	유채된장국	유채된장국	바지락미역국	바지락미역국	콩가루배추국	콩가루배추국	경상도식무국	경상도식무국
	해물파전	해물쪽파볶음	돼지불고기	돼지불고기	닭볶음	닭볶음	임연수무조림	임연수무조림	돼지고추장불고기	돼지불고기	유린기	닭안심조림	코다리양념찜	코다리양념찜
	깻잎멸치볶음	깻잎멸치볶음	맛살감자조림	맛살감자조림	어묵조림	어묵조림	당근계란볶음	당근계란볶음	청포묵무침	청포묵무침	새송이들깨볶음	새송이들깨볶음	맛살볶음	맛살볶음
	연근조림	연근조림	돌나물유자무침	돌나물	도라지나물	도라지나물	애호박나물	애호박나물	봄동된장무침	봄동된장무침	가지나물	가지나물	오이나물	오이나물
	깍두기	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식		포도주스		사과주스		망고주스		토마토주스		알로에주스		토마토주스		배주스
오후 간식	과자(샤브레)/핫초코	핫초코	바나나	샤인머스켓주스	조각케이크	당근주스	딸기&생크림	오렌지주스	찐감자/배주스	배주스	단팥빵/요구르트	사과주스	커피우유	커피우유
저녁 간식	요거트		마시는요구르트(플레인)		요거트		우유(100ml)		요거트		요거트		고칼슘두유	

\* 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/콩비지/연두부/순두부:콩(국내산),  
 쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 한우불고기:소(국내산), 표고튀김:돼지(국산), 베이컨:돼지(외국산), 섭산적:돼지/닭(국산), 소(호주산),  
 물만두:돼지/닭(국산), 닭강정:닭(국산), 낙지:베트남산, 오징어:국내산, 고등어:국내산, 오징어(솔방울):중국산, 꽃게:중국산, 코다리:러시아산

▶ 제공 메뉴(식단) 사진 \_ 2025.12.19(금)



일반식 (밥)



일반-저작식 (밥)



일반-저작식 (죽)



당뇨식 (밥)



갈은식 (죽)



갈은식 (미음)



## ▶ 제공 메뉴(식단) 사진 \_ 2025.12.19(금)



경관식



간식 (14:00)



간식 (17:00)

- 성남시립노인요양센터의 실 제공 메뉴(식단)을 주 1회 촬영하여 게시함.
- 메뉴(식단)은 점심식사 기준
- 당뇨저작식은 당뇨식을 기본으로 제공하기에 별도 사진 게시하지 않음

# 주 간 식 단 표 ( 12. 8 ~ 12. 14 )

구분	12/8 (월요일)		12/9 (화요일)		12/10 (수요일)		12/11 (목요일)		12/12 (금요일)		12/13 (토요일)		12/14 (일요일)	
	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
	냉이된장국	냉이된장국	재첩국	재첩국	쇠고기무국	쇠고기무국	바지락된장찌개	바지락된장찌개	만두완탕	만두완탕	그린스프	그린스프	들깨수제비탕	들깨수제비탕
	닭봉데리아끼조림	닭안심데리아끼조림	쇠고기장조림	쇠고기장조림	베이컨계란볶음	베이컨계란볶음	가자미살조림	가자미살조림	쇠고기숙주볶음	쇠고기숙주볶음	소세지구이/모닝빵	소세지채소볶음	참치감자조림	참치감자조림
	느타리버섯볶음	느타리버섯볶음	열무된장무침	열무된장무침	가지두반장조림	가지조림	비엔나소세지볶음	비엔나소세지볶음	우거지청국치짐	우거지청국치짐	계란찜	계란찜	콩나물	콩나물
	김구이	김구이	연두부/간장	연두부/간장	김구이	김구이	김구이	김구이	연두부/간장	연두부/간장	김구이	김구이	김구이	김구이
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	굴밥	당근죽	발아현미밥	새송이죽	갈비탕	당근죽
	쇠고기토란국	쇠고기토란국	우거지된장국	우거지된장국	대구맑은탕	대구맑은탕	콩비지찌개	콩비지찌개	시금치된장국	시금치된장국	경상도식무국	경상도식무국	영양찰밥	갈비탕
	명태강정	코다리살조림	등갈비김치찜	바싹불고기	햄계란부침	햄계란부침	돼지불고기	돼지불고기	닭강정	닭안심조림	방어무조림	방어무조림	모듬전	맛살채소볶음
	메추리알조림	메추리알조림	감자채볶음	감자채볶음	죽순들깨볶음	죽순들깨볶음	매운어묵볶음	어묵볶음	도라지무침	도라지나물	어묵잡채	어묵잡채	연근표고조림	연근표고조림
	시금치나물	시금치나물	참나물	참나물	비타민유자생채	비타민무침	유채된장무침	유채된장무침	파래김/양념장	김구이	깻잎나물	깻잎나물	명란젓갈	명란젓갈
	포기김치	백김치	김구이	백김치	포기김치	백김치	알타리김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치
같은 간식		토마토주스		알로에주스		포도주스		배주스		오렌지주스		샤인머스켓주스		당근주스
석식	팔밥	들깨죽	기장밥	호두죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	사골우거지국	사골우거지국	북어국	북어국	육개장	육개장	홍합미역국	홍합미역국	순대국	순대국	오징어무국	오징어무국	아욱국	아욱국
	주꾸미강회	주꾸미장조림	찜닭	찜닭	삼치구이	삼치구이	팽이계란말이	팽이계란말이	완자전, 애호박전	완자호박조림	쇠고기불고기	쇠고기불고기	가오리찜	가오리찜
	두부조림	두부조림	마늘쫀버섯볶음	마늘쫀버섯볶음	감자조림	감자조림	새송이들깨볶음	새송이들깨볶음	들기름깻잎찜	들기름깻잎찜	취나물	취나물	계란조림	계란조림
	궁채나물	궁채나물	청포묵무침	청포묵무침	새발나물생채	새발나물	무짬지무침	무나물	부추생채	부추나물	멸치마늘조림	멸치마늘조림	시금치무침	시금치무침
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	깍두기	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식		포도주스		사과주스		망고주스		토마토주스		알로에주스		토마토주스		배주스
오후 간식	키위	오렌지주스	단호박꿀찜	샤인머스켓주스	바나나우유	당근주스	쌀과자/매실주스	매실주스	황도	포도주스	빵튀기/식혜	식혜	망고주스	망고주스
저녁 간식	두유(베지밀)		요거트		요거트		마시는요구르트(플레인)		요거트		우유(100ml)		요거트	

\* 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/콩비지/연두부/순두부:콩(국내산), 깻잎전:콩(외국산)  
 쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 돼지(등갈비):국내산, 베이컨:돼지(외국산), 런천미트:돼지/닭(국산), 비엔나:닭(국산), 물만두:돼지(국산),  
 닭강정:닭(국산), 순대:돈혈(국산), 돈내장:국산, 소세지:돼지/닭(국산), 소갈비:호주산, 오미산적:햄(돼지/닭-국산)  
 명태강정:명태(러시아산), 코다리살:러시아산, 주꾸미:베트남산, 해물완자:오징어(칠레,페루산), 방어:국산, 오징어:국산

# 주 간 식 단 표 ( 12. 1 ~ 12. 7 )

구분	12/1 (월요일)		12/2 (화요일)		12/3 (수요일)		12/4 (목요일)		12/5 (금요일)		12/6 (토요일)		12/7 (일요일)	
	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
	새우젓찌개	새우젓찌개	누룽지탕	누룽지탕	콩나물김치국	콩나물김치국	수제비근대국	수제비근대국	사골우거지원장국	사골우거지원장국	닭곰탕	닭곰탕	감자스프	감자스프
	쇠고기컬리볶음	쇠고기컬리볶음	삼치무조림	삼치무조림	마계란찜	마계란찜	돼지춘장볶음	돼지춘장볶음	류산슬	류산슬	떡갈비조림	떡갈비조림	함박/모닝빵	함박/더운채소
	우거지원장지짐	우거지원장지짐	갯잎나물	갯잎나물	비엔나조림	비엔나조림	감자조림	감자조림	가지나물	가지나물	얼갈이된장무침	얼갈이된장무침	참치계란볶음	참치계란볶음
	김구이	김구이	김구이	김구이	연두부/간장	연두부/간장	김구이	김구이	김구이	김구이	연두부/간장	연두부/간장	김구이	김구이
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	꼬들배기무침	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	쌀국수	당근죽	발아현미밥	새송이죽	하이라이스	당근죽
	유채된장국	유채된장국	짬뽕국	짬뽕국	설렁탕	설렁탕	경상도식무국	경상도식무국	새우계란볶음밥	쇠고기무국	바지락된장찌개	바지락된장찌개	미역국	미역국
	토마토계란볶음	토마토계란볶음	피망잡채/꽃빵	피망잡채	김치전	오징어조림	갈치조림	갈치조림	해물짜조	새우살계란볶음	쇠고기감자조림	쇠고기감자조림	생선까스/소스	가자미살무조림
	꼬막조림	꼬막조림	마파두부	마파두부	오이도라지무침	도라지나물	두부조림	두부조림	명이나물장아찌	명이나물장아찌	고추장떡	호박나물	들기름갯잎찜	들기름갯잎찜
	콩나물	콩나물	애호박나물	애호박나물	해파리겨자냉채	맛살조림	봄동된장무침	봄동된장무침	양배추샐러드	양배추조림	돈나물된장무침	돈나물된장무침	토마토마리네이드	하이스소스
	갯김치	백김치	포기김치	백김치	깍두기	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식		토마토주스		알로에주스		포도주스		배주스		오렌지주스		샤인머스켓주스		당근주스
석식	팔밥	들깨죽	기장밥	호두죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	민물새우고추장찌개	민물새우고추장찌개	들깨배추국	들깨배추국	청국장찌개	청국장찌개	콩가루냉이국	콩가루냉이국	홍합탕	홍합탕	시금치된장국	시금치된장국	콩나물국	콩나물국
	오리불고기	오리불고기	돼지고추장불고기	돼지불고기	임연수조림	임연수조림	닭채소조림	닭채소조림	쇠고기불고기	쇠고기불고기	메추리알조림	메추리알조림	돼지김치볶음	돼지김치볶음
	상추쌈/쌈장	감자조림	어묵조림	어묵조림	죽순버섯볶음	죽순버섯볶음	우영잡채	우영잡채	감자채볶음	감자채볶음	맛살영콘볶음	맛살영콘볶음	두부전	두부전
	열무된장무침	열무된장무침	취나물	취나물	참나물	참나물	고사리들깨볶음	고사리들깨볶음	비타민생채	비타민무침	오징어젓갈	명란젓갈	마늘쫀든장무침	마늘쫀조림
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	백김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	알타리김치	백김치
같은 간식		포도주스		사과주스		망고주스		토마토주스		알로에주스		토마토주스		배주스
오후 간식	호빵/요구르트	오렌지주스	크래커/밀크티	밀크티	연시	당근주스	고구마찜/동치미	오렌지주스	과일젤리(무스젤)	포도주스	사과주스	사과주스	시리얼/우유	우유
저녁 간식	요거트		우유(100ml)		요거트		초코두유		요거트		요거트		마시는 요구르트(포도)	

\* 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/콩비지/연두부/순두부:콩(국내산),

쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 오리:국산, 비엔나:닭(국산), 고기경단:돼지(국산), 함박-소(호주산, 뉴질랜드산)돼지(국산)

꽃게:중국산, 갈치:남아프리카산, 오징어(솔방울):중국산



▶ 제공 메뉴(식단) 사진 \_ 2025.12.01(월)



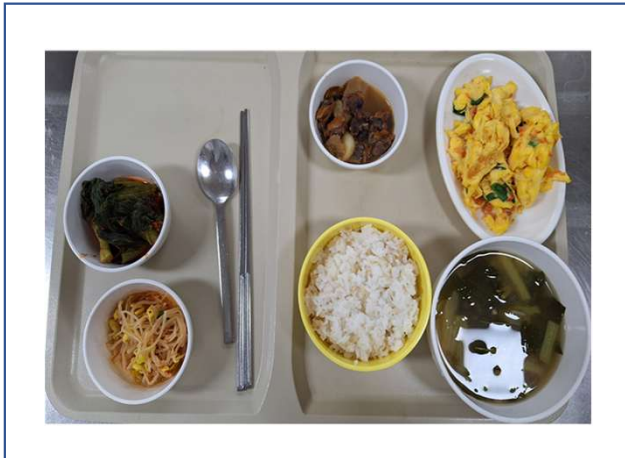
일반식 (밥)



일반-저작식 (밥)



일반-저작식 (죽)



당뇨식 (밥)



갈은식 (죽)



갈은식 (미음)

## ▶ 제공 메뉴(식단) 사진 \_ 2025.12.01(월)



경관식



간식 (14:00)



간식 (17:00)

- 성남시립노인요양센터의 실 제공 메뉴(식단)을 주 1회 촬영하여 게시함.
- 메뉴(식단)은 점심식사 기준
- 당뇨저작식은 당뇨식을 기본으로 제공하기에 별도 사진 게시하지 않음