

# 주간식단표 (1. 26 ~ 2. 1)

| 구분       | 1/26 (월요일) |         | 1/27 (화요일) |         | 1/28 (수요일) |          | 1/29 (목요일) |         | 1/30 (금요일) |           | 1/31 (토요일) |           | 2/1(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  |
|          | 배추된장국      | 배추된장국   | 매생이굴국      | 매생이굴국   | 유채된장국      | 유채된장국    | 호박새우젓찌개    | 호박새우젓찌개 | 민물새우고추장찌개  | 민물새우고추장찌개 | 아욱국        | 아욱국       | 병아리콩스프    | 병아리콩스프  |
|          | 삼치무조림      | 삼치무조림   | 돼지장조림      | 돼지장조림   | 두부계란찜      | 두부계란찜    | 닭봉조림       | 닭안심조림   | 차돌숙주볶음     | 차돌숙주볶음    | 연어오븐구이     | 연어오븐구이    | 함박/호밀빵    | 함박/더운채소 |
|          | 콩나물무침      | 콩나물무침   | 방풍나물       | 방풍나물    | 청경채굴소스볶음   | 청경채굴소스볶음 | 세발나물       | 세발나물    | 연근조림       | 연근조림      | 고사리들깨볶음    | 고사리들깨볶음   | 죽순버섯조림    | 죽순버섯조림  |
|          | 김구이        | 김구이     | 연두부/간장     | 연두부/간장  | 김구이        | 김구이      | 김구이        | 김구이     | 김구이        | 김구이       | 연두부/간장     | 연두부/간장    | 김구이       | 김구이     |
|          | 포기김치       | 백김치     | 포기김치       | 백김치     | 포기김치       | 백김치      | 포기김치       | 백김치     | 포기김치       | 백김치       | 포기김치       | 백김치       | 포기김치      | 백김치     |
| 중식       | 발아현미밥      | 밤죽      | 콩밥         | 새우살채소죽  | 차조밥        | 녹두죽      | 현미보리밥      | 호박채소죽   | 잔치국수       | 당근죽       | 발아현미밥      | 새송이죽      | 마파두부덮밥    | 당근죽     |
|          | 육개장        | 육개장     | 시래기된장국     | 시래기된장국  | 콩나물국       | 콩나물국     | 바지락된장찌개    | 바지락된장찌개 | 영양찰밥(소)    | 시금치된장국    | 참치김치찌개     | 참치김치찌개    | 게맛살계란탕    | 게맛살계란탕  |
|          | 파래김전       | 파래자반    | 가자미구이      | 가자미구이   | 돼지수육       | 돼지불고기    | 쇠고기불고기     | 쇠고기불고기  | 오징어무침      | 오징어장조림    | 닭안심데리야끼조림  | 닭안심데리야끼조림 | 탕수육       | 돼지장조림   |
|          | 메추리알밤조림    | 메추리알밤조림 | 콩나물잡채      | 잡채      | 모듬쌈/무채양념속  | 무나물      | 무청새우젓볶음    | 무청새우젓볶음 | 버터감자구이     | 버터감자구이    | 부들어묵볶음     | 부들어묵볶음    | 단무지부추무침   | 마파두부    |
|          | 시금치나물      | 시금치나물   | 도라지볶음      | 도라지볶음   | 참나물생채      | 참나물      | 치커리생채      | 치커리나물   | 명이나물장아찌    | 명이나물장아찌   | 마늘쫑된장무침    | 마늘쫑볶음     | 감자샐러드     | 감자샐러드   |
|          | 깍두기        | 백김치     | 포기김치       | 백김치     | 보쌈김치       | 백김치      | 포기김치       | 백김치     | 배추겉절이      | 백김치       | 오복채장아찌     | 백김치       | 포기김치      | 백김치     |
| 같은<br>간식 | 토마토쥬스      |         | 알로에쥬스      |         | 당근쥬스       |          | 배쥬스        |         | 아침에햇살      |           | 샤인머스켓쥬스    |           | 당근쥬스      |         |
| 석식       | 팥밥         | 들깨죽     | 쇠고기전복죽     | 쇠고기전복죽  | 보리밥        | 감자죽      | 기장밥        | 들깨죽     | 차수수밥       | 새송이버섯죽    | 보리밥        | 콩죽        | 기장밥       | 달걀죽     |
|          | 어묵국        | 어묵국     | 나박김치       | 나박김치    | 쇠고기우거지국    | 쇠고기우거지국  | 들깨미역국      | 들깨미역국   | 경상도식무국     | 경상도식무국    | 감자다시마국     | 감자다시마국    | 차돌된장찌개    | 차돌된장찌개  |
|          | 유린기        | 닭안심볶음   | 완자/애호박전    | 완자호박조림  | 임연수살조림     | 임연수살조림   | 난자완스       | 난자완스    | 김계란말이      | 김계란말이     | 쇠고기장조림     | 쇠고기장조림    | 주꾸미볶음/소면  | 주꾸미볶음   |
|          | 맛살채버섯볶음    | 맛살채버섯볶음 | 무나물        | 무나물     | 감자채볶음      | 감자채볶음    | 느타리버섯볶음    | 느타리버섯볶음 | 두부쑥갓무침     | 두부쑥갓무침    | 우엉잡채       | 우엉잡채      | 그린빈       | 그린빈     |
|          | 진미채무침      | 무왁저지    | 파래자반       | 파래자반    | 숙주나물       | 숙주나물     | 깻잎나물       | 깻잎나물    | 어묵버섯조림     | 어묵버섯조림    | 오징어젓갈      | 명란젓갈      | 건가지나물     | 건가지나물   |
|          | 포기김치       | 백김치     | 백김치        | 백김치     | 포기김치       | 백김치      | 포기김치       | 백김치     | 포기김치       | 백김치       | 포기김치       | 백김치       | 포기김치      | 백김치     |
| 같은<br>간식 | 아침에햇살      |         | 사과쥬스       |         | 망고쥬스       |          | 토마토쥬스      |         | 알로에쥬스      |           | 토마토쥬스      |           | 배쥬스       |         |
| 오후<br>간식 | 쌀과자/식혜     | 식혜      | 두유(베지밀)    | 두유(베지밀) | 몽쉘/요구르트    | 아침에햇살    | 단호박찜       | 당근쥬스    | 딸기         | 망고쥬스      | 과일쥬스(망고)   | 과일쥬스(망고)  | 황도        | 망고쥬스    |
| 저녁<br>간식 | 마시는요구르트    |         | 요거트        |         | 요거트        |          | 미숫가루두유     |         | 요거트        |           | 요거트        |           | 우유(100ML) |         |

\* 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, 닭가라아케:닭(국산), 미트볼:돼지(국산), 함박:소(호주산, 뉴질랜드산)/돼지(국산), 탕수육:돼지(국산)

전복:국산, 오징어:국내산, 오징어(솔방울):중국산, 주꾸미:베트남산

# 주간식단표 (1. 19 ~ 1. 25)

| 구분       | 1/19 (월요일) |        | 1/20 (화요일) |          | 1/21 (수요일) |         | 1/22 (목요일) |         | 1/23 (금요일) |         | 1/24 (토요일) |          | 1/25 (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  | 순두부맑은국     | 순두부맑은국   | 근대된장국      | 근대된장국   | 만두완탕       | 만두완탕    | 누룽지탕       | 누룽지탕    | 열무된장국      | 열무된장국    | 쇠고기토란무국    | 쇠고기토란무국   |
|          | 바싹불고기      | 바싹불고기  | 닭안심하이스조림   | 닭안심하이스조림 | 코다리무조림     | 코다리무조림  | 돼지채소볶음     | 돼지채소볶음  | 쇠고기감자조림    | 쇠고기감자조림 | 가자미무조림     | 가자미무조림   | 마계란찜       | 마계란찜      |
|          | 애호박나물      | 애호박나물  | 느타리버섯볶음    | 느타리버섯볶음  | 깻잎나물       | 깻잎나물    | 죽순마늘쫑조림    | 죽순마늘쫑조림 | 취나물        | 취나물     | 맛살브로커리볶음   | 맛살브로커리볶음 | 참나물된장무침    | 참나물된장무침   |
|          | 김구이        | 김구이    | 김구이        | 김구이      | 연두부/간장     | 연두부/간장  | 김구이        | 김구이     | 김구이        | 김구이     | 연두부/간장     | 연두부/간장   | 김구이        | 김구이       |
|          | 배추겉절이      | 백김치    | 포기김치       | 백김치      | 포기김치       | 백김치     | 포기김치       | 백김치     | 배추겉절이      | 백김치     | 포기김치       | 백김치      | 포기김치       | 백김치       |
| 중식       | 발아현미밥      | 밤죽     | 차조밥        | 새우살채소죽   | 콩밥         | 녹두죽     | 현미보리밥      | 호박채소죽   | 비빔밥        | 당근죽     | 발아현미밥      | 새송이죽     | 추어탕        | 당근죽       |
|          | 대구맑은탕      | 대구맑은탕  | 시금치국       | 시금치국     | 굴미역국       | 굴미역국    | 콩나물김치국     | 콩나물김치국  | 쇠고기무국      | 쇠고기무국   | 청국장찌개      | 청국장찌개    | 옥수수밥       | 추어탕       |
|          | 햄계란부침      | 햄계란부침  | 삼치구이       | 삼치구이     | 녹두전        | 돼지숙주볶음  | 닭채소볶음      | 닭채소볶음   | 생선까스/소스    | 가자미살조림  | 돼지불고기      | 돼지불고기    | 실곤약채소무침    | 곤약조림      |
|          | 두부조림       | 두부조림   | 어묵떡볶이      | 어묵볶음     | 계란조림       | 계란조림    | 비엔나바질조림    | 비엔나바질조림 | 계란후라이      | 삼색나물    | 어묵볶음       | 어묵볶음     | 표고튀김       | 돼지고기표고볶음  |
|          | 돈나물샐러드     | 돈나물무침  | 미역줄기볶음     | 파래자반     | 양파고추장아찌    | 호박나물    | 유채된장무침     | 유채된장무침  | 토마토마리네이드   | 계란후라이   | 오이나물       | 오이나물     | 깻잎장아찌      | 깻잎장아찌     |
|          | 포기김치       | 백김치    | 포기김치       | 백김치      | 고들빼기무침     | 백김치     | 알타리김치      | 백김치     | 포기김치       | 백김치     | 봄동부추생채     | 백김치      | 배추겉절이      | 백김치       |
| 같은<br>간식 |            | 토마토쥬스  |            | 알로에쥬스    |            | 당근쥬스    |            | 배쥬스     |            | 아침에햇살   |            | 샤인머스켓쥬스  |            | 당근쥬스      |
| 석식       | 팥밥         | 들깨죽    | 기장밥        | 호두죽      | 차조밥        | 감자죽     | 기장밥        | 들깨죽     | 차수수밥       | 새송이버섯죽  | 보리밥        | 콩죽       | 기장밥        | 달걀죽       |
|          | 쇠고기미역국     | 쇠고기미역국 | 닭개장        | 닭개장      | 쇠고기된장찌개    | 쇠고기된장찌개 | 감자국        | 감자국     | 건새우아욱국     | 건새우아욱국  | 홍합탕        | 홍합탕      | 민물새우고추장찌개  | 민물새우고추장찌개 |
|          | 오징어불고기     | 오징어불고기 | 호박채전       | 호박나물     | 잡채         | 잡채      | 꽁치시래기지짐    | 꽁치시래기지짐 | 닭찜         | 닭찜      | 베이컨계란볶음    | 베이컨계란볶음  | 쇠고기불고기     | 쇠고기불고기    |
|          | 상추쌈/쌈장     | 연근조림   | 맛살조림       | 맛살조림     | 해물완자조림     | 해물완자조림  | 동부룩무침      | 동부룩무침   | 우엉채볶음      | 우엉채볶음   | 시래기된장지짐    | 시래기된장지짐  | 감자조림       | 감자조림      |
|          | 도라지나물      | 도라지나물  | 봄동된장무침     | 봄동된장무침   | 궁채들깨나물     | 궁채들깨나물  | 쑥갓나물       | 쑥갓나물    | 숙주나물       | 숙주나물    | 명란젓갈       | 명란젓갈     | 시금치나물      | 시금치나물     |
|          | 포기김치       | 백김치    | 깍두기        | 백김치      | 포기김치       | 백김치     | 포기김치       | 백김치     | 포기김치       | 백김치     | 포기김치       | 백김치      | 포기김치       | 백김치       |
| 같은<br>간식 |            | 아침에햇살  |            | 사과쥬스     |            | 망고쥬스    |            | 토마토쥬스   |            | 알로에쥬스   |            | 토마토쥬스    |            | 배쥬스       |
| 오후<br>간식 | 미디엄슈/요구르트  | 알로에쥬스  | 딸기         | 샤인머스켓쥬스  | 새우깡/따뜻한유자차 | 따뜻한유자차  | 바나나        | 당근쥬스    | 고구마칩/따뜻한우유 | 따뜻한우유   | 감자스프(+크루동) | 사과쥬스     | 시리얼/우유     | 우유        |
| 저녁<br>간식 | 요거트        |        | 우유(100ml)  |          | 요거트        |         | 마시는요구르트    |         | 요거트        |         | 고칼슘두유      |          | 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, 런천미트:돼지/닭(국산), 물만두:돼지(국산), 비엔나:닭(국산), 베이컨:돼지(스페인, 아일랜드, 네덜란드산),

표고튀김:돼지(국산), 오징어:국산, 오징어(솔방울):중국산, 코다리:러시아산, 해물완자:오징어(칠레/페루산), 미꾸라지:국내산

▶ 제공 메뉴(식단) 사진 \_ 2026.01.22(목)



일반식(밥)



일반-저작식(밥)



일반-저작식(죽)



당뇨식(밥)

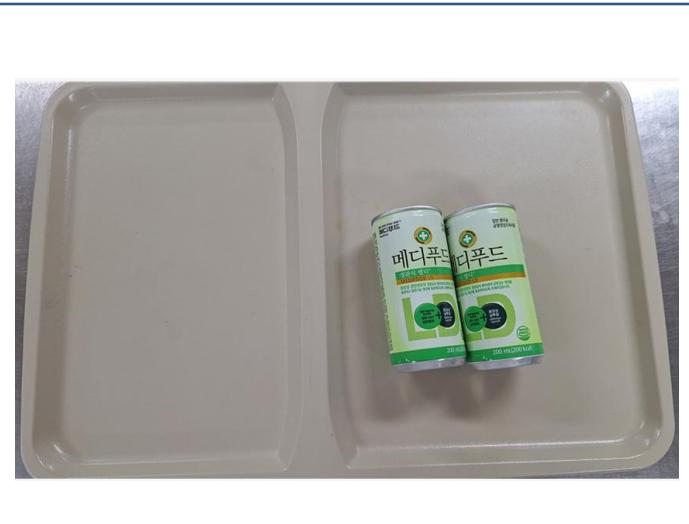


같은식(죽)

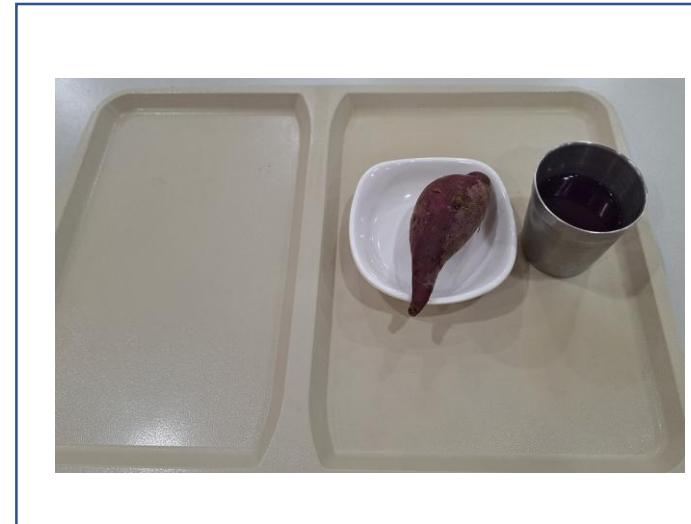


같은식(미음)

## ▶ 제공 메뉴(식단) 사진 \_ 2026.01.22(목)



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

# 주간식단표 (1. 12 ~ 1. 18)

| 구분       | 1/12 (월요일) |           | 1/13 (화요일) |          | 1/14 (수요일) |            | 1/15 (목요일) |         | 1/16 (금요일) |          | 1/17 (토요일) |          | 1/18 (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   |
|          | 미역국        | 미역국       | 쇠고기된장찌개    | 쇠고기된장찌개  | 북어무국       | 북어무국       | 누룽지탕       | 누룽지탕    | 새우젓찌개      | 새우젓찌개    | 바지락된장찌개    | 바지락된장찌개  | 열무된장국      | 열무된장국    |
|          | 돼지불고기      | 돼지불고기     | 고등어김치찜     | 고등어무조림   | 소세지구이/더운채소 | 소세지구이/더운채소 | 오리불고기      | 오리불고기   | 쇠고기우거지지짐   | 쇠고기우거지지짐 | 쇠고기장조림     | 쇠고기장조림   | 참치계란볶음     | 참치계란볶음   |
|          | 열무된장무침     | 열무된장무침    | 꽃맛살조림      | 꽃맛살조림    | 호박나물       | 호박나물       | 콩나물파무침     | 콩나물     | 느타리버섯볶음    | 느타리버섯볶음  | 유채나물       | 유채나물     | 베이컨그린빈조림   | 베이컨그린빈조림 |
|          | 김구이        | 김구이       | 시금치나물      | 시금치나물    | 김구이        | 김구이        | 김구이        | 김구이     | 김구이        | 김구이      | 김구이        | 김구이      | 연두부/간장     | 연두부/간장   |
|          | 포기김치       | 백김치       | 연두부/간장     | 백김치      | 포기김치       | 백김치        | 배추겉절이      | 백김치     | 포기김치       | 백김치      | 포기김치       | 백김치      | 포기김치       | 백김치      |
| 중식       | 발아현미밥      | 밤죽        | 차조밥        | 새우살채소죽   | 콩밥         | 녹두죽        | 현미보리밥      | 호박채소죽   | 꼬치어묵우동     | 당근죽      | 발아현미밥      | 새송이죽     | 잡채밥        | 당근죽      |
|          | 시금치국       | 시금치국      | 설렁탕        | 설렁탕      | 돼지김치찌개     | 돼지김치찌개     | 시래기된장국     | 시래기된장국  | 영양찰밥(소)    | 근대국      | 육개장        | 육개장      | 김계란국       | 김계란국     |
|          | 닭찜         | 닭찜        | 해물파전       | 해물채소볶음   | 임연수구이      | 임연수구이      | 쇠고기불고기     | 쇠고기불고기  | 족발냉채       | 돼지불고기    | 조기구이       | 조기구이     | 자장소스       | 잡채       |
|          | 참나물무침      | 참나물무침     | 어묵고추조림     | 어묵조림     | 쫄면무침       | 버섯볶음       | 계란찜        | 계란찜     | 들기름깻잎찜     | 들기름깻잎찜   | 두부무조림      | 두부무조림    | 만두강정       | 자장소스     |
|          | 탕평채        | 탕평채       | 궁채장아찌      | 궁채장아찌    | 들깨무나물      | 들깨무나물      | 오이양파무침     | 오이나물    | 감자샐러드      | 감자샐러드    | 취나물        | 취나물      | 양배추사과샐러드   | 물만두찜     |
|          | 포기김치       | 백김치       | 깍두기/석박지    | 백김치      | 봄동겉절이      | 백김치        | 포기김치       | 백김치     | 배추겉절이      | 백김치      | 깍두기        | 백김치      | 포기김치       | 백김치      |
| 같은<br>간식 | 토마토쥬스      |           | 알로에쥬스      |          | 포도쥬스       |            | 배쥬스        |         | 오렌지쥬스      |          | 샤인머스켓쥬스    |          | 당근쥬스       |          |
| 석식       | 팥밥         | 들깨죽       | 기장밥        | 호두죽      | 차조밥        | 감자죽        | 기장밥        | 들깨죽     | 차수수밥       | 새송이버섯죽   | 보리밥        | 콩죽       | 기장밥        | 달걀죽      |
|          | 청국장찌개      | 청국장찌개     | 토란무국       | 토란무국     | 근대국        | 근대국        | 해물순두부찌개    | 해물순두부찌개 | 동태찌개       | 동태찌개     | 콩나물국       | 콩나물국     | 양지우거지된장국   | 양지우거지된장국 |
|          | 삼치살데리야끼구이  | 삼치살데리야끼구이 | 쇠고기느타리볶음   | 쇠고기느타리볶음 | 닭채소조림      | 닭채소조림      | 떡갈비채소조림    | 떡갈비채소조림 | 팽이계란말이     | 팽이계란말이   | 돼지고추장불고기   | 돼지불고기    | 가자미무조림     | 가자미무조림   |
|          | 도라지나물      | 도라지나물     | 메추리알조림     | 메추리알조림   | 무청볶음       | 무청볶음       | 어묵맛살볶음     | 어묵맛살볶음  | 고사리들깨볶음    | 고사리들깨볶음  | 양배추쌈/씨앗쌈장  | 새송이마늘조림  | 표고죽순볶음     | 표고죽순볶음   |
|          | 김자반        | 김자반       | 우엉잡채       | 우엉잡채     | 건새우건과조림    | 새우살감자조림    | 양배추당근라페    | 양배추당근조림 | 마늘쫑조림      | 마늘쫑조림    | 감자채볶음      | 감자채볶음    | 숙주나물       | 숙주나물     |
|          | 쪽파콜라비생채    | 백김치       | 포기김치       | 백김치      | 포기김치       | 백김치        | 포기김치       | 백김치     | 포기김치       | 백김치      | 포기김치       | 백김치      | 배추겉절이      | 백김치      |
| 같은<br>간식 | 포도쥬스       |           | 사과쥬스       |          | 망고쥬스       |            | 토마토쥬스      |         | 알로에쥬스      |          | 토마토쥬스      |          | 배쥬스        |          |
| 오후<br>간식 | 커피우유       | 커피우유      | 사브레/밀크티    | 밀크티      | 찐감자/수정과    | 수정과        | 캬스타드/요구르트  | 오렌지쥬스   | 양갱         | 포도쥬스     | 과일쥬스(썬업)   | 과일쥬스(썬업) | 찐빵/요구르트    | 망고쥬스     |
| 저녁<br>간식 | 두유(베지밀)    |           | 요거트        |          | 요거트        |            | 우유(100ml)  |         | 요거트        |          | 요거트        |          | 마시는요구르트    |          |

\* 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),

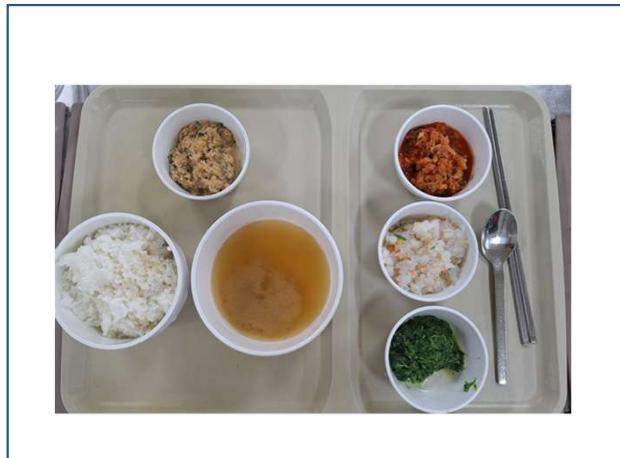
쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 소시지:돼지/닭(국산), 오리:국내산, 떡갈비:돼지(국산), 족발:돼지(국내산), 베이컨:돼지(외국산)

군만두:돼지/닭(국산), 물만두:돼지(국산), 고등어(캔):국산, 오징어:국내산, 오징어(솔방울):중국산, 꽃게:중국산, 동태:러시아산, 조기:국내산,

▶ 제공 메뉴(식단) 사진 \_ 2026.01.12(월)



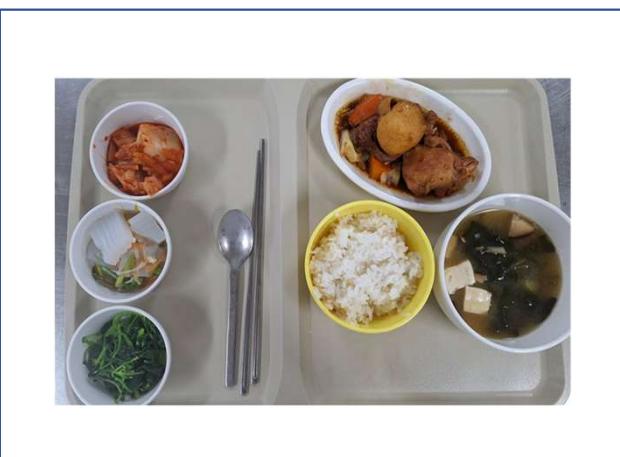
일반식(밥)



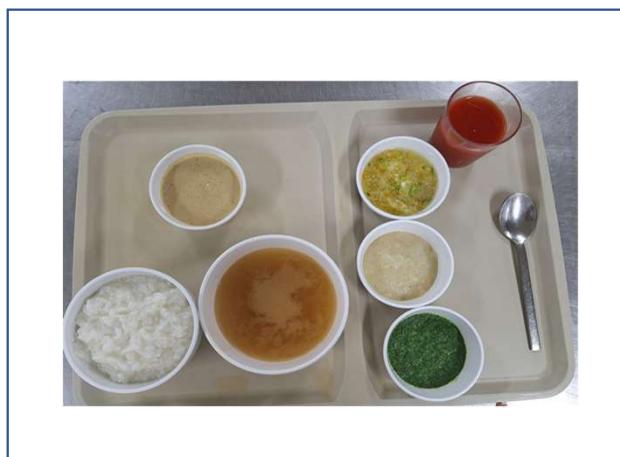
일반-저작식(밥)



일반-저작식(죽)



당뇨식(밥)



찰은식(죽)



찰은식(미음)

## ▶ 제공 메뉴(식단) 사진 \_ 2026.01.12(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

# 주간식단표 (1. 5 ~ 1. 11)

| 구분       | 1/5 (월요일) |        | 1/6 (화요일)       |         | 1/7 (수요일) |           | 1/8 (목요일) |           | 1/9 (금요일)  |          | 1/10 (토요일)  |          | 1/11 (일요일) |        |
|----------|-----------|--------|-----------------|---------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|----------|-------------|----------|------------|--------|
|          | 일반식       | 치료식    | 일반식             | 치료식     | 일반식       | 치료식       | 일반식       | 치료식       | 일반식        | 치료식      | 일반식         | 치료식      | 일반식        | 치료식    |
| 조식       | 차조밥       | 채소죽    | 보리밥             | 호박채소죽   | 차수수밥      | 새송이죽      | 팥밥        | 콩죽        | 수수밥        | 호두죽      | 차조밥         | 새우살채소죽   | 보리밥        | 시금치된장죽 |
|          | 만두완탕      | 만두완탕   | 우거지된장국          | 우거지된장국  | 순두부백탕/양념장 | 순두부백탕/양념장 | 누룽지탕      | 누룽지탕      | 시금치국       | 시금치국     | 호박수제비국      | 호박수제비국   | 오징어김치국     | 오징어김치국 |
|          | 임연수무조림    | 임연수무조림 | 닭안심카레조림         | 닭안심카레조림 | 함박/더운채소   | 함박/더운채소   | 닭안심데리야끼조림 | 닭안심데리야끼조림 | 코다리양념찜     | 코다리양념찜   | 메추리알곤약조림    | 메추리알곤약조림 | 참치감자조림     | 참치감자조림 |
|          | 참나물       | 참나물    | 브로커리조림          | 브로커리조림  | 열무나물      | 열무나물      | 콩나물       | 콩나물       | 마늘쫑볶음      | 마늘쫑볶음    | 행계란부침       | 행계란부침    | 청경채조림      | 청경채조림  |
|          | 김구이       | 김구이    | 김구이             | 김구이     | 김구이       | 김구이       | 연두부/간장    | 연두부/간장    | 김구이        | 김구이      | 김구이         | 김구이      | 연두부/간장     | 연두부/간장 |
|          | 포기김치      | 백김치    | 포기김치            | 백김치     | 포기김치      | 백김치       | 포기김치      | 백김치       | 포기김치       | 백김치      | 포기김치        | 백김치      | 백김치        | 백김치    |
| 중식       | 발아현미밥     | 밤죽     | 콩밥              | 새우살채소죽  | 차조밥       | 녹두죽       | 현미보리밥     | 호박채소죽     | 날치알볶음밥     | 당근죽      | 팥밥          | 새송이죽     | 잔치국수       | 당근죽    |
|          | 근대국       | 근대국    | 쇠고기미역국          | 쇠고기미역국  | 햄섞어찌개     | 햄섞어찌개     | 유채된장국     | 유채된장국     | 홍합탕        | 홍합탕      | 콩비지찌개       | 콩비지찌개    | 영양찰밥       | 우거지된장국 |
|          | 돼지김치볶음    | 돼지김치볶음 | 삼치무조림           | 삼치무조림   | 계란말이      | 계란말이      | 돼지고추장불고기  | 돼지불고기     | 계란후라이      | 계란후라이    | 가자미구이       | 가자미구이    | 우엉채잡채      | 우엉채잡채  |
|          | 들기름두부전    | 들기름두부전 | 세발나물전           | 세발나물    | 시금치나물     | 시금치나물     | 모듬쌈/씨앗젓갈  | 무나물       | 돈까스/데미     | 돼지장조림    | 감자채볶음       | 감자채볶음    | 표고튀김       | 돼지표고볶음 |
|          | 연근땅콩조림    | 연근조림   | 애호박나물           | 애호박나물   | 멸치마늘볶음    | 멸치마늘조림    | 우엉쯔유조림    | 우엉쯔유조림    | 양상추샐러드/요거트 | 양배추쯔유조림  | 방풍나물        | 방풍나물     | 콩나물        | 콩나물    |
|          | 김구이       | 백김치    | 포기김치            | 백김치     | 백김치       | 백김치       | 포기김치      | 백김치       | 열무김치       | 백김치      | 깍두기         | 백김치      | 배추겉절이      | 백김치    |
| 같은<br>간식 | 토마토쥬스     |        | 알로에쥬스           |         | 포도쥬스      |           | 배쥬스       |           | 오렌지쥬스      |          | 샤인머스켓쥬스     |          | 당근쥬스       |        |
| 석식       | 팥밥        | 들깨죽    | 기장밥             | 호두죽     | 발아현미밥     | 감자죽       | 콩밥        | 들깨죽       | 수수보리밥      | 새송이버섯죽   | 발아현미밥       | 콩죽       | 기장밥        | 달걀죽    |
|          | 북어무국      | 북어무국   | 돼지고추장찌개         | 돼지고추장찌개 | 아욱국       | 아욱국       | 경상도식무국    | 경상도식무국    | 시래기청국장찌개   | 시래기청국장찌개 | 바지락미역국      | 바지락미역국   | 육개장        | 육개장    |
|          | 쇠고기불고기    | 쇠고기불고기 | 잡채              | 잡채      | 바싹불고기     | 바싹불고기     | 꽁치김치찜     | 꽁치무조림     | 쇠고기장조림     | 쇠고기장조림   | 유린기         | 닭안심조림    | 새우젓계란찜     | 새우젓계란찜 |
|          | 맛살볶음      | 맛살볶음   | 어묵고추조림          | 어묵조림    | 감자조림      | 감자조림      | 어묵양파조림    | 어묵양파조림    | 두부전        | 두부전      | 봄동된장무침      | 봄동된장무침   | 애호박전       | 애호박볶음  |
|          | 가지나물      | 가지나물   | 숙주나물            | 숙주나물    | 오이고추된장무침  | 무왁저지      | 그린빈볶음     | 그린빈볶음     | 무말랭이무침     | 버섯조림     | 마늘장아찌       | 마늘조림     | 맛살팽이볶음     | 맛살팽이볶음 |
|          | 포기김치      | 백김치    | 알타리김치           | 백김치     | 포기김치      | 백김치       | 파래자반      | 백김치       | 포기김치       | 백김치      | 포기김치        | 백김치      | 깍두기        | 백김치    |
| 같은<br>간식 | 포도쥬스      |        | 사과쥬스            |         | 망고쥬스      |           | 토마토쥬스     |           | 알로에쥬스      |          | 토마토쥬스       |          | 배쥬스        |        |
| 오후<br>간식 | 바나나       | 오렌지쥬스  | 삶은계란/식혜         | 식혜      | 몽쉘/요구르트   | 당근쥬스      | 마시는요구르트   | 마시는요구르트   | 마들렌/핫초코    | 핫초코      | 옥수수스프(+크루동) | 사과쥬스     | 망고쥬스       | 망고쥬스   |
| 저녁<br>간식 | 요거트       |        | 마시는요구르트(골드키위사과) |         | 요거트       |           | 초코두유      |           | 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),

쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 물만두:돼지(국산), 함박:소(호주산, 뉴질랜드산)/돼지(국산), 베이컨:돼지(외국산), 돈까스:돼지(국산),

런천미트:돼지/닭(국산), 닭강정:닭(국내산), 표고튀김:돼지(국산), 코다리살:러시아산, 오징어:국내산,

# 주간식단표 (12. 29 ~ 1. 4)

| 구분       | 12/29 (월요일) |         | 12/30 (화요일) |          | 12/31 (수요일) |          | 1/1 (목요일)    |           | 1/2 (금요일) |         | 1/3 (토요일)  |          | 1/4 (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  |
|          | 제철부추국       | 제철부추국   | 쇠고기감자국      | 쇠고기감자국   | 수제비근대국      | 수제비근대국   | 새우젓국찌개       | 새우젓국찌개    | 냉이된장국     | 냉이된장국   | 누룽지탕       | 누룽지탕     | 쇠고기된장찌개   | 쇠고기된장찌개 |
|          | 돼지불고기       | 돼지불고기   | 새송이떡갈비조림    | 새송이떡갈비조림 | 닭봉조림        | 닭안심조림    | 돼지장조림        | 돼지장조림     | 방어무조림     | 방어무조림   | 돼지춘장볶음     | 돼지춘장볶음   | 참치감자조림    | 참치감자조림  |
|          | 건가지두반장볶음    | 건가지볶음   | 브로커리볶음      | 브로커리볶음   | 감자채볶음       | 감자채볶음    | 콩나물          | 콩나물       | 메추리알조림    | 메추리알조림  | 들기름깻잎찜     | 들기름깻잎찜   | 꼬막조림      | 꼬막조림    |
|          | 김구이         | 김구이     | 김구이         | 김구이      | 연두부/간장      | 연두부/간장   | 김구이          | 김구이       | 연두부/간장    | 연두부/간장  | 김구이        | 김구이      | 김구이       | 김구이     |
|          | 포기김치        | 백김치     | 포기김치        | 백김치      | 배추겉절이       | 백김치      | 포기김치         | 백김치       | 포기김치      | 백김치     | 배추겉절이      | 백김치      | 포기김치      | 백김치     |
| 중식       | 발아현미밥       | 밤죽      | 차조밥         | 새우살채소죽   | 콩밥          | 녹두죽      | 흰쌀밥          | 호박채소죽     | 쇠고기전복죽    | 쇠고기전복죽  | 발아현미밥      | 새송이죽     | 곤드레밥      | 당근죽     |
|          | 닭곰탕         | 닭곰탕     | 돼지감자탕       | 돼지감자탕    | 맑은무채국       | 맑은무채국    | 굴떡국          | 굴무국       | 나박김치      | 나박김치    | 표고미역국      | 표고미역국    | 홍합탕       | 홍합탕     |
|          | 임연수구이       | 임연수구이   | 팽이계란말이      | 팽이계란말이   | 동태해물찜       | 동태무조림    | 잡채           | 잡채        | 장각오븐구이    | 닭안심간장조림 | 마라상궈       | 마라상궈     | 쇠고기장조림    | 쇠고기장조림  |
|          | 소세지바질볶음     | 소세지바질볶음 | 두부조림        | 두부조림     | 쇠고기장조림      | 쇠고기장조림   | 해물완자전        | 해물완자조림    | 궁채들깨볶음    | 궁채들깨볶음  | 맛살파프리카볶음   | 맛살파프리카볶음 | 강된장/파래김   | 강된장/김구이 |
|          | 치커리무침       | 치커리나물   | 도라지오이무침     | 도라지볶음    | 열무된장무침      | 열무된장무침   | 애호박볶음        | 애호박볶음     | 파래김/양념장   | 김구이     | 연근땅콩조림     | 연근조림     | 도토리묵무침    | 곤드레나물   |
|          | 포기김치        | 백김치     | 깍두기         | 백김치      | 포기김치        | 백김치      | 배추겉절이        | 백김치       | 파김치       | 백김치     | 포기김치       | 백김치      | 포기김치      | 백김치     |
| 같은<br>간식 | 토마토쥬스       |         | 알로에쥬스       |          | 포도쥬스        |          | 배쥬스          |           | 오렌지쥬스     |         | 샤인머스켓쥬스    |          | 당근쥬스      |         |
| 석식       | 팥밥          | 들깨죽     | 기장밥         | 호두죽      | 차조밥         | 감자죽      | 기장밥          | 들깨죽       | 차수수밥      | 새송이버섯죽  | 보리밥        | 콩죽       | 기장밥       | 달걀죽     |
|          | 청국장찌개       | 청국장찌개   | 만두완탕        | 만두완탕     | 유채된장국       | 유채된장국    | 콩나물김치국       | 콩나물김치국    | 시금치된장국    | 시금치된장국  | 어묵매운탕      | 어묵국      | 건새우아욱국    | 건새우아욱국  |
|          | 모듬전         | 쇠고기채소볶음 | 류산슬         | 류산슬      | 바싹불고기       | 바싹불고기    | 유린기          | 닭안심데리야끼조림 | 돼지고추장불고기  | 돼지불고기   | 계란찜        | 계란찜      | 닭볶음       | 닭볶음     |
|          | 부들어묵조림      | 부들어묵조림  | 어항가지        | 가지나물     | 실곤약채소무침     | 실곤약볶음    | 죽순버섯볶음       | 죽순버섯볶음    | 감자조림      | 감자조림    | 가자미무조림     | 가자미무조림   | 삼색채소조림    | 삼색채소조림  |
|          | 오징어젓갈       | 명란젓갈    | 시금치나물       | 시금치나물    | 무짠지새우젓볶음    | 무짠지새우젓볶음 | 멸치조림         | 멸치조림      | 고사리들깨볶음   | 고사리들깨볶음 | 취나물        | 취나물      | 느타리버섯볶음   | 느타리버섯볶음 |
|          | 들기름김치볶음     | 백김치     | 포기김치        | 백김치      | 포기김치        | 백김치      | 백김치          | 백김치       | 포기김치      | 백김치     | 포기김치       | 백김치      | 알타리김치     | 백김치     |
| 같은<br>간식 | 포도쥬스        |         | 사과쥬스        |          | 망고쥬스        |          | 토마토쥬스        |           | 알로에쥬스     |         | 토마토쥬스      |          | 배쥬스       |         |
| 오후<br>간식 | 드링킹요구르트     | 드링킹요구르트 | 단호박꿀찜       | 샤인머스켓쥬스  | 황도          | 당근쥬스     | 한과/식혜        | 식혜        | 도자마를/요구르트 | 포도쥬스    | 크림스프(+크루동) | 사과쥬스     | 크래커/밀크티   | 밀크티     |
| 저녁<br>간식 | 검은콩두유       |         | 요거트         |          | 요거트         |          | 마시는요구르트(플레인) |           | 요거트       |         | 요거트        |          | 우유(100ml) |         |

\* 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, 떡갈비(고기경단):돼지/닭-국산, 물만두:돼지/닭-국산, 닭강정:닭(국내산), 우삼겹:미국산,

깻잎전:콩(외국산), 오징어(솔방울):중국산, 동태:러시아산, 오징어:국내산, 해물완자:오징어-칠레 페루산, 방어:국내산, 전복:외국산,