


# 주간식단표 ( 4. 20 ~ 4. 26 )

구분	4/20 (월요일)		4/21 (화요일)		4/22 (수요일)		4/23 (목요일)		4/24 (금요일)		4/25 (토요일)		4/26 (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
	썩국	썩국	두부김치국	두부김치국	누룽지탕	누룽지탕	감자스프	감자스프	유채된장국	유채된장국	만두완탕	만두완탕	수제비근대국	수제비근대국
	돼지장조림	돼지장조림	닭안심채소구이	닭안심채소구이	코다리무조림	코다리무조림	소세지구이/잡곡빵	소세지채소볶음	돼지불고기	돼지불고기	가자미조림	가자미조림	미트볼데리야끼조림	미트볼데리야끼조림
	숙주유부무침	숙주유부무침	비름된장무침	비름된장무침	콩나물무침	콩나물무침	들기름갯잎찜	들기름갯잎찜	무나물	무나물	표고죽순볶음	표고죽순볶음	무청새우젓볶음	무청새우젓볶음
	연두부/간장	연두부/간장	김구이	김구이	김구이	김구이	김구이	김구이	김구이	김구이	연두부/간장	연두부/간장	김구이	김구이
	포기김치	백김치	백김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	콩나물밥	당근죽	발아현미밥	새송이죽	차수수밥	당근죽
	닭개장	닭개장	머위잎된장국	머위잎된장국	새우젓찌개	새우젓찌개	들깨미역국	들깨미역국	홍합탕	홍합탕	사골우거지국	사골우거지국	갈비탕	갈비탕
	감자채전	베이컨감자볶음	임연수조림	임연수조림	돼지고추장불고기	돼지불고기	건두부볶음	건두부볶음	돈까스/데미	쇠고기불고기	호박채전	호박새우젓볶음	오징어무침	오징어장조림
	맛살버섯조림	맛살버섯조림	비엔나조림	비엔나조림	양배추쌈/씨앗전갈	호박나물	계란찜	계란찜	도라지생채	도라지볶음	부들어묵조림	부들어묵조림	가지나물	가지나물
	돈나물샐러드	돈나물	실근약채소무침	오이나물	어묵조림	어묵조림	치커리유자무침	감자조림	파래김/달래장	김구이	느타리버섯볶음	느타리버섯볶음	마늘종장아찌	마늘종장아찌
	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	열무김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치
같은 간식	토마토주스		사과주스		샤인머스켓주스		망고주스		알로에주스		토마토주스		사과주스	
석식	팥밥	들깨죽	기장밥	호두죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	쇠고기무국	쇠고기무국	알탕	알탕	쇠고기된장찌개	쇠고기된장찌개	맛살계란탕	맛살계란탕	시금치된장국	시금치된장국	오징어무국	오징어무국	매생이굴국	매생이굴국
	삼치조림	삼치조림	쇠고기잡채	쇠고기잡채	모듬전	모듬전	류산슬	류산슬	닭볶음	닭볶음	쇠고기연근볶음	쇠고기연근볶음	참치계란볶음	참치계란볶음
	들깨취나물	들깨취나물	브로커리된장조림	브로커리된장조림	감자조림	감자조림	만두강정	물만두찜	고사리들깨볶음	고사리들깨볶음	꽃맛살조림	꽃맛살조림	베이컨채소조림	베이컨채소조림
	청포묵김무침	청포묵김무침	연근조림	연근조림	당근라페	당근버섯볶음	부추생채	부추버섯볶음	콩자반	두부조림	썩갓생채	썩갓무침	참나물	참나물
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식	망고주스		아침햇살		알로에주스		사과주스		복숭아주스		망고주스		아침햇살	
오후 간식	미디엄슈/요구르트	알로에주스	바나나우유	바나나우유	단호박꿀찜	토마토주스	크래커/밀크티	밀크티	딸기	샤인머스켓주스	알로에쥬스	알로에주스	편빵/요구르트	당근주스
저녁 간식	우유(100ml)		요거트		요거트		미숫가루두유		요거트		요거트		마시는요구르트(베리믹스)	

\* 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), 갯잎전:콩(외국산), 쇠고기:호주산, 돼지고기:국내산, 닭고기:국내산, 베이컨:돼지(외국산), 비엔나:닭/돼지(국산), 오미산적:햄(돼지-국산), 소시지:돼지.닭(국산), 후랑크:닭(국산) 물만두:돼지(국내산), 돈까스:돼지(국산), 미트볼:돼지(국산), 코다리:러시아연방산, 오징어:국산, 오징어(솔방울):중국산,



성남시립  
노인요양센터  
Seongnam City Senior Care Center

# 주간식단표 ( 4. 13 ~ 4. 19 )

구분	4/13 (월요일)		4/14 (화요일)		4/15 (수요일)		4/16 (목요일)		4/17 (금요일)		4/18 (토요일)		4/19 (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
	유채된장국	유채된장국	모시조개맑은탕	모시조개맑은탕	누룽지탕	누룽지탕	열무된장국	열무된장국	쇠고기들깨탕	쇠고기들깨탕	그린스프	그린스프	아귀맑은탕	아귀맑은탕
	방어무조림	방어무조림	쇠고기장조림	쇠고기장조림	닭안심하이소조림	닭안심하이소조림	가자미무조림	가자미무조림	소세지채소조림	소세지채소조림	함박/잡곡빵	함박/더운채소	쇠고기버섯볶음	쇠고기버섯볶음
	취나물	취나물	마늘종표고볶음	마늘종표고볶음	호박나물	호박나물	느타리버섯볶음	느타리버섯볶음	우엉조림	우엉조림	콩나물	콩나물	명란젓갈	명란젓갈
	김구이	김구이	연두부/간장	연두부/간장	김구이	김구이	김구이	김구이	김구이	김구이	연두부/간장	연두부/간장	김구이	김구이
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	깍두기	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	유부우동	당근죽	발아현미밥	새송이죽	잡채밥	당근죽
	매운콩나물국	콩나물국	돼지김치찌개	돼지김치찌개	사골우거지원장국	사골우거지원장국	만두완탕	만두완탕	알밥	맑은우동국물	청국장찌개	청국장찌개	계란파국	계란파국
	쇠고기불고기	쇠고기불고기	계란말이	계란말이	표고연근튀김	표고연근조림	닭채소볶음	닭채소볶음	명태강정	코다리무조림	돼지장조림	돼지장조림	자장소스	잡채
	부들어묵조림	부들어묵조림	참치감자조림	참치감자조림	꼬막조림	꼬막조림	두부조림	두부조림	고추지락교무침	호박나물	토마토계란볶음	토마토계란볶음	시래기된장지짐	시래기된장지짐
	참나물생채	참나물	진미채무침	무나물	궁채장아찌	궁채나물	시금치나물	시금치나물	꽃맛샐러드	꽃맛살조림	미역줄기볶음	미역자반	코슬로우	자장소스
	알타리김치	백김치	김구이	백김치	깍두기	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식	토마토주스		사과주스		샤인머스켓주스		망고주스		알로에주스		토마토주스		사과주스	
석식	팥밥	들깨죽	기장밥	호두죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	쇠고기무국	쇠고기무국	근대국	근대국	표고미역국	표고미역국	우렁된장찌개	우렁된장찌개	민물새우고추장찌개	민물새우고추장찌개	어묵국	어묵국	시금치된장국	시금치된장국
	마계란찜	마계란찜	삼치무조림	삼치무조림	돼지고추장불고기	돼지불고기	돈채굴소스볶음	돈채굴소스볶음	돼지사태감자조림	돼지사태감자조림	오징어불고기	오징어불고기	돼지갈비찜	돼지불고기
	소세지볶음	소세지볶음	브로커리맛살볶음	브로커리맛살볶음	어묵볶음	어묵볶음	맛살영콘조림	맛살영콘조림	탕평채	탕평채	상추쌈/쌈장	무조림	브로커리강회	브로커리조림
	도라지생채	도라지볶음	비름나물	비름나물	무청새우젓볶음	무청새우젓볶음	숙갓생채	숙갓나물	곤드레나물	곤드레나물	마늘종햄볶음	마늘종햄볶음	죽순들깨볶음	죽순들깨볶음
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치
같은 간식	망고주스		아침햇살		알로에주스		사과주스		복숭아주스		망고주스		아침햇살	
오후 간식	쌀과자&식혜	식혜	바나나	당근주스	살은계란/요구르트	토마토주스	V19야채주스	V19야채주스	황도	샤인머스켓주스	커피우유	커피우유	시리얼/우유	우유
저녁 간식	요거트		마시는요구르트(사과)		요거트		우유(100ml)		요거트		바나나맛두유		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, 후랑크소시지:닭(국산), 표고튀김:돼지(국산), 물만두:돼지(국산), 베이컨:돼지(외국산),  
 함박:소(호주, 뉴질랜드산)/돼지(국산), 방어:국내산, 명태강정:명태(러시아산), 코다리:러시아산, 오징어:국내산, 오징어(술방울):중국산, 아귀:중국산



# 주간식단표 ( 4. 6 ~ 4. 12 )

구분	4/6 (월요일)		4/7 (화요일)		4/8 (수요일)		4/9 (목요일)		4/10 (금요일)		4/11 (토요일)		4/12 (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
	닭곰탕	닭곰탕	누룽지탕	누룽지탕	해물탕	해물탕	쇠고기무국	쇠고기무국	쇠고기된장찌개	쇠고기된장찌개	돼지고추장찌개	돼지고추장찌개	황태무국	황태무국
	코다리무조림	코다리무조림	쇠고기불고기	쇠고기불고기	돼지고기춘장볶음	돼지고기춘장볶음	삼치조림	삼치조림	청경채완자조림	청경채완자조림	메추리알조림	메추리알조림	바싹돼지불고기	바싹돼지불고기
	열무된장무침	열무된장무침	참나물	참나물	브로커리조림	브로커리조림	콩나물무침	콩나물무침	참치감자조림	참치감자조림	깻잎멸치볶음	깻잎멸치볶음	우거지된장지짐	우거지된장지짐
	김구이	김구이	김구이	김구이	연두부/간장	연두부/간장	김구이	김구이	연두부/간장	연두부/간장	김구이	김구이	김구이	김구이
	포기김치	백김치	배추겉절이	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	주꾸미봉나물비빔밥	당근죽	발아현미밥	새송이죽	추어탕	당근죽
	민물새우고추장찌개	민물새우고추장찌개	썩국	썩국	쇠고기미역국	쇠고기미역국	유채된장국	유채된장국	들깨토란국	들깨토란국	맛살계란탕	맛살계란탕	옥수수밥	추어탕
	쇠고기장조림	쇠고기장조림	청양닭조림	닭조림	갈치무조림	가자미무조림	돼지고추장불고기	돼지불고기	계란찜	계란찜	묵은지김치찜	돼지사태조림	탕수육	돼지고기볶음
	어항가지	가지나물	어묵볶음	어묵볶음	햄계란부침	햄계란부침	상추쌈/청국쌈장	무나물	모듬튀김	주꾸미불고기	어묵조림	어묵조림	실근약채소무침	근약조림
	우엉채볶음	우엉채볶음	썩갓두부무침	썩갓두부무침	시금치나물	시금치나물	건새우견과조림	새우살채소조림	김부각&튀각	파래자반	취나물	취나물	깻잎장아찌	깻잎장아찌
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	알타리김치	백김치	고추지무침	백김치	배추겉절이	백김치
같은 간식	토마토주스		사과주스		샤인머스켓주스		망고주스		알로에주스		토마토주스		당근주스	
석식	팥밥	들깨죽	기장밥	호두죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	근대된장국	근대된장국	콩나물김치국	콩나물김치국	시래기된장국	시래기된장국	햄섞어찌개	햄섞어찌개	시금치된장국	시금치된장국	냉이된장국	냉이된장국	명란새우젓찌개	명란새우젓찌개
	잡채	잡채	삼치무조림	삼치무조림	계란말이	계란말이	부추전	오징어부추조림	쇠고기불고기	쇠고기불고기	임연수조림	임연수조림	닭안심채소볶음	닭안심채소볶음
	맛살브로커리조림	맛살브로커리조림	감자채볶음	감자채볶음	쇠고기느타리볶음	쇠고기느타리볶음	죽순들깨볶음	죽순들깨볶음	새송이밤조림	새송이밤조림	마늘종햄볶음	마늘종햄볶음	숙주나물	숙주나물
	풋마늘대무침	풋마늘대볶음	미나리생채	미나리무침	천사채샐러드	천사채프유조림	복어채오이무침	오이나물	고사리나물	고사리나물	호박나물	호박나물	감자범벅	감자범벅
	포기김치	백김치	갓김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식	망고주스		아침햇살		알로에주스		사과주스		복숭아주스		망고주스		아침햇살	
오후 간식	트윙클케익/우유	우유	빵튀기/매실주스	매실주스	딸기	토마토주스	고구마찜/요구르트	아침햇살	샤인머스켓주스	샤인머스켓주스	단팥빵/요구르트	알로에주스	바나나킥/우영차	당근주스
저녁 간식	고칼슘두유		요거트		요거트		마시는요구르트(포도)		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, 스펀:돼지(외국산), 부대햄:돼지(국산), 슬라이스햄:돼지/닭(국산), 탕수육:돼지(국내산)  
 코다리:러시아산, 오징어(솔방울):중국산, 꽃게:중국산, 갈치:남아프리카산, 해물완자:오징어(칠레,페루산), 주꾸미:베트남산, 미꾸라지:국산



# 주간식단표 ( 3. 30 ~ 4. 5 )

구분	3/30 (월요일)		3/31 (화요일)		4/1 (수요일)		4/2 (목요일)		4/3 (금요일)		4/4 (토요일)		4/5 (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
	돼지고추장찌개	돼지고추장찌개	유채된장국	유채된장국	돼지김치찌개	돼지김치찌개	만두완탕	만두완탕	장터국	장터국	치즈감자스프	치즈감자스프	어묵매운탕	어묵국
	비엔나굴소스조림	비엔나굴소스조림	돼지장조림	돼지장조림	임연수무조림	임연수무조림	닭안심데리야끼조림	닭안심데리야끼조림	방어감자조림	방어감자조림	함박/모닝빵	함박/더운채소	토마토계란볶음	토마토계란볶음
	숙주나물	숙주나물	들깨무나물	들깨무나물	열무된장무침	열무된장무침	콩나물	콩나물	취나물	취나물	들기름깻잎찜	들기름깻잎찜	감자조림	감자조림
	김구이	김구이	김구이	김구이	연두부/간장	연두부/간장	김구이	김구이	김구이	김구이	연두부/간장	연두부/간장	김구이	김구이
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	백김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
중식	발아현미밥	밤죽	차조밥	새우살채소죽	콩밥	녹두죽	현미보리밥	호박채소죽	스파게티/마늘빵	당근죽	발아현미밥	새송이죽	카레라이스	당근죽
	시금치국	시금치국	콩나물국	콩나물국	버섯들깨탕	버섯들깨탕	육개장	육개장	양송이스프	양송이스프	청국장찌개	청국장찌개	유부장국	유부장국
	쇠고기불고기	쇠고기불고기	골뱅이무침&소면	삼치무조림	콩나물잡채	콩나물잡채	명태강정	코다리무조림	닭다리오븐구이	닭안심볶음	돼지고추장불고기	돼지불고기	생선까스/소스	가자미살조림
	어묵떡볶음	어묵볶음	감자채볶음	감자채볶음	계란찜	계란찜	느타리죽순볶음	느타리죽순볶음	감자튀김	감자조림	새송이마늘조림	새송이마늘조림	명이나물장아찌	명이나물장아찌
	미나리무침	미나리무침	호박나물	호박나물	깻잎장아찌	깻잎장아찌	참나물무침	참나물무침	양상추샐러드+드레싱	무편지새우젓볶음	도라지볶음	도라지볶음	치커리사과무침	카레소스
	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	깍두기	백김치	단무지&피클	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치
같은 간식		토마토주스		사과주스		샤인머스켓주스		망고주스		알로에주스		토마토주스		사과주스
석식	팥밥	들깨죽	기장밥	호두죽	차조밥	감자죽	기장밥	들깨죽	차수수밥	새송이버섯죽	보리밥	콩죽	기장밥	달걀죽
	쇠고기감자국	쇠고기감자국	알탕	알탕	아욱국	아욱국	바지락미역국	바지락미역국	대구매운탕	대구맑은탕	쇠고기무국	쇠고기무국	순두부찌개	순두부찌개
	공치김치찜	공치무조림	닭볶음	닭볶음	돼지바싹불고기	돼지바싹불고기	폭찜	폭찜	김계란말이	김계란말이	류산슬	류산슬	완자데리야끼조림	완자데리야끼조림
	두부전	두부전	우거지된장지짐	우거지된장지짐	맛살조림	맛살조림	청포묵무침	청포묵무침	시금치나물	시금치나물	감자전	감자조림	느타리버섯볶음	느타리버섯볶음
	가지나물	가지나물	멸치아몬드조림	멸치아몬드조림	숙갓나물	숙갓나물	비타민생채	비타민무침	연근땅콩조림	연근조림	오이볶음	오이볶음	유채된장무침	유채된장무침
	오복채장아찌	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	포기김치	백김치	백김치	백김치
같은 간식		망고주스		아침햇살		토마토주스		사과주스		복숭아주스		망고주스		아침햇살
오후 간식	미디영슈/요구르트	알로에주스	딸기&크림	당근주스	편감자/알로에주스	알로에주스	마시는요구르트(액티비아)	마시는요구르트(액티비아)	망고주스	망고주스	수도/요구르트	알로에주스	새우깡/요구르트	당근주스
저녁 간식	요거트		우유(100ml)		요거트		두유(베지밀B)		요거트		마시는요구르트(베리믹스)		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, 비엔나:닭/돼지(국산), 물만두:돼지(국산), 햄:돼지/닭(국산), 함박:소(호주, 뉴질랜드산)돼지(국산)  
 미트볼:돼지(국산), 명태:러시아산, 코다리:러시아산, 방어:국산, 오징어(솔방울):중국산

