

식단표

2026년 04월

빌리지포유 통합요양센터

구분				수(04.01)	목(04.02)	금(04.03)	토(04.04)
아침 식단				잡곡밥/매생이죽 맑은소고기무국 물만두찜*양념장 시금치계란찜 열무된장나물 포기김치/물김치 누룽지 6층-김구이*양념 장 (574kcal)	잡곡밥/계살죽 시래기된장국 오징어볶음 고사리나물 모듬콩조림 포기김치/물김치 누룽지 6층-감자샐러드 (568kcal)	잡곡밥/무계란죽 옹심이국 소세지야채볶음 연근조림 파래무침 포기김치/물김치 누룽지 6층-고구마샐러드 (584kcal)	잡곡밥/들깨죽 황태해장국 해물파전 가지찜양념무침 고추알마늘지 포기김치/물김치 누룽지 6층-곰피쌈*초 장 (537kcal)
점심 식단				잡곡밥/버섯죽 맑은콩나물국 통들깨백닭갈비 잡채어묵볶음 쪽파김무침 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-배 (586kcal)	잡곡밥/시금치죽 들깨버섯탕 카레구운계란조 림 고로케*케찹 브로콜리두부무 침 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-바나나 (584kcal)	잡곡밥/야채죽 온도토리무국 제육볶음 양배추쌈*쌈장 무생채 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-사과 (586kcal)	잡곡밥/전복죽 맑은소고기배추 국 동태콩나물찜 꼬마돈까스 간장마늘쫄지 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-오렌지 (549kcal)
저녁 식단				잡곡밥/참깨죽 순살감자탕 찐순대*쌈장 삼색겨자채 감자채볶음 포기김치/물김치 녹차 6층-온두부찜*양 념장 (566kcal)	잡곡밥/단호박죽 다시마무채국 모듬버섯소불고 기 배추된장나물 우엉채조림 포기김치/물김치 대추차 6층-상추쌈*쌈장 (587kcal)	잡곡밥/콩죽 유부된장국 미트볼그린빈스 볶음 콩나물김가루무 침 미역줄기볶음 포기김치/물김치 모과차 6층-두부계란전 (556kcal)	잡곡밥/녹두죽 들깨미역국 돈육감자두부조 림 참치야채볶음 무나물 포기김치/물김치 메밀차 6층-계란말이 (536kcal)
오전 간식				한과 식혜	골드키위	모닝빵 내사랑사과	미니소보루빵 우유
오후 간식				미니뽕튀기 우유	이가호빵 검은콩두유	길쭉이보리과자 비피더스	쌀과자 수정과

구분	일(04.05)	월(04.06)	화(04.07)	수(04.08)	목(04.09)	금(04.10)	토(04.11)
아침 식단	잡곡밥/버섯죽 감자부추국 가자미찜 마늘쫄렘볶음 고들빼기지 포기김치/물김치 누룽지 6층-김구이*양념 장 (546kcal)	잡곡밥/옥수수죽 맑은비지찌개 미트볼피망볶음 게살감자샐러드 얼갈이겉절이 포기김치/물김치 누룽지 6층-배추숙쌈*쌈 장 (557kcal)	잡곡밥/들깨죽 아욱국 우채버섯볶음 돈나물무침 알마늘지 포기김치/물김치 누룽지 6층-깻잎숙쌈*쌈 장 (588kcal)	잡곡밥/계란죽 맑은파개장 치킨너겟*허니머 스 두부썩갓무침 수제깻잎지 포기김치/물김치 누룽지 6층-김구이*양념 장 (576kcal)	잡곡밥/참깨죽 조개살미역국 돈육장조림 새송이곤약볶음 상추겉절이 포기김치/물김치 누룽지 6층-단호박샐러 드 (563kcal)	잡곡밥/흑임자죽 청국장찌개 한입떡갈비조림 호박나물 건파래볶음 포기김치/물김치 누룽지 6층-양배추쌈*쌈 장 (557kcal)	잡곡밥/야채죽 순두부김치국 아귀수육 시금치스크램블 에그 무들깨나물 포기김치/물김치 누룽지 6층-마카로니샐 러드 (541kcal)
점심 식단	잡곡밥/닭죽 건새우된장국 동그랑땡전 어묵피망볶음 맛살숙주무침 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-방울토마토 (548kcal)	잡곡밥/야채죽 해물누룽지탕 고추잡채*가리비 빵 야채계란찜 홀그레인오이무 침 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-파인애플 (589kcal)	잡곡밥/버섯죽 미역장국 함박폭찜 토마토스파게티 수제비트무피클 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-레드글로브 포도 (591kcal)	잡곡밥/밤콩죽 북어무국 돈육간장불고기 붕어묵파리볶음 무생채 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-열대과일 (581kcal)	잡곡밥/브로콜리 죽 미니유부우동 생선까스*타르타 르 짜장소스 단무지무침 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-사과 (566kcal)	잡곡밥/녹두죽 김치콩나물국 가자미구이 삼색나물 연두부찜*양념장 열무김치/물김치 그린샐러드 6층-바나나 (546kcal)	잡곡밥/단호박죽 닭곰탕 메밀전병 강된장소스 다시마액젓무침 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-배 (563kcal)
저녁 식단	잡곡밥/참깨죽 어묵국 알감자튀김*버터 갈릭 고추장닭살볶음 레몬해초샐러드 포기김치/물김치 생강차 6층-브로콜리아 채계란찜 (561kcal)	잡곡밥/게살죽 사골감자수제비 국 오징어야채무침 한식잡채 콩나물무침 포기김치/물김치 둥그레차 6층-온두부찜*양 념장 (578kcal)	잡곡밥/녹두죽 순대국밥 우엉견과조림 오이고추쌈장무 침 포기김치/물김치 대추차 6층-계란말이 (583kcal)	잡곡밥/전복죽 물만두국 삼치카레구이 건새우마늘쫄볶 음 도라지나물볶음 포기김치/물김치 유자차 6층-완자조림 (576kcal)	잡곡밥/야채죽 배추된장국 매콤닭살볶음 소세지감자볶음 취나물볶음 포기김치/물김치 결명자차 6층-두부강정 (574kcal)	잡곡밥/들깨죽 소고기탕국 어묵깻잎전 청포묵김가루무 침 시금치무침 포기김치/물김치 청굴차 6층-표고계란찜 (571kcal)	잡곡밥/콩죽 시래기된장국 훈제오리양장피 냉채 느타리버섯탕수 부추적채무침 포기김치/물김치 식혜 6층-계란후라이 (566kcal)
오전 간식	크리스피롤 요거트	한과 식혜	꿀토마토	계란과자 요구르트	호밀식빵 요거트	오렌지	미니팥빵 우유
오후 간식	쌀과자 수정과	카스테라 두유	수제후르츠산도	찐고구마 검은콩두유	파운드케이크 비피더스	단호박견과찜 요구르트	크리스피롤 요거트

구분	일(04.12)	월(04.13)	화(04.14)	수(04.15)	목(04.16)	금(04.17)	토(04.18)
아침 식단	잡곡밥/새우죽 맑은무채국 임연수조림 메추리알조림 숙주나물 포기김치/물김치 누룽지 6층-감자샐러드 (578kcal)	잡곡밥/밤콩죽 사골우거지국 찰떡궁합떡갈비 조림 모듬버섯볶음 고구마순볶음 포기김치/물김치 누룽지 6층-양배추쌈*쌈 장 (567kcal)	잡곡밥/브로콜리 죽 냉이된장국 고등어무조림 감자조림 취나물볶음 포기김치/물김치 누룽지 6층-고구마샐러 드 (556kcal)	잡곡밥/닭야채죽 순두부계란국 곤약고기볶음 고사리들깨나물 무말랭이무침 포기김치/물김치 누룽지 6층-배추숙쌈*쌈 장 (572kcal)	잡곡밥/단호박죽 참치김치찌개 마늘버터닭볶음 무청시래기지짐 호박나물볶음 포기김치/물김치 누룽지 6층-상추쌈*쌈장 (588kcal)	잡곡밥/녹두죽 김치어묵국 목이버섯계란장 조림 가지볶음 부지깻이나물 포기김치/물김치 누룽지 6층-청경채찜 (579kcal)	잡곡밥/들깨죽 미역국 코다리간장조림 꽃맛샐러드 간장깻잎지 포기김치/물김치 누룽지 6층-김구이 (561kcal)
점심 식단	잡곡밥/들깨죽 어묵탕 고구마닭갈비 김말이튀김 마늘쫀지 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-토마토 (561kcal)	잡곡밥/참깨죽 참치추어탕 실곤약맛살초무 침 유채나물 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-황도 (584kcal)	잡곡밥/버섯죽 매생이칼국수 교자찜만두 옥수수계란말이 새콤무생채 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-파인애플 (539kcal)	잡곡밥/콩죽 미나리곰탕 수제두부카츠 도토리묵야채무 침 세발나물된장무 침 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-사과 (576kcal)	잡곡밥/야채죽 시락국 돈육쭈꾸미볶음 콩나물김가루무 침 쌈무파프리카무 침 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-오렌지 (591kcal)	잡곡밥/밤콩죽 애호박감자국 갈치구이 청포묵숙주무침 참나물유자무침 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-키위 (567kcal)	잡곡밥/소고기죽 전주식콩나물국 밥 깻잎완자전 감자채볶음 오이나물 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-방울토마토 (566kcal)
저녁 식단	잡곡밥/땅콩죽 맑은동태탕 잡채완자전 도토리묵무침 청경채나물 포기김치/물김치 매실차 6층-두부계란전 (539kcal)	잡곡밥/게살죽 계란파국 마파두부 바싹가지튀김 백목이버섯냉채 포기김치/물김치 결명자차 6층-토마토달걀 볶음 (576kcal)	잡곡밥/야채죽 맑은콩나물국 돈육시래기찜 어묵볶음 돛나물해초무침 포기김치/물김치 생강차 6층-두부조림 (578kcal)	잡곡밥/들깨죽 팽이두부장국 부대볶음 도라지나물 마카로니콘샐러 드 포기김치/물김치 사과차 6층-계란후라이 (563kcal)	잡곡밥/전복죽 콩가루숙국 너비아니*수제양 파지 건새우무조림 브로콜리*초장 포기김치/물김치 대추차 6층-두부계란전* 양념장 (569kcal)	잡곡밥/흑임자죽 오징어무국 버섯불고기 툇두부무침 고추잎나물 포기김치/물김치 모과차 6층-명이나물 (587kcal)	잡곡밥/버섯죽 다시마무채국 닭강정 꽃느타리들깨무 침 방풍나물무침 포기김치/물김치 메밀차 6층-온두부찜* 양념장 (584kcal)
오전 간식	약과 내사랑오렌지	찐감자 요구르트	바나나 두유	밤만쥬 검은콩두유	딸기잼쿠키 우유	참외	미니꿀호떡 식혜
오후 간식	밤만쥬 비피더스	수제토피ng요거트	미니치즈후레시 빵 우유	이가호빵 비피더스	삶은계란 내사랑사과	수제엿날토스트 우유	보리과자 요거트

구분	일(04.19)	월(04.20)	화(04.21)	수(04.22)	목(04.23)	금(04.24)	토(04.25)
아침 식단	잡곡밥/야채죽 들깨무채국 훈제오리단호박 찜 연근흑임자무침 미역줄기볶음 포기김치/물김치 누룽지 6층-감자샐러드 (567kcal)	잡곡밥/들깨죽 감자수제비 순살아귀콩나물 찜 순두부장 치커리유자청무 침 포기김치/물김치 누룽지 6층-후실풀리샐러 드 (566kcal)	잡곡밥/콩죽 호박고추장찌개 닭다리살야채구 이 감자채카레볶음 취나물된장무침 포기김치/물김치 누룽지 6층-곰취숙쌈*쌈 장 (579kcal)	잡곡밥/밤죽 옹심이국 비엔나야채볶음 감자고구마조림 돈나물오이무침 포기김치/물김치 누룽지 6층-양배추쌈*쌈 장 (581kcal)	잡곡밥/밤콩죽 물만두계란탕 닭양쌈 새송이곤약볶음 우무묵냉채 포기김치/물김치 누룽지 6층-김구이 (543kcal)	잡곡밥/버섯죽 맑은콩나물국 묵은지고등어조 림 야채스크램블 근대나물 포기김치/물김치 누룽지 6층-단호박샐러 드 (567kcal)	잡곡밥/참치죽 닭곰탕 동그랑땡전*게찜 햄마늘쫄볶음 진미채무말랭이 무침 포기김치/물김치 누룽지 6층-야채스틱* 쌈장 (584kcal)
점심 식단	잡곡밥/매생이죽 소고기샤브전골 순대야채볶음 연두부*양념장 얼갈이겉절이 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-배 (581kcal)	잡곡밥/밤콩죽 어묵곤약국 건새우두부조림 치킨까스*머스타 드 시금치나물 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-망고 (576kcal)	잡곡밥/야채죽 소고기미역국 돼지갈비찜 오색잡채 청경채겉절이 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-바나나 (591kcal)	잡곡밥/흑임자죽 호박새우젓국 광주상추튀김 브로콜리계란찜 양파장아찌 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-참외 (567kcal)	잡곡밥/단호박죽 들깨버섯탕 갈릭버터삼치구 이 뿌리채소조림 콩나물무침 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-레드글로브 포도 (571kcal)	잡곡밥/야채계란 죽 아욱된장국 수제돈까스 야채비빔국수 수제피클 포기김치/물김치 콘샐러드 6층-리치 (593kcal)	잡곡밥/흑미죽 순두부계란국 데리야끼오징어 볶음 베이컨숙주볶음 토란대들깨나물 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-사과 (559kcal)
저녁 식단	잡곡밥/콩죽 단배추된장국 모듬해물당면볶 음 베이컨감자채전 토란대나물 포기김치/물김치 복분자차 6층-야채계란찜 (578kcal)	잡곡밥/녹두죽 계란무채국 팽이버섯찜*쌈장 참깨마요 양념깻잎지 포기김치/물김치 메밀차 6층-계란말이 (561kcal)	잡곡밥/계살죽 맑은배추국 저속노화채소찜 코다리시래기찜 세발나물들깨무 침 포기김치/물김치 대추차 6층-온두부찜*양 념장 (529kcal)	잡곡밥/참깨죽 된장찌개 고사리돈불고기 느타리버섯볶음 단호박블루베리 샐러드 포기김치/물김치 청귤차 6층-상추쌈*쌈장 (546kcal)	보리밥/야채죽 맑은감자국 참치강된장 오징어야채초무 침 유채된장나물 열무김치/물김치 생강차 6층-게일숙쌈*쌈 장 (543kcal)	잡곡밥/매생이죽 맑은파개장 미트볼파리볶음 메추리알콜리샐 러드 들깨무나물 포기김치/물김치 둥굴레차 6층-야채계란찜 (568kcal)	잡곡밥/닭죽 청국장찌개 더덕고추장불고 기 탕평채 연근참깨무침 포기김치/물김치 유자차 6층-두부계란전 (587kcal)
오전 간식	고구마를 수정과	미니팥빵 우유	사과	구운호밀식빵 요거트	길쭉이보리과자 내사랑사과	골드파인애플	미니소보루빵 우유
오후 간식	딸기미니팬케이 크 요구르트	수제에그단호박 샌드위치 요구르트	미니시나몬츄려 스 우유	찐고구마 검은콩두유	밤만쥬 비피더스	벚꽃요거트	미니연유샌드 요구르트

구분	일(04.26)	월(04.27)	화(04.28)	수(04.29)	목(04.30)		
아침 식단	잡곡밥/야채죽 무채국 메추리알불어묵 조림 매콤고구마순조 림 물파래무침 포기김치/물김치 누룽지 6층-알배추숙쌈* 쌈장 (564kcal)	잡곡밥/콩죽 감자호박국 우채버섯볶음 가지나물 간장고추지 포기김치/물김치 누룽지 6층-상추쌈*쌈장 (587kcal)	잡곡밥/계살죽 소고기무국 동그랑땡조림 감자피망볶음 취나물흑임자무 침 포기김치/물김치 누룽지 6층-고구마샐러 드 (581kcal)	잡곡밥/버섯죽 사골우거지국 돈육사태찜 올방개묵*양념장 썩갓유부나물 포기김치/물김치 누룽지 6층-김구이*양념 장 (585kcal)	잡곡밥/매생이죽 냉이된장국 시래기코다리찜 들깨꽃느타리볶 음 치커리무생채 포기김치/물김치 누룽지 6층-배추숙쌈*쌈 장 (561kcal)		
점심 식단	잡곡밥/들깨죽 복어콩나물국 순살닭볶음탕 양파링튀김*케찹 고들빼기무침 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-토마토 (582kcal)	잡곡밥/참깨죽 순두부김치국 파인애플스테이 크 시금치프리타타 열무나물무침 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-열대과일 (591kcal)	잡곡밥/밤콩죽 황태미역국 김치제육볶음 온두부*양념장 오이고추된장무 침 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-머스크메론 (584kcal)	냉이우삼겹술밥/ 소고기야채죽 시래기된장국 모듬야채햄볶음 김자반무침 상추겉절이 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-배 (592kcal)	잡곡밥/흑임자죽 김치찌개 닭살바베큐조림 성시경참치비빔 우동 새우젓호박볶음 포기김치/물김치 그린샐러드 6층-베리믹스 (589kcal)		
저녁 식단	잡곡밥/버섯죽 팽이두부장국 동태강정 단호박튀김 간장마늘쫄지 포기김치/물김치 매실차 6층-완자조림 (576kcal)	잡곡밥/강낭콩죽 재첩시금치된장 국 미나리숙주전 웅심이돈육조림 알마늘지 포기김치/물김치 복숭아홍차 6층-연두부찜*참 개소스 (571kcal)	잡곡밥/야채죽 도토리묵사발 메추리알표고조 림 이연복배추찜 세발나물김가루 무침 포기김치/물김치 생강차 6층-계란말이 (567kcal)	잡곡밥/녹두죽 김치어묵국 가자미무조림 돈육마늘쫄볶음 방풍된장무침 포기김치/물김치 동굴레차 6층-야채계란찜 (564kcal)	잡곡밥/전복죽 유부장국 언양식바삭불고 기 야채고로케*케찹 오이절임 포기김치/물김치 모과차 6층-두부계란전 (570kcal)		
오전 간식	크리스피롤(인절 미) 배도라지썩썩	백년초 한과 요거트	방울토마토	밤만쥬 비피더스	방울증편 검은콩두유		
오후 간식	사과잼쿠키 우유	샐러드피자	딸기잼쿠키 요구르트	찜감자 비타민두유	모닝꿀빵 우유		

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