

주간식단표

| 구분 | 행복을 여는 아침  | 정성 가득한 점심  | 오후 간식 | 건강을 위한 저녁  | 저녁간식 | 식재료 원산지 | |
|-------|---|---|---|---|---|----------|----------------------------|
| 11/15 | 일반식 | 백미밥/시금치죽 계란북어국 날치알김무침 무생채 어묵볶음 배추김치/물김치 | 잡곡밥/녹두죽 들깨미역국 오리불고기 상추쌈, 쌈무/쌈장 시금치나물 배추김치/물김치 | 마가렛트 | 백미밥/새우죽 시락국 생선까스/타르소스 오징어젓무무침 숙주나물무침 배추김치/물김치 | 플레인 요거트 | 식재료 원산지 쇠고기 수입 (호주산) |
| | 당뇨식 | 백미밥/잡곡밥 | 백미밥/잡곡밥 | 무당 | 백미밥/잡곡밥 | 무당 | |
| 11/16 | 일반식 | 백미밥/치즈죽 재첩살부추국 쇠고기불고기 알배추나물무침 깻잎지 배추김치/물김치 | 기장밥/야채죽 청국장찌개/양념장 참조기구이 겨울초겉절이 콩나물무침 배추김치/물김치 | 단호박죽 | 백미밥/견과죽 쇠고기미역국 두부조림 강된장찌개 깨순나물 배추김치/물김치 | 시리얼 요거트 | 돼지고기 국내산 |
| | 당뇨식 | 백미밥/잡곡밥 | 백미밥/잡곡밥 | 무당 | 백미밥/잡곡밥 | 무당 | |
| 11/17 | 일반식 | 백미밥/닭죽 들깨시락국 오징어젓무무침 카레라이스 물파래무침 배추김치/물김치 | 기장밥/단호박죽 국수 반달단무지 돈민찌볶음 조미김 배추김치/물김치 | 해쉬브라운튀김 | 백미밥/팔죽 어묵국 돈육감자고추장볶음 양배추나물무침 무생채 배추김치/물김치 | 바나나 요거트 | 닭 국내산 |
| | 당뇨식 | 백미밥/잡곡밥 | 백미밥/잡곡밥 | 무당 | 백미밥/잡곡밥 | 무당 | |
| 11/18 | 일반식 | 백미밥/사골야채죽 들깨미역국 계란야채찜 얼갈이된장찌개 전어고추지 배추김치/물김치 | 기장밥/흑임자죽 등뼈감자탕 적어구이 야채쫄면 시금치팽이무침 배추김치/물김치 | 찐고구마 | 백미밥/소고기죽 두부된장국 쇠고기양배추볶음 숙주나물무침 참치김치볶음 배추김치/물김치 | 딸기잼 요거트 | 오리고기 국내산 |
| | 당뇨식 | 백미밥/잡곡밥 | 백미밥/잡곡밥 | 무당 | 백미밥/잡곡밥 | 무당 | |
| 11/19 | 일반식 | 백미밥/흰죽 무채들깨국 코다리무조림 된장고추지 콩나물무침 배추김치/물김치 | 잡곡밥/땅콩죽 육개장 모듬장조림 건취나물볶음 부추젓국무침 배추김치/물김치 | 바나나 | 기장밥/흑임자죽 감자양파국 닭가슴살야채볶음 시금치나물 날치알김무침 배추김치/물김치 | 플레인 요거트 | 쌀 국내산 |
| | 당뇨식 | 차조밥/잡곡밥 | 차조밥/잡곡밥 | | 차조밥/잡곡밥 | 무당 | |
| 11/20 | 일반식 | 백미밥/소고기죽 시락국 어묵감자조림 마늘쫄볶음 양념깻잎지 배추김치/물김치 | 기장밥/견과죽 감자수제비국 쇠고기불고기 무생채 도토리묵/양념장 배추김치/물김치 | 옥수수 스프 | 백미밥/야채죽 곤약어묵국 단호박조림 아삭고추쌈장무침 콩나물볶음 배추김치/물김치 | 아로니아 요거트 | 국내산 |
| | 당뇨식 | 백미밥/잡곡밥 | 백미밥/잡곡밥 | 무당 | 백미밥/잡곡밥 | 무당 | |
| 11/21 | 일반식 | 백미밥/검은깨죽 바지락미역국 참치야채볶음 두부양념조림 전어고추지 배추김치/물김치 | 차조밥/단호박죽 들깨시락국 돈육야채볶음 오징어젓무실파무침 참나물무침 배추김치/물김치 | 김치 전 | 백미밥/견과죽 크림스프 계란야채찜 물파래무무침 얼갈이된장찌개 배추김치/물김치 | 플레인 요거트 | 배추, 무(국내산)고추, 가루(국내산 100%) |
| | 당뇨식 | 백미밥/잡곡밥 | 백미밥/잡곡밥 | 무당 | 백미밥/잡곡밥 | 무당 | |

* 위 메뉴는 식자재 수급 상황에 따라 변경 될 수 있습니다.

안심노인요양시설