

주간식단표

구분	행복을 여는 아침 	정성 가득한 점심 	오후 간식	건강을 위한 저녁 	저녁간식	식재료 원산지	
2/7	일반식	백미밥/시금치죽 감자양파국 코다리무조림 양념깻잎지 배추나물무침 배추김치/물김치	백미밥/녹두죽 양송이브로콜리스프 돈까스/야채샐러드 전어고추지 콩나물무침 배추김치/물김치	카스 타드	백미밥/새우죽 쇠고기미역국 닭가슴살야채볶음 건취나물볶음 오징어젓무무침 배추김치/물김치	플레인 요거트	쇠고기 수입 (호주산)
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	무당	백미밥/잡곡밥	무당	
2/8	일반식	백미밥/치즈죽 재첩국 코다리무조림 양배추나물무침 감자채볶음 배추김치/물김치	기장밥/야채죽 돈등뼈감자탕 해파리냉채 쇠고기호박볶음 무생채 배추김치/물김치	단호박죽	백미밥/견과죽 종합어묵국 돈육불고기 상추쌈/쌈장 강된장찌개 배추김치/물김치	시리얼 요거트	돼지고기 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	무당	백미밥/잡곡밥	무당	
2/9	일반식	백미밥/닭죽 얼갈이된장국 갈치무조림 물파래무침 양념깻잎지 배추김치/물김치	백미밥/단호박죽 물국수 봄동겉절이 돈민찌야채볶음 조미김 배추김치/물김치	꿀호떡	백미밥/팥죽 꽃게된장국 닭볶음탕 숙주나물무침 부추겉절이 배추김치/물김치	바나나 요거트	닭 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	무당	백미밥/잡곡밥	무당	
2/10	일반식	백미밥/사골야채죽 콩나물국 사각어묵파리조림 무숙채 강된장찌개 배추김치/물김치	흑미밥/흑임자죽 쇠고기미역국 적어구이 오징어젓무침 건파래볶음 배추김치/물김치	찐고구마	백미밥/소고기죽 들깨시락국 가자미구이 오이지무침 가지나물무침 배추김치/물김치	딸기잼 요거트	오리고기 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	무당	백미밥/잡곡밥	무당	
2/11	일반식	백미밥/흰죽 쇠고기무국 어묵양파볶음 배추나물무침 얼갈이된장찌개 배추김치/물김치	기장밥/땅콩죽 계란만두국 쭈삼불고기 숙주나물 다시마쌈/갈치속젓 통배추생김치/물김치	바나나	백미밥/흑임자죽 무채국 오징어미나리무침 계란야채찜 갈치무조림 배추김치/물김치	플레인 요거트	쌀 국내산
	당뇨식	차조밥/잡곡밥	차조밥/잡곡밥	무당	차조밥/잡곡밥	무당	
2/12	일반식	백미밥/소고기죽 두부된장국 감자햄조림 미역오이나물무침 양념깻잎지 배추김치/물김치	흑미밥/견과죽 들깨시락국 쇠고기야채볶음 상추쌈/쌈장 무생채 배추김치/물김치	두유	백미밥/야채죽 바지락살미역국 버섯볶음 단호박조림 오징어젓무무침 배추김치/물김치	아로니아 요거트	국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	무당	백미밥/잡곡밥	무당	
2/13	일반식	백미밥/검은깨죽 어묵국 계란야채찜 참치두부조림 강된장찌개 배추김치/물김치	백미밥/단호박죽 감자된장국 돈육야채볶음 양배추쌈/양념장 건취나물볶음 배추김치/물김치	김치전	백미밥/닭죽 쇠고기국 가자미무조림 열무된장무침 무늘개볶음 배추김치/물김치	플레인 요거트	배추, 무(국내산)고추 가루(국내산100%)
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	무당	백미밥/잡곡밥	무당	

* 위 메뉴는 식자재 수급 상황에 따라 변경 될 수 있습니다.

안심노인요양시설