


주간식단표

구분		행복을 여는 아침 	정성 가득한 점심 	오후 간식	건강을 위한 저녁 	저녁간식	식재료 원산지
4/4	일반식	백미밥/시금치죽 들깨시락국 ㄱ공치감자조림 계란야채찜 강된장끼개 배추김치/물김치	백미밥/녹두죽 감자수제비 달래대패삼겹볶음 일미무침 두릅/초고추장 배추김치/물김치	카스타드	백미밥/새우죽 오뎅탕 콩나물무침 고등어조림 얼갈이된장찌개 배추김치/물김치	플레인 요거트	쇠고기
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	떡볶이	백미밥/잡곡밥	떡볶이	수입 (호주산)
4/5	일반식	백미밥/치즈죽 감자된장국 두부양념조림 무숙채 된장고추지 배추김치/물김치	기장밥/야채죽 꽃게된장국 오리불고기 상추쌈/쌈장 옛날소세지전 배추김치/물김치	단호박죽	백미밥/견과죽 쇠고기미역국 오징어배야채무침 숙주나물무침 강된장찌개 배추김치/물김치	시리얼 요거트	돼지고기
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	떡볶이	백미밥/잡곡밥	떡볶이	국내산
4/6	일반식	백미밥/닭죽 곤약두부무국 코다리무조림 배추나물 깻잎지무침 배추김치/물김치	백미밥/단호박죽 멸치국수 돈민찌볶음 조미김 참쌀도넛생지 배추김치/물김치	참쌀도넛	백미밥/팔죽 홍합살새알미역국 쇠고기불고기 무생채 미나리나물무침 배추김치/물김치	바나나 요거트	닭
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	떡볶이	백미밥/잡곡밥	떡볶이	국내산
4/7	일반식	백미밥/사골야채죽 냉이된장국 건취나물볶음 오징어젓무무침 얼갈이된장찌개 배추김치/물김치	흑미밥/흑임자죽 부대찌개 적어구이 방풍나물무침 과일샐러드 배추김치/물김치	찐고구마	백미밥/소고기죽 복어포무국 돈채버섯볶음 감자조림 미역초장무침 배추김치/물김치	딸기잼 요거트	오리고기
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	떡볶이	백미밥/잡곡밥	떡볶이	국내산
4/8	일반식	백미밥/흰죽 버섯된장국 돈민찌무조림 야채계란말이 콩나물무침 배추김치/물김치	기장밥/땅콩죽 숙국 탕수육 머위순초무침 감자채스팸볶음 통배추생김치/물김치	바나나	백미밥/흑임자죽 들깨시락국 계란파리장조림 시금치나물 골뱅이야채무침 배추김치/물김치	플레인 요거트	쌀
	당뇨식	차조밥/잡곡밥	차조밥/잡곡밥	떡볶이	차조밥/잡곡밥	떡볶이	국내산
4/9	일반식	백미밥/소고기죽 순두부콩나물국 코다리무조림 가지나물 양념깻잎지 배추김치/물김치	흑미밥/견과죽 추어탕 돈육감자고추장조림 파리멸치볶음 숙주나물 배추김치/물김치	두유	백미밥/야채죽 만두국 마파두부 해물경단조림 열무된장무침 배추김치/물김치	아로니아 요거트	식육 가공품
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	떡볶이	백미밥/잡곡밥	떡볶이	국내산
4/10	일반식	백미밥/검은깨죽 양배추된장국 계란야채찜 전어고추지 두부숙갓무침 배추김치/물김치	백미밥/단호박죽 시락국 닭가슴살야채볶음 유채된장무침 연근옛장조림 배추김치/물김치	김치전	백미밥/닭죽 순두부찌개 갈치무조림 호박조갯살볶음 물파래무침 배추김치/물김치	플레인 요거트	배추, 무(국내산)고추 가루(국내산100%)
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	떡볶이	백미밥/잡곡밥	떡볶이	

* 위 메뉴는 식자재 수급 상황에 따라 변경 될 수 있습니다.

안심노인요양시설