

주간식단표

구분		행복을 여는 아침 	정성 가득한 점심 	오후 간식	건강을 위한 저녁 	저녁간식	식재료 원산지
5/9	일반식	백미밥/시금치죽 종합어묵국 이면수조림 얼갈이나물 무말랭이무침 배추김치/물김치	백미밥/녹두죽 조개살숙국 적어구이 쫄면야채무침 열치파리볶음 배추김치/물김치	카스타드	백미밥/새우죽 쇠고기미역국 계란야채찜 강된장찌개 돈나물오이생채 배추김치/물김치	플레인 요거트	쇠고기 수입 (호주산)
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	과당	백미밥/잡곡밥	과당	
5/10	일반식	백미밥/치즈죽 황태국 얼갈이된장찌개 어묵양파볶음 오징어젓무무침 배추김치/물김치	기장밥/야채죽 장어국 순살닭매콤볶음 연근곤약조림 머위순초무침 배추김치/물김치	단호박죽	백미밥/견과죽 두부된장국 카레스튜 가지나물 오이소박이 배추김치/물김치	시리얼 요거트	돼지고기 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	과당	백미밥/잡곡밥	과당	
5/11	일반식	백미밥/닭죽 콩나물국 두부양념조림 마늘쫄우민찌볶음 숙주나물 배추김치/물김치	백미밥/단호박죽 꽃게된장국 수육 고추, 상추쌈/쌈장 생갯잎무침 배추김치/물김치	꿀호떡	백미밥/팔죽 쇠고기국 갈치조림 단풍콩잎지 오이맛살생채 배추김치/물김치	바나나 요거트	닭 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	과당	백미밥/잡곡밥	과당	
5/12	일반식	백미밥/사골야채죽 청국장찌개 연두부/양념장 양배추오이생채 얼갈이된장찌개 배추김치/물김치	흑미밥/흑임자죽 비빔밥 들깨시락국 단배추겉절이 우민찌볶음 배추김치/물김치	찐고구마	백미밥/소고기죽 미소된장국 어묵양파볶음 갯잎순무침 오징어젓무무침 배추김치/물김치	딸기잼 요거트	오리고기 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	과당	백미밥/잡곡밥	과당	
5/13	일반식	백미밥/흰죽 바지락살미역국 콩치무조림 고추지무침 유채나물 배추김치/물김치	기장밥/땅콩죽 추어탕 제육볶음 해물파전 부추겉절이 통배추생김치/물김치	바나나	백미밥/흑임자죽 물만두국 메란완자파리장조림 김가루날치알무침 무생채 배추김치/물김치	플레인 요거트	쌀 국내산
	당뇨식	차조밥/잡곡밥	차조밥/잡곡밥	과당	차조밥/잡곡밥	과당	
5/14	일반식	백미밥/소고기죽 달걀파국 참치야채볶음 콩나물무침 갯잎지무침 배추김치/물김치	흑미밥/견과죽 들깨수제비 오리불고기 상추쌈/쌈장 양배추오이생채 배추김치/물김치	두유	백미밥/야채죽 들깨미역국 돈육불고기 미역줄기볶음 시금치두부무침 배추김치/물김치	아로니아 요거트	식육 가공품 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	과당	백미밥/잡곡밥	과당	
5/15	일반식	백미밥/검은깨죽 근대국 계란야채찜 무말랭이고추잎무침 열무된장무침 배추김치/물김치	백미밥/단호박죽 시락국 쇠고기야채볶음 도라지채사과무침 얼갈이된장찌개 배추김치/물김치	야채전	백미밥/닭죽 유부감자된장국 코다리무조림 마늘쫄볶음 동부묵/양념장 배추김치/물김치	플레인 요거트	배추, 무(국내산)고추, 가루(국내산100%) 국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	과당	백미밥/잡곡밥	과당	

* 위 메뉴는 식자재 수급 상황에 따라 변경 될 수 있습니다.

안심노인요양시설