

식단표

2024년 05월

수호천사노인전문요양원

일요일		월요일		화요일		수요일		목요일		금요일		토요일	
						1		2		3		4	
						아침(400kcal)	점심(612kcal)	아침(435kcal)	점심(598kcal)	아침(521kcal)	점심(559kcal)	아침(420kcal)	점심(607kcal)
						쌀밥/흰죽 근대원장국 매추리알조림 양념깻잎지 구이김 배추김치	쌀밥/참깨죽 콩나물국 닭가슴살고추장찌개 고구마맛탕 청경채겉절이 배추김치	쌀밥/흰죽 소고기장터국 불어묵볶음 무말랭이무침 구이김 배추김치	쌀밥/흑임자죽 다시마뽕국 돈육장조림 미역줄기볶음 숙주나물 배추김치	쌀밥/흰죽 감치국 돈육간장불고기 마늘총무침 구이김 배추김치	쌀밥/버섯죽 청국장찌개 고등어구이 새송이버섯볶음 오이지무침 배추김치	쌀밥/흰죽 사골떡국 참치아채볶음 시금치나물 구이김 배추김치	쌀밥/단호박죽 콩가루배춧국 닭볶음탕 올방개목무침 참나물겉절이 배추김치
						저녁(620kcal)	간식	저녁(567kcal)	간식	저녁(483kcal)	간식	저녁(650kcal)	간식
						쌀밥/계란아채죽 뼈없는감자탕 군만두튀김 돌나물추무침 오복채무침 배추김치	요거트 제철과일	쌀밥/새우아채죽 된장국 어묵부추잡채 연두부샐러드 유채나물 배추김치	두유 옥르트 라이스케이크	쌀밥/닭죽 순두부국 해물동그랑땡전 깻잎순나물 양념고추치 배추김치	짜요짜요 과수원	쌀밥/참치아채죽 아욱국 생선까스&소스 브로콜리볶음 도라지초무침 배추김치	과수원 요구르트 데니쉬 밀크쿠키
5 어린이 날		6 대체공휴일(어린이날)		7		8		9		10		11	
아침(403kcal)	점심(680kcal)	아침(471kcal)	점심(673kcal)	아침(430kcal)	점심(618kcal)	아침(526kcal)	점심(592kcal)	아침(418kcal)	점심(634kcal)	아침(486kcal)	점심(609kcal)	아침(429kcal)	점심(617kcal)
쌀밥/흰죽 호박새우젓국 동태무조림 콩나물무침 구이김 배추김치	쌀밥/당근죽 유부장국 소고기카레소스 미트볼조림 단무지무침 배추김치	쌀밥/흰죽 소고기뭇국 두부양념조림 검정콩조림 구이김 배추김치	쌀밥/감자죽 아욱된장국 돈시태찌 열무나물 구이김 배추김치	쌀밥/흰죽 순두부국 매추리알조림 열무나물 구이김 배추김치	쌀밥/시금치죽 닭개장 깻잎고기전 소고기김 오이지무침 구이김 배추김치	쌀밥/흰죽 두부김치국 순돌고기 파래김 콩나물맛살무침 배추김치	쌀밥/아채죽 감자맑은국 코다리조림 파래김 콩나물맛살무침 배추김치	쌀밥/흰죽 콩나물국 고등어무조림 청경채나물 구이김 배추김치	쌀밥/견과류죽 버섯들깨탕 훈제오리볶음 멸치무조림 부추겉절이 배추김치	쌀밥/흰죽 어묵국 떡갈비조림 마늘총무침 구이김 배추김치	쌀밥/양배추죽 수제비국 오징어미나리볶음 쌈채두부무침 오이생채 배추김치	쌀밥/흰죽 콩비지국 돈육장조림 시금치나물 구이김 배추김치	쌀밥/완두콩죽 배추된장국 가지야채튀김 아채달걀볶음 실곤약초무침 배추김치
저녁(609kcal)	간식	저녁(503kcal)	간식	저녁(622kcal)	간식	저녁(584kcal)	간식	저녁(561kcal)	간식	저녁(539kcal)	간식	저녁(649kcal)	간식
쌀밥/흰살생선죽 황태콩나물국 오징어아채볶음 호박볶음 부추양파무침 배추김치	바이오펠레 요구르트 허니논꽃쌀과자	쌀밥/모듬해물죽 조개살부추국 비엔나소시지볶음 들깨고사리나물 돌나물초회 배추김치	짜요짜요 뽕피리얼 구운도너츠	쌀밥/식고기죽 도토리묵채국 제육볶음 고구마맛탕 숙주나물 배추김치	과수원 요구르트 참깨코코넛쿠키	쌀밥/계란아채죽 콩나물된장국 묵은지달걀찜 새송이버섯볶음 고춧잎무침 배추김치	요거트 제철과일	쌀밥/닭죽 다시마뽕국 교자만두강정 연근조림 비름나물무침 배추김치	두유 요구르트 크리스피롤	쌀밥/참치아채죽 유부된장국 돈육카레소스 만두튀김 양배추샐러드 배추김치	짜요짜요 과수원	쌀밥/흰살생선죽 육개장 한식잡채 올방개목무침 참나물겉절이 배추김치	과수원 요구르트 티포미나물게익
12		13		14		15 석가탄신일		16		17		18	
아침(460kcal)	점심(599kcal)	아침(416kcal)	점심(631kcal)	아침(509kcal)	점심(572kcal)	아침(481kcal)	점심(604kcal)	아침(463kcal)	점심(611kcal)	아침(450kcal)	점심(569kcal)	아침(519kcal)	점심(624kcal)
쌀밥/흰죽 미역국 후랑크소시지볶음 양념깻잎지 구이김 배추김치	쌀밥/크림스프죽 간새우뽕국 닭볶음탕 고구마순돌볶음 무말랭이무침 배추김치	쌀밥/흰죽 배추된장국 맛살계란볶음 취어채볶음 구이김 배추김치	쌀밥/아채죽 호박새우젓국 제육볶음 연근튀김 참나물겉절이 배추김치	쌀밥/흰죽 유부장국 돈육장조림 무말랭이무침 구이김 배추김치	쌀밥/고구마죽 동태탕 아재고로케 감자채피망볶음 열무된장나물 배추김치	쌀밥/흰죽 콩나물김치국 달걀찜 닭살아채볶음 숙주나물 구이김 배추김치	쌀밥/참깨죽 달걀찜 돈육마파두부 교자만두탕수 오복채무침 배추김치	쌀밥/흰죽 홍합살뽕국 너비아니구이 미나리나물 구이김 배추김치	쌀밥/흑임자죽 아욱된장국 버섯소불고기 멸치땅콩조림 상추겉절이 배추김치	쌀밥/흰죽 사골떡국 두부양념조림 마늘총볶음 구이김 배추김치	쌀밥/버섯죽 들깨미역국 자반고등어구이 마늘총볶음 실곤약초무침 배추김치	쌀밥/흰죽 소고기장터국 비엔나소시지볶음 오징어젓무침 구이김 배추김치	쌀밥/단호박죽 콩나물국 닭볶음탕 명엽채볶음 비름나물무침 배추김치
저녁(582kcal)	간식	저녁(588kcal)	간식	저녁(630kcal)	간식	저녁(581kcal)	간식	저녁(675kcal)	간식	저녁(631kcal)	간식	저녁(628kcal)	간식
쌀밥/새우아채죽 참치김치찌개 어묵볶음 숙주나물리나물 단호박샐러드 배추김치	바이오펠레 꿀이구마 말랑오란다	쌀밥/소고기죽 소고기미역국 갈치튀김 근대나물 양념고추치 배추김치	짜요짜요 한입카스테라	쌀밥/모듬해물죽 다시마뽕국 함박스테이크조림 단호박샐러드 오이무침 배추김치	과수원 요구르트 누네띠네	쌀밥/계란아채죽 사골우거지국 코다리조림 호박볶음 아삭이고추무침 배추김치	요거트 제철과일	쌀밥/새우아채죽 맑은유부국 하이라이스소스 토마토달걀볶음 양배추샐러드 배추김치	두유 옥르트 라이스케이크	쌀밥/닭죽 돈육간장불고기 동무묵무침 치커리무침 배추김치	짜요짜요 과수원	쌀밥/참치아채죽 복어국 훈제오리볶음 느타리버섯볶음 브로콜리초회 배추김치	과수원 요구르트 데니쉬 밀크쿠키

19		20		21		22		23		24		25	
아침(473kcal)	점심(608kcal)	아침(429kcal)	점심(588kcal)	아침(410kcal)	점심(659kcal)	아침(512kcal)	점심(593kcal)	아침(465kcal)	점심(644kcal)	아침(501kcal)	점심(603kcal)	아침(418kcal)	점심(619kcal)
쌀밥/흰죽 순두부국 가지미역장조림 얼갈이겉절이 구이김 배추김치	쌀밥/당근죽 물만둣국 오징어까스 마카로니콘샬레드 비트무피클 배추김치	쌀밥/흰죽 조갯살묵국 닭살아채볶음 참나물겉절이 구이김 배추김치	쌀밥/감자죽 유부장국 코다리조림 브로콜리맛살볶음 오이무침 배추김치	쌀밥/흰죽 근대된장국 떡갈비조림 멸치고추장볶음 구이김 배추김치	쌀밥/시금치죽 소고기미역국 닭갈비 양배추찜 청경채겉절이 배추김치	쌀밥/흰죽 콩비지국 돈육간장불고기 상추겉절이 구이김 배추김치	쌀밥/아채죽 열무된장국 오징어아채볶음 햄감자조림 숙주나물 배추김치	쌀밥/흰죽 버섯맑은국 삼치무조림 시금치나물 구이김 배추김치	쌀밥/견과류죽 콩나물김치국 돈육장조림 미역줄기볶음 마늘종무침 배추김치	쌀밥/흰죽 아욱국 간장닭조림 치커리무침 구이김 배추김치	쌀밥/양배추죽 복어달걀국 훈제오리볶음 우엉채샐러드 부추겉절이 배추김치	쌀밥/흰죽 어묵국 미트볼조림 근대나물 구이김 배추김치	쌀밥/완두콩죽 미역국 제육볶음 멸치콩조림 미니리무생채 배추김치
저녁(593kcal)	간식	저녁(700kcal)	간식	저녁(579kcal)	간식	저녁(633kcal)	간식	저녁(601kcal)	간식	저녁(623kcal)	간식	저녁(576kcal)	간식
쌀밥/흰살생선죽 소고기뭇국 한식잡채 건파래볶음 양념깻잎지 배추김치	바이오펠레 ———— 요구르트 허니논꽃쌀과자	쌀밥/모듬해물죽 숙갯어묵국 치킨까스 연두부&양념장 도라지초무침 배추김치	짜요짜요 ———— 뽕피리얼 구운도너츠	쌀밥/쇠고기죽 수제비국 가지미양념구이 새송이버섯조림 배추된장나물 배추김치	과수원 ———— 요구르트 참깨코코넛쿠키	쌀밥/계란아채죽 백짬뽕국 돈육짜장소스 아채까스 짜사이무침 배추김치	요거트 ———— 제철과일	쌀밥/닭죽 맑은대구탕 후랑크소시지볶음 연근깨소스무침 양념깻잎지 배추김치	두유 ———— 요구르트 크리스피롤	쌀밥/참치아채죽 소고기뭇국 메밀전병 툇두부무침 오징어젓무침 배추김치	짜요짜요 ———— 과수원	쌀밥/흰살생선죽 사골배춧국 갈치조림 달걀아채볶음 마카로니샐러드 배추김치	과수원 ———— 요구르트 티포미나물게익
26		27		28		29		30		31			
아침(409kcal)	점심(630kcal)	아침(438kcal)	점심(592kcal)	아침(416kcal)	점심(637kcal)	아침(455kcal)	점심(619kcal)	아침(410kcal)	점심(602kcal)	아침(493kcal)	점심(589kcal)		
쌀밥/흰죽 감자양파국 메추리알조림 오이지무침 구이김 배추김치	쌀밥/크림스프죽 설렁탕 동그랑땡전 두부양념조림 아삭이고추무침 배추김치	쌀밥/흰죽 아욱국 떡갈비조림 청경채나물 구이김 배추김치	쌀밥/아채죽 오징어묵국 한식잡채 감자채볶음 콩나물무침 배추김치	쌀밥/흰죽 미역국 닭살아채볶음 치커리무침 구이김 배추김치	쌀밥/고구마죽 육개장 아채고로케 미역줄기볶음 무양파장아찌 배추김치	쌀밥/흰죽 콩나물국 고등어무조림 숙주나물 구이김 배추김치	쌀밥/참깨죽 된장찌개 돈육김치두루치기 두부구이 참나물겉절이 배추김치	쌀밥/흰죽 순두부국 참치아채볶음 검은콩조림 구이김 배추김치	쌀밥/흑임자죽 사골떡국 가지미양념구이 건새우마늘종볶음 유채나물 배추김치	쌀밥/흰죽 호박새우젓국 돈육장조림 무말랭이무침 구이김 배추김치	쌀밥/버섯죽 팽이버섯장국 치킨까스 브로콜리볶음 단호박샐러드 배추김치		
저녁(594kcal)	간식	저녁(635kcal)	간식	저녁(676kcal)	간식	저녁(691kcal)	간식	저녁(581kcal)	간식	저녁(640kcal)	간식		
쌀밥/새우아채죽 시래기된장국 짜장짬뽕 청포묵무침 알마늘지무침 배추김치	바이오펠레 ———— 꿀이구마 말랑오란다	쌀밥/소고기죽 콩비지찌개 버섯소불고기 우엉조림 미니리무생채 배추김치	짜요짜요 ———— 한입카스테라	쌀밥/모듬해물죽 게살스프 등심탕수육 마파두부 단무지무침 배추김치	과수원 ———— 요구르트 누네띠네	쌀밥/계란아채죽 들깨배춧국 안동찜닭 올방개묵무침 양념깻잎지 배추김치	요거트 ———— 제철과일	쌀밥/새우아채죽 복어채뭇국 햄감자조림 교자만두강정 고들빼기무침 배추김치	두유 ———— 요르트 라이스케이크	쌀밥/닭죽 닭곰탕 비엔나소시지볶음 멸치볶음 양념고추지 배추김치	짜요짜요 ———— 과수원		

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

※ 주식회사올바른 제공 식단표