

식단표

2024년 06월

수호천사노인전문요양원

일요일		월요일		화요일		수요일		목요일		금요일		토요일	
												1	
												점심(638kcal)	저녁(633kcal)
												잡곡밥 어묵국 닭이채조림 도토리묵무침 청경채겉절이 김치 흑임자죽	기장밥 두부호박국 순대이채볶음 연근조림 쌈무부추무침 김치 호박죽
												간식	
												요플레	
												딸기잼쿠키/주스	
2		3		4		5		6 현충일		7		8	
		점심(610kcal)	저녁(630kcal)	점심(638kcal)	저녁(633kcal)	점심(638kcal)	저녁(633kcal)	점심(638kcal)	저녁(633kcal)	점심(638kcal)	저녁(633kcal)	점심(675kcal)	저녁(651kcal)
		잡곡밥 시래기된장국 돈육불백 얼갈이겉절이 도시락김 김치 소고기야채죽	기장밥 맑은팽이버섯유부국 춘천닭갈비 콘샐러드 콩나물무침 김치 새우야채죽	잡곡밥 무채국 생선구이 새콤오이양파무침 호박야채볶음 김치 소라야채죽	기장밥 호박두부국 떡갈비 감자당근조림 시금치샐러드 김치 버섯야채죽	잡곡밥 사골미역국 계란찜 실곤약야채무침 청경채굴소스볶음 김치 소고기표고죽	기장밥 시래기된장국 닭간장조림 버섯야채볶음 부추양파무침 김치 새우야채죽	잡곡밥 돈육김치찌개 소고기소스 미니리오징어젓무침 열무겉절이 김치 닭야채죽	기장밥 비지락배추국 오징어야채볶음 숙주나물무침 무생채 김치 흑임자죽	잡곡밥 순두부새우젓국 제육볶음 쌈장오이양파무침 치커리유자청무침 김치 단호박죽	기장밥 청경채된장국 안동찜닭 호박야채볶음 얼갈이겉절이 김치 깨죽	잡곡밥 미역국 돈육김치볶음 버섯야채볶음 부추양파무침 김치 흑임자죽	기장밥 북어콩나물국 밀폐유내베짬이 어묵볶음 무생채 김치 호박죽
		간식		간식		간식		간식		간식		간식	
		요플레		요플레		요플레		요플레		요플레		요플레	
		두부와플/요구르트		쌀과자/주스		카스타드/요구르트		유과/요구르트		과일푸딩		보리과자/주스	
9		10		11		12		13		14		15	
		점심(688kcal)	저녁(657kcal)	점심(645kcal)	저녁(650kcal)	점심(675kcal)	저녁(648kcal)	점심(675kcal)	저녁(654kcal)	점심(675kcal)	저녁(654kcal)	점심(677kcal)	저녁(658kcal)
		잡곡밥 된장찌개 제육볶음 청경채겉절이 도시락김 김치 소고기표고죽	기장밥 소고기무국 라구미트볼 호박야채볶음 콩나물무침 김치 새우야채죽	잡곡밥 감자고추장찌개 간장오징어야채볶음 올방개묵무침 부추오이무침 닭야채죽	기장밥 된장국 돈육간장볶음 열무겉절이 불어묵야채조림 김치 흑임자죽	잡곡밥 바지락미역국 소불고기 무생채 맛살샐러드 김치 버섯야채죽	기장밥 소고기해장국 계란찜 양배추베이컨볶음 얼갈이겉절이 김치 호박죽	잡곡밥 파개장 돈육카레 오이양파무침 사각어묵볶음 김치 소라야채죽	기장밥 콩나물국 생선무조림 맛살야채볶음 시금치땅콩소스무침 김치 계란야채죽	잡곡밥 된장국 돈육김치찜 호박야채볶음 미니리초무침 김치 소고기야채죽	기장밥 김치찌개 육우떡볶이 도토리묵야채무침 감자햄볶음 김치 맛살야채죽	잡곡밥 순두부새우젓국 제육볶음 무생채 오이지무침 김치 버섯야채죽	기장밥 청국장 너비아니 얼갈이겉절이 마늘꿀어묵볶음 김치 호박죽
		간식		간식		간식		간식		간식		간식	
		요플레		요플레		요플레		요플레		요플레		요플레	
		마카렛/요구르트		유과/요구르트		미니카스테라/요구르트		피넛오곡롤/주스		사과잼쿠키/두유		훈제란/요구르트	

16		17		18		19		20		21		22	
		점심(688kcal)	저녁(657kcal)	점심(677kcal)	저녁(658kcal)	점심(675kcal)	저녁(654kcal)	점심(675kcal)	저녁(654kcal)	점심(675kcal)	저녁(654kcal)	점심(645kcal)	저녁(650kcal)
		잡곡밥 사골배추국 유산슬 명엽채조림 도시락김 김치 새우아채죽	기장밥 어묵두부국 돈육고추장불고기 청경채겉절이 버섯아채볶음 김치 소고기표고죽	잡곡밥 김치순두부국 닭데리아끼조림 무생채 오이토마토샐러드 김치 흑임자죽	기장밥 된장국 떡갈비조림 감자채볶음 콩나물무침 김치 닭아채죽	잡곡밥 바지락미역국 소불고기 오징어초무침 청경채겉절이 김치 호박죽	기장밥 달걀국 돈육짜장소스 호박아채볶음 우무묵아채무침 김치 버섯아채죽	잡곡밥 콩나물국 고등어김치찜 오이양파무침 푸실리치커리무침 김치 계란아채죽	기장밥 된장국 돈육깻잎볶음 숙주나물무침 감자햄아채볶음 김치 소라아채죽	잡곡밥 미역국 돼지갈비찜 중국식배추찜 도토리묵아채무침 김치 참치아채죽	기장밥 김치찌개 닭바나나조림 얼갈이겉절이 호박아채볶음 김치 맛살아채죽	잡곡밥 된장국 마파두부 오리엔탈식곤약무 침 가지나물무침 김치 깨죽	기장밥 콩나물국 계란장조림 무생채 깻잎지 김치 소고기아채죽
		간식		간식		간식		간식		간식		간식	
		요플레 미니롤케익/요구르트		요플레 크림산도/주스		요플레 미니바나나케익/요구르트		요플레 보리과자/두유		요플레 과일푸딩		요플레 유과/요구르트	
23		24		25		26		27		28		29	
		점심(645kcal)	저녁(650kcal)	점심(645kcal)	저녁(650kcal)	점심(675kcal)	저녁(654kcal)	점심(677kcal)	저녁(658kcal)	점심(688kcal)	저녁(657kcal)	점심(688kcal)	저녁(657kcal)
		잡곡밥 시래기된장국 돈육아채조림 얼갈이겉절이 도시락김 김치 소고기표고죽	기장밥 두부호박국 닭살브로콜리조림 콩나물무침 어묵아채볶음 김치 새우아채죽	잡곡밥 돈육감자탕 계란찜 무생채 토마토푸실리샐러드 김치 닭아채죽	잡곡밥 청경채된장국 떡갈비 깻잎무침 미니리츠무침 김치 흑임자죽	잡곡밥 조랭이떡미역국 두반장상귀 호박아채볶음 치커리아채무침 김치 호박죽	기장밥 콩나물국 제육볶음 오이된장무침 맛살아채볶음 김치 버섯아채죽	잡곡밥 배추된장국 닭데리아끼조림 어묵무침 해초샐러드 김치 소라아채죽	기장밥 달걀국 돈육가래 버섯아채볶음 청경채겉절이 김치 계란아채죽	잡곡밥 도토리묵냉국 육우떡볶이 무생채 부추오이무침 김치 닭아채죽	기장밥 바지락미역국 오징어호박볶음 감자햄아채조림 숙주나물무침 김치 맛살아채죽	잡곡밥 된장국 떡갈비 콘샐러드 버섯아채볶음 김치 참치아채죽	기장밥 비지찌개 순대아채볶음 건새우무조림 얼갈이시저샐러드 김치 깨죽
		간식		간식		간식		간식		간식		간식	
		요플레 제로카카오케익/요구르트		요플레 바나나도넛/요구르트		요플레 밤만쥬/두유		요플레 후렌치파이/주스		요플레 카스타드/요구르트		요플레 두부외품/요구르트	
30													

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

※ 주식회사올바른 제공 식단표