

식단표

2024년 10월

수호천사노인전문요양원

일요일		월요일		화요일		수요일		목요일		금요일		토요일	
				1 임시공휴일		2		3 개천절		4		5	
				점심(624kcal)	저녁(644kcal)	점심(680kcal)	저녁(632kcal)	점심(685kcal)	저녁(690kcal)	점심(655kcal)	저녁(619kcal)	점심(681kcal)	저녁(630kcal)
		잡곡밥 된장국 코다리무조림 콩나물무침 도토리묵아채무침 김치 소라이채죽		기장밥 우동장국 닭볶음탕 어묵곤약조림 오이부추무침 김치 버섯아채죽	잡곡밥 미역국 돈육불고기 브로콜리맛살볶음 무생채 김치 깨죽	기장밥 소고기해장국 너비아니 가지나물볶음 양배추샐러드 김치 호박죽	잡곡밥 샤브샤브국 닭감자조림 마늘쫄면새우볶음 콩나물겨져채 김치 흑임자죽	기장밥 계란파국 돈육짜장소스 짜사이무침 얼갈이나물 김치 소고기아채죽	잡곡밥 미역국 돼지갈비찜 호박나물볶음 오이양파무침 김치 새우아채죽	기장밥 된장국 돈육두부볶음 숙주나물 꼬시래기무침 김치 소라이채죽	잡곡밥 감자수제비국 오징어볶음 들깨무나물 치커리유자청무침 김치 버섯아채죽	기장밥 가쓰오장국 돈육김치볶음 가지나물볶음 실곤약아채무침 김치 닭아채죽	
		간식				간식		간식		간식		간식	
		오프레 과일푸딩				오프레 바나나노넛/요구르트		오프레 딸기잼쿠키/두유		오프레 미니오예스/두유		오프레 팝콘/요구르트	
6		7		8		9 한글날		10		11		12	
		점심(612kcal)	저녁(687kcal)	점심(654kcal)	저녁(623kcal)	점심(684kcal)	저녁(659kcal)	점심(677kcal)	저녁(652kcal)	점심(681kcal)	저녁(623kcal)	점심(661kcal)	저녁(628kcal)
		잡곡밥 된장국 돈육곤약조림 미역초무침 도시락김 김치 소고기아채죽	기장밥 김치두부국 비엔나어묵볶음 콩나물무침 청경채겉절이 김치 새우아채죽	잡곡밥 청국장 닭데리아기조림 숙주나물 근대무침 김치 소라이채죽	기장밥 소고기무국 계란찜 호박나물볶음 오이양파무침 김치 버섯아채죽	잡곡밥 미역국 소불고기 청경채겉절이 마카로니콘샐러드 김치 새우아채죽	기장밥 순두부백탕 부대볶음 가지나물볶음 부추겉절이 김치 호박죽	잡곡밥 된장국 아채카레 어묵볶음 오복치무침 김치 깨죽	기장밥 비지찌개 돈채피망볶음 연근조림 열무나물 김치 소고기아채죽	잡곡밥 미역국 돼지갈비찜 콩나물무침 마늘쫄면새우볶음 김치 소라이채죽	기장밥 소고기해장국 제육볶음 호박나물볶음 올방개묵김무침 김치 새우아채죽	잡곡밥 버섯들깨국 고등어김치찜 감자채볶음 얼갈이겉절이 김치 버섯아채죽	기장밥 계란만두국 오징어돈육볶음 숙주나물 청경채겉절이 김치 닭아채죽
		간식		간식		간식		간식		간식		간식	
		오프레 초코파이/요구르트		오프레 마카렛/주스		오프레 고구마치즈빵/요구르트		오프레 후렌치파이/두유		오프레 치즈샌드/요구르트		오프레 딸기잼쿠키/두유	
13		14		15		16		17		18		19	
		점심(612kcal)	저녁(649kcal)	점심(671kcal)	저녁(644kcal)	점심(690kcal)	저녁(623kcal)	점심(688kcal)	저녁(623kcal)	점심(684kcal)	저녁(655kcal)	점심(671kcal)	저녁(632kcal)
		잡곡밥 배추콩가루국 너비아니조림 무생채 오이무침 김치 닭아채죽	기장밥 호박된장국 돈육불고기 근대무침 미역줄기볶음 무생채 새우아채죽	잡곡밥 감자탕 돈민찌표고볶음 연근조림 콩나물무침 김치 깨죽	기장밥 김치두부국 다시미찜닭 가지나물볶음 도토리묵아채무침 김치 버섯아채죽	잡곡밥 미역국 돼지갈비찜 숙주나물 멕시코샐러드 김치 소라이채죽	기장밥 된장국 오징어볶음 호박나물볶음 부추양파무침 김치 호박죽	잡곡밥 소고기무국 닭버섯조림 어묵곤약조림 치커리무침 김치 흑임자죽	기장밥 부대찌개 육우떡볶음 브로콜리볶음 올방개묵김무침 김치 소고기아채죽	잡곡밥 미역국 제육볶음 콩나물무침 청경채겉절이 김치 새우아채죽	기장밥 된장국 고등어구이 무생채 마늘쫄면새우볶음 김치 소라이채죽	잡곡밥 계란파국 돈육두부조림 호박나물볶음 고춧잎지 김치 버섯아채죽	기장밥 콩나물국 순대볶음 가지나물볶음 꼬시래기무침 김치 닭아채죽
		간식		간식		간식		간식		간식		간식	
		오프레 두부와플/요구르트		오프레 밤만쥬/주스		오프레 카스타드/요구르트		오프레 그랑셀사과/요구르트		오프레 과일푸딩		오프레 오곡롤/주스	

20		21		22		23		24		25		26	
		점심(688kcal)	저녁(623kcal)	점심(641kcal)	저녁(619kcal)	점심(630kcal)	저녁(684kcal)	점심(672kcal)	저녁(679kcal)	점심(653kcal)	저녁(684kcal)	점심(661kcal)	저녁(690kcal)
		잡곡밥 청국장 돈육김치볶음 숙주나물 도시락김 김치 소고기야채죽	기장밥 된장국 미트볼조림 미역줄기볶음 청경채나물 김치 새우야채죽	잡곡밥 소고기해장국 계란찜 가지나물볶음 부추겉절이 김치 소리아채죽	기장밥 순두부찌개 제육볶음 콩나물무침 마늘쫀득볶음 김치 버섯야채죽	잡곡밥 미역국 보쌈 무생채 청포묵김가루무침 김치 깨죽	기장밥 어묵국 가래야게간pong볶음 연근조림 마카로니콘샐러드 김치 호박죽	잡곡밥 콩가루배추국 돈육깨알볶음 호박나물볶음 실곤약야채무침 김치 흑임자죽	기장밥 순두부백탕 오징어볶음 숙주나물 청경채겉절이 김치 소고기야채죽	잡곡밥 미역국 코다리무조림 도토리묵야채무침 죽순피망볶음 김치 새우야채죽	기장밥 어묵국 부대볶음 차커리무침 새송이조림 김치 소리아채죽	잡곡밥 파개장 콩나물불고기 우영채조림 오이양파무침 김치 버섯야채죽	기장밥 된장국 닭갈비 양배추샐러드 궁채장아찌 김치 닭야채죽
		간식		간식		간식		간식		간식		간식	
		요플레 참봉어빵/요구르트		요플레 크라운산도/주스		요플레 미니도넛/요구르트		요플레 쌀과자/두유		요플레 찰떡쿠키/요구르트		요플레 화이트하임/두유	
27		28		29		30		31					
		점심(672kcal)	저녁(681kcal)	점심(650kcal)	저녁(669kcal)	점심(620kcal)	저녁(645kcal)	점심(688kcal)	저녁(654kcal)				
		잡곡밥 두부된장국 제육볶음 미역줄기볶음 깻잎지 김치 소고기야채죽	기장밥 호박버섯국 오삼불고기 무생채 청경채나물 김치 새우야채죽	잡곡밥 계란국 하이라이스 얼갈이겉절이 오복지무침 김치 소리아채죽	기장밥 뼈없는감자탕 돈피망잡채 숙주나물 부추오이무침 김치 버섯야채죽	잡곡밥 미역국 닭김치조림 브로콜리볶음 올방개묵김무침 김치 깨죽	기장밥 버섯찌개 동그랑땡 가지나물볶음 청경채겉절이 김치 호박죽	잡곡밥 된장국 고추장비빔밥+계란 후라이 콩나물무침 무생채 김치 흑임자죽	기장밥 순두부백탕 돈육불고기 마늘쫀건새우볶음 도토리묵야채무침 김치 소고기야채죽				
		간식		간식		간식		간식					
		요플레 초코파이/요구르트		요플레 유과/요구르트		요플레 과일푸딩		요플레 후렌치파이/두유					

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

※ 주식회사올바른 제공 식단표