

식단표

2025년 01월

수호천사노인전문요양원

일요일		월요일		화요일		수요일		목요일		금요일		토요일													
						1 신정		2		3		4													
						점심(624kcal) 저녁(640kcal)		점심(688kcal) 저녁(615kcal)		점심(655kcal) 저녁(612kcal)		점심(659kcal) 저녁(697kcal)													
						잡곡밥 사골만두국 돈육감자조림 탕평채 봄동겉절이 김치 깨죽		기장밥 소고기해장국 닭볶음탕 물파래무침 얼갈이나물 김치 호박죽		잡곡밥 미역국 돈육김치볶음 브로콜리흑임자무 침 열무나물 김치 새우야채죽		기장밥 청국장 동그랑땡조림 무생채 차커리무침 김치 소라야채죽		잡곡밥 호박버섯국 마파두부 돌나물무침 콩나물김가루무침 김치 버섯야채죽		기장밥 된장국 오징어볶음 청포묵야채무침 얼갈이겉절이 김치 닭야채죽									
						간식		간식		간식		간식		간식											
						요플레 카스타드/요구르트		요플레 후렌치파이/주스		요플레 피넛오곡롤/두유		요플레 쌀과자/두유													
5		6		7		8		9		10		11													
		점심(674kcal) 저녁(701kcal)		점심(680kcal) 저녁(619kcal)		점심(700kcal) 저녁(651kcal)		점심(639kcal) 저녁(671kcal)		점심(664kcal) 저녁(687kcal)		점심(625kcal) 저녁(659kcal)													
		잡곡밥 유부장국 닭고약조림 배추나물 고들빼기무침 김치 소고기야채죽		기장밥 무국 제육볶음 도토리묵무침 청경채나물 김치 새우야채죽		잡곡밥 된장국 참치두부볶음 새송이버섯 얼갈이나물 김치 소라야채죽		기장밥 감자국 돈채피망볶음 건파래볶음 숙주나물무침 김치 버섯야채죽		잡곡밥 미역국 육우떡볶이 청경채겉절이 콩나물무침 김치 깨죽		기장밥 어묵국 닭갈비 콘샐러드 열무나물 김치 소고기야채죽		잡곡밥 미역국 코다리무조림 모듬버섯볶음 얼갈이겉절이 김치 소라야채죽		기장밥 계란국 돈육짜장볶음 가지볶음 오이지무침 김치 새우야채죽		잡곡밥 감자국 하이라이스 유채나물 수제장아찌 김치 버섯야채죽		기장밥 된장국 부대볶음 세발나물 툇두부무침 김치 닭야채죽					
		간식		간식		간식		간식		간식		간식		간식											
		요플레 찰떡쿠키/요구르트		요플레 빅파이/두유		요플레 과일푸딩		요플레 미니도넛/요구르트		요플레 크라운산도/주스		요플레 후렌치파이/두유													
12		13		14		15		16		17		18													
		점심(653kcal) 저녁(648kcal)		점심(639kcal) 저녁(674kcal)		점심(622kcal) 저녁(690kcal)		점심(701kcal) 저녁(642kcal)		점심(691kcal) 저녁(680kcal)		점심(704kcal) 저녁(648kcal)													
		기장밥 북어두부국 제육볶음 도시락김 얼갈이겉절이 김치 닭야채죽		잡곡밥 된장국 너비아니조림 시금치나물 호박볶음 김치 새우야채죽		잡곡밥 부대찌개 계란찜 미역줄기볶음 오이지무침 김치 깨죽		기장밥 사골우거지국 돈육강정 어묵볶음 열무나물 김치 버섯야채죽		잡곡밥 미역국 강원장 새송이버섯 콩나물무침 김치 소라야채죽		기장밥 파개장 안동찜닭 유채나물 돌나물무침 김치 호박죽		잡곡밥 버섯돌깨국 숯불맛불고기 우무묵무침 청경채겉절이 김치 흑임자죽		기장밥 미소장국 오징어볶음 얼갈이겉절이 숙주나물무침 김치 소고기야채죽		잡곡밥 미역국 마파두부 돌나물무침 무나물 김치 새우야채죽		기장밥 청국장 돌깨백불고기 감자조림 봄동겉절이 김치 소라야채죽		잡곡밥 콩나물국 소세지야채볶음 부추겉절이 브로콜리새송이버 섯 김치 팔죽		기장밥 된장국 닭김치조림 연근조림 근대나물 김치 닭야채죽	
		간식		간식		간식		간식		간식		간식		간식											
		요플레 두부와플/요구르트		요플레 보리과자/두유		요플레 그랑셀사과/요구르 트		요플레 누네띠네/주스		요플레 피넛오곡롤/주스		요플레 마기캣트/두유													

19		20		21		22		23		24		25	
		점심(712kcal)	저녁(661kcal)	점심(699kcal)	저녁(649kcal)	점심(685kcal)	저녁(623kcal)	점심(710kcal)	저녁(674kcal)	점심(681kcal)	저녁(644kcal)	점심(648kcal)	저녁(673kcal)
		잡곡밥 오징어무국 돈육짜장소스 청경채나물 수제장아찌 김치 소고기야채죽	기장밥 된장국 돈불고기 미역초무침 오이참깨무침 김치 새우야채죽	잡곡밥 청국장 고등어시래기 조림 오이지무침 콩나물무침 김치 소라야채죽	기장밥 비지찌개 닭살감자조림 무생채 얼갈이나물 김치 버섯야채죽	잡곡밥 미역국 제육볶음 양배추샐러드 얼무나물 김치 깨죽	기장밥 호박새우젓국 두부조림 가지나물볶음 청경채겉절이 김치 호박죽	잡곡밥 김치순두부국 돈채순대볶음 연근조림 오그라지무침 김치 흑임자죽	기장밥 우거지해장국 떡갈비조림 동부묵무침 시금치나물 김치 소고기야채죽	잡곡밥 된장국 간장비빔밥+계란후라이 호박볶음 콩나물무침 김치 새우야채죽	기장밥 북어무국 닭갈비 물파래무침 얼갈이겉절이 김치 소라야채죽	잡곡밥 미역국 돈불고기 가지나물 청경채나물 김치 버섯야채죽	기장밥 콩가투배추국 참치야채볶음 치커리두부무침 숙주나물무침 김치 닭야채죽
		간식		간식		간식		간식		간식		간식	
		요플레 찰떡쿠키/요구르트		요플레 두부와플/요구르트		요플레 보리과자/두유		요플레 초코파이/요구르트		요플레 후레쉬베리/요구르트		요플레 팝콘/요구르트	
26		27		28 규정		29 규정		30 규정		31			
		점심(687kcal)	저녁(688kcal)	점심(691kcal)	저녁(652kcal)			점심(676kcal)	저녁(702kcal)	점심(674kcal)	저녁(623kcal)		
		잡곡밥 된장국 돈육김치볶음 콩나물무침 도시락김 김치 소고기야채죽	기장밥 부대찌개 숯불닭조림 청포묵무침 시금치나물 김치 새우야채죽	잡곡밥 사골조랭이떡국 돼지갈비찜 봄동겉절이 한식잡채 김치 소라야채죽	기장밥 미소장국 중식제육볶음 돌나물무침 숙주나물무침 김치 버섯야채죽			잡곡밥 버섯찌개 돈채죽순볶음 건새우무조림 얼갈이나물 김치 흑임자죽	기장밥 콩나물국 떡갈비 감자조림 청경채겉절이 김치 소고기야채죽	잡곡밥 미역국 계란찜 우영채조림 근대나물 김치 새우야채죽	기장밥 호박새우젓국 돈육숙주볶음 땅콩조림 얼무나물 김치 소라야채죽		
		간식		간식				간식		간식			
		요플레 카스타드/요구르트		요플레 쌀과자/주스				요플레 과일푸딩		요플레 빅파이/두유			

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

※ 주식회사올바른 제공 식단표