

식단표 (2021년 06월)

수호천사노인전문요양원

일요일		월요일		화요일		수요일		목요일		금요일		토요일	
				1		2		3		4		5	
				아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심
				잡곡밥 열무된장국 돈채양배추볶음 감자조림 파래자반 김치 닭살죽	잡곡밥 참기름미역국 버섯소불고기 들깨무나물 아재겉절이&양념장 김치 쇠고기죽	잡곡밥 무채국 닭가슴살표고장조림 호박들깨볶음 전장김 김치 순두부죽	잡곡밥 사골부대찌개 아재계란찜 어묵볶음 콩나물무침 김치 표고죽	잡곡밥 북어계란국 두부조림 깻잎순볶음 브로콜리초무침 김치 흑임자죽	잡곡밥 시래기된장국 닭살김치조림 마늘쫄볶음 시금치나물무침 김치 당근김치죽	잡곡밥 아욱된장국 연두부&양념장 맛살계참볶음 전장김 김치 쇠고기죽	잡곡밥 콩나물국 돈육고추장불고기 청포묵김가루무침 아삭이쌈장무침 김치 옥수수죽	잡곡밥 닭살부추 돈채죽순볶음 미역줄기볶음 숙주나물무침 김치 표고죽	잡곡밥 시금치된장국 훈제오리아재볶음 감자조림 그린샐러드&드레싱 김치 단호박죽
				저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식
				잡곡밥 유부된장국 생선까스&타르스스 우영채조림 참나물무침 김치 옥수수죽	요플레 약과 두유	잡곡밥 순두부백탕 돈육간장불고기 단호박샐러드 오이지무침 김치 단호박죽	요플레 바나나 요구르트	잡곡밥 배추공국 갈치구이 고사리볶음 무생채 김치 닭살죽	요플레 유과 검은콩두유	잡곡밥 청국장찌개 너비아니조림 느타리양배추볶음 오이생채 김치 순두부죽	요플레 아래모닝빵 요구르트	잡곡밥 김치어묵국 닭다리살카레볶음 마카로니샐러드 썩거나물 김치 맛살죽	요플레 꿀호떡 오렌지주스
6 현충일		7		8		9		10		11		12	
아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심
잡곡밥 비지라살미역국 두부조림 말린호박볶음 전장김 김치 아재죽	잡곡밥 얼갈이된장국 돈육간장불고기 새송이아재볶음 돌나물생채&초장 김치 닭살죽	잡곡밥 들깨감자국 돈육곤약장조림 시금치나물 무나물 김치 단호박죽	잡곡밥 계란따국 닭살고추장볶음 단호박샐러드 오이지무침 김치 순두부죽	잡곡밥 배추된장국 닭가슴살장조림 감자볶음 전장김 김치 닭살죽	잡곡밥 육개장 너비아니조림 느타리버섯볶음 도토리묵김치무침 김치 쇠고기죽	잡곡밥 참기름미역국 돈채죽순볶음 취나물무침 숙주나물무침 김치 순두부죽	잡곡밥 시래기된장국 훈제오리아재볶음 고사리볶음 무생채 김치 표고죽	잡곡밥 얼갈이된장국 건새우두부조림 마늘쫄볶음 전장김 김치 흑임자죽	잡곡밥 버섯애운탕 조기찜 동부목겨자생채 썩거나물 김치 당근김치죽	잡곡밥 사골무국 동그랑땡계참볶음 우영채조림 오이지무침 김치 쇠고기죽	잡곡밥 시금치된장국 닭살데리아끼볶음 새송이아재볶음 청경채나물 김치 옥수수죽	잡곡밥 근대된장국 메추리알장조림 맛살브로콜리볶음 전장김 김치 표고죽	잡곡밥 북어미역국 돈육고추장불고기 호박볶음 숙주나물무침 김치 단호박죽
저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식
잡곡밥 호박새우젓국 우채양배추볶음 연근조림 열무고추장나물 김치 쇠고기죽	요플레 찐감자 오렌지주스	잡곡밥 아욱된장국 아재계란찜 브로콜리햄볶음 얼갈이나물 김치 당근감자죽	요플레 카스타드 옥수수수염차	잡곡밥 순두부백탕 고등어무조림 깻잎순볶음 아삭이쌈장무침 김치 옥수수죽	요플레 방울토마토 요구르트	잡곡밥 무채국 돈육콩나물불고기 오이생채 상추&쌈장 김치 단호박죽	요플레 사과잼쿠키 두유	잡곡밥 어묵국 돈육간장불고기 실곤약아재무침 들깨무나물 김치 닭살죽	요플레 이이스홍시	잡곡밥 돈육김치찌개 생선까스&소스 감자조림 무생채 김치 순두부죽	요플레 미니단팥빵 요거업얇	잡곡밥 맑은감자국 닭살김치조림 어묵볶음 오이생채 김치 맛살죽	요플레 파운드 요구르트

13		14		15		16		17		18		19	
아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심
잡곡밥 계란파국 두부조림 새송이버섯 참나물무침 김치 아채죽	잡곡밥 콩가루배춧국 돈짜장소스 군만두튀김 짜사이무침 김치 달걀죽	잡곡밥 콩나물국 돈민짜불어묵조림 갯잎순부침 전장김 김치 단호박죽	잡곡밥 건새우아육된장국 돈육간장불고기 숙갓나물 아삭이오이쌈장무 침 김치 순두부죽	잡곡밥 무채국 미트볼조림 돈민짜오이부침 숙주나물무침 김치 달걀죽	잡곡밥 나기사계찜뽕탕 이체계란찜 들깨호박부침 무짜지채무침 김치 쇠고기죽	잡곡밥 소고기무국 계란장조림 열무고추장나물 전장김 김치 순두부죽	잡곡밥 들깨미역국 버섯소불고기 실곤약잡채 민디란샐러드&드 레싱 김치 표고죽	잡곡밥 유채된장국 돈육감자조림 호박부침 오징어젓무무침 김치 흑임자죽	잡곡밥 맑은감자국 닭다리살고추장부 침 새송이이채부침 오이생채 김치 당근감자죽	잡곡밥 순두부백탕 소고기무장조림 배추된장나물 전장김 김치 쇠고기죽	잡곡밥 열무된장국 돈육김치부침 동부목김가루무침 무생채 김치 옥수수죽	잡곡밥 근대된장국 이체계란찜 맛살이채부침 해초샐러드 김치 표고죽	잡곡밥 조랭이미역국 닭다리살카레부침 연근조림 돌나물생채&초장 김치 단호박죽
저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식
잡곡밥 홍합살무국 돈채피망부침 도토리묵무침 배추된장나물 김치 쇠고기죽	요플레 찐고구마 두유	잡곡밥 청국장짜개 감치구이 브로컬리개장무침 무생채 김치 당근감자죽	요플레 초코파이 요구르트	잡곡밥 시래기된장국 돈육짜장부침 감자채부침 참나물무침 김치 옥수수죽	요플레 누네띠네 두유	잡곡밥 배추새우젓국 돈채골소스부침 멸치땅콩부침 근대된장나물 김치 단호박죽	요플레 중편 요거얌얌	잡곡밥 김치어묵국 훈제오리아채부침 들깨고사리부침 쌈무무침 김치 달걀죽	요플레 유과 검은콩두유	잡곡밥 복어콩나물국 돈개&소스 김치채부침 아삭이쌈장무침 김치 순두부죽	요플레 아이스홍시	잡곡밥 나주곰탕&당면사 리 너비아니조림 고구마콘샐러드 오이지무침 김치 맛살죽	요플레 미니치즈케익 요구르트
20		21		22		23		24		25		26	
아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심
잡곡밥 배추된장국 우인찌두부조림 느타리아채부침 전장김 김치 아채죽	잡곡밥 바지락살순두부국 돈육고추장불고기 콩나물무침 상추&쌈장 김치 달걀죽	잡곡밥 시래기된장국 닭안심표고장조림 들깨무나물 시금치나물 김치 단호박죽	잡곡밥 바지락살콩나물국 돈채죽순부침 어묵부침 브로컬리흑임자무 침 김치 순두부죽	잡곡밥 복어국 동그랑땡피망조림 비름된장무침 전장김 김치 달걀죽	잡곡밥 바지락살미역국 돈육갯잎불고기 오징어젓무무침 상추&쌈장 김치 쇠고기죽	잡곡밥 홍합살콩나물국 돈육표고장조림 미니새송이버섯 숙주고추장나물 김치 순두부죽	잡곡밥 닭다리삼계탕 꽃맛샐러드 들깨호박부침 오이지무침 김치 표고죽	잡곡밥 호박새우젓국 우채양배추부침 고구마샐러드 전장김 김치 흑임자죽	잡곡밥 청국장짜개 돈육고추장불고기 오이부침 건파래무침 김치 당근감자죽	잡곡밥 참기름미역국 계란장조림 베이컨마늘종부침 콩나물무침 김치 쇠고기죽	잡곡밥 소고기해장국 연두부&양념장 해파리냉채 시금치나물 김치 옥수수죽	잡곡밥 소고기배추국 돈민짜두부조림 느타리아채부침 전장김 김치 표고죽	잡곡밥 계란맛살탕 돈육간장불고기 멸치시래기지짐 단호박샐러드 김치 단호박죽
저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식
잡곡밥 맑은감자국 이채키네소스 표고부추부침 열무된장나물 김치 쇠고기죽	요플레 시골찜쿠기 검은콩두유	잡곡밥 유부된장국 삼치데리아까구이 마늘종부침 도리지오이생채 김치 당근감자죽	요플레 카스타드 요구르트	잡곡밥 아육된장국 닭다리살간장조림 미역줄기부침 무생채 김치 옥수수죽	요플레 베이비슈 요구르트	잡곡밥 들깨무채국 돈채두반장부침 감자조림 참나물된장무침 김치 단호박죽	요플레 미니소보루 요거얌얌	잡곡밥 溫도토리묵국 메추리알장조림 어묵부침 브로컬리초무침 김치 달걀죽	요플레 바나나 요구르트	잡곡밥 유부김치국 이채키네소스 돈육강정 단무지무침 김치 순두부죽	요플레 마들렌 요구르트	잡곡밥 팽이장국 (하얀)순대이채부침 호박새우젓부침 쌈무무침 김치 맛살죽	요플레 압과 오렌지주스
27		28		29		30							
아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심						
잡곡밥 매생이순두부국 돈채죽순부침 연근조림 오이생채 김치 아채죽	잡곡밥 시금치된장국 동태무조림 들깨고사리부침 취나물무침 김치 달걀죽	잡곡밥 달걀부침 참치이채부침 감자조림 브로컬리초무침 김치 단호박죽	잡곡밥 부대찌개 너비아니조림 동부목김가루무침 단무지무침 김치 순두부죽	잡곡밥 배추공국 돈육김치조림 고사리부침 전장김 김치 달걀죽	잡곡밥 버섯된장짜개 돈육고추장불고기 미역줄기팽이버섯 아삭이쌈장무침 김치 쇠고기죽	잡곡밥 근대된장국 닭가슴살표고장조 림 오징어젓무무침 콩나물무침 김치 순두부죽	잡곡밥 선지해장국 연두부&양념장 감자채부침 오이지무침 김치 표고죽						
저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식						
잡곡밥 복어국 순살달걀부침 열무고추장나물 양배추쌈&쌈장 김치 쇠고기죽	요플레 이채모닝빵 요구르트	잡곡밥 건새우아육국 너비아니조림 돈민짜오이부침 숙갓나물 김치 당근감자죽	요플레 방울토마토 요구르트	잡곡밥 들깨미역국 생선까스&타르소 스 느타리양배추부침 무생채 김치 옥수수죽	요플레 카스타드 요구르트	잡곡밥 계란국 돈채두반장부침 어묵부침 시금치나물 김치 단호박죽	요플레 아이스홍시						

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

※ 원산지 표시 :

※ 주식회사올바른 제공 식단표