

♥7월 주간보호센터 식단표♥

날짜	6/28(월)	6/29(화)	6/30(수)	7/1(목)	7/2(금)	7/3(토)
중식	잡곡밥(옥수수죽) 근대국 돈육김치볶음 두부구이 꽃맛살샐러드 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 어묵국 카레소스 새우튀김 오이나물 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 해물칼국수 오리훈제볶음 계란찜 비름나물 배추김치	잡곡밥(버섯죽) 알탕 소고기버섯볶음 세멸치볶음 양배추찜/쌈장 배추김치	잡곡밥(땅콩죽) 계란부추국 낙지콩나물볶음 새송이버섯볶음 고시래기무침 배추김치	잡곡밥(새우죽) 북어채무국 돈육버섯볶음 크래미파프리카볶음 시금치나물 배추김치
간식	수박	단호박죽	바나나&우유	수박	옥수수스프&모닝빵	치즈케익&토마토주스
아침죽	흑임자죽	땅콩죽	들깨죽	타락죽	백태죽	들깨죽
날짜	7/5(월)	7/6(화)	7/7(수)	7/8(목)	7/9(금)	7/10(토)
중식	잡곡밥(녹두죽) 육개장 가자미무조림 미트볼야채볶음 오이나물 배추김치	잡곡밥(닭죽) 아욱국 수육 실곤약야채무침 상추겉절이 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 잔치국수 닭봉조림 브로콜리야채볶음 무나물 배추김치	잡곡밥(백태죽) 어묵국 돈까스 푸시리야채볶음 양상추샐러드 배추김치	잡곡밥(들깨죽) 닭백숙 해물완자조림 어항가지 간장깻잎지 배추김치	잡곡밥(타락죽) 순두부백탕 오징어야채볶음 야채계란찜 시금치나물 배추김치
간식	시리얼&우유	찜계란&식혜	단호박죽	수박	마들렌&두유	유과&토마토주스
아침죽	땅콩죽	타락죽	순두부죽	흑임자죽	계란죽	땅콩죽
날짜	7/12(월)	7/13(화)	7/14(수)	7/15(목)	7/16(금)	7/17(토)
중식	잡곡밥(율무죽) 도토리묵채국 닭볶음탕 소시지야채볶음 깻잎순나물 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 추어탕 오리훈제볶음 실곤약야채무침 부추겉절이 배추김치	잡곡밥(맛살죽) 계란부추국 자장면 탕수육 단무지무침 배추김치	잡곡밥(녹두죽) 청국장 코다리조림 계란찜 오이나물 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 나가사끼짬뽕국 마파두부 칠리새우볶음 청경채나물 배추김치	잡곡밥(새우죽) 아욱국 소고기버섯볶음 쭈꾸미브로콜리볶음 감자조림 배추김치
간식	모닝빵&옥수수스프	치즈케익&식혜	편향도그&당근주스	단호박죽	바나나	순대&아침햇살
아침죽	흑임자죽	타락죽	백태죽	땅콩죽	순두부죽	흑임자죽
날짜	7/19(월)	7/20(화)	7/21(수)	7/22(목)	7/23(금)	7/24(토)
중식	팔찰밥(타락죽) 소고기미역국 돼지갈비찜 잡채 비름나물 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 육개장 닭봉조림 꽃맛살샐러드 간장깻잎지 배추김치	잡곡밥(맛살죽) 들깨시락국 돈수육 비빔국수 상추겉절이 배추김치	잡곡밥(계란죽) 어묵국 우메란장조림 김말이튀김 느타리들깨볶음 배추김치	잡곡밥(녹두죽) 갈비탕 가자미무조림 베이컨새송이버섯 오이나물 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 김치찌개 오징어야채볶음 계란찜 시금치나물 배추김치
간식	생선잔치	시리얼&우유	단호박죽	수박	향도통조림	편고구마&사과주스
아침죽	백태죽	순두부죽	땅콩죽	타락죽	흑임자죽	순두부죽
날짜	7/26(월)	7/27(화)	7/28(수)	7/29(목)	7/30(금)	7/31(토)
중식	잡곡밥(율무죽) 물만두국 아귀찜 베이컨새송이버섯 무나물 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 콩비지찌개 오리불고기 세멸치볶음 시래기된장찌개 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 우동 돈까스 새우살브로콜리볶음 느타리버섯볶음 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 추어탕 돈김치볶음 야채계란찜 마늘종양파볶음 배추김치	잡곡밥(닭죽) 두부된장국 코다리조림 케이준샐러드 고사리들깨볶음 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 참치김치찌개 우육숙주볶음 어묵볶음 치커리유자청무침 배추김치
간식	만주&두유	단호박죽	바나나	편감자&식혜	모닝빵&옥수수스프	치즈케익&복숭아주스
아침죽	흑임자죽	땅콩죽	순두부죽	타락죽	순두부죽	땅콩죽
원산지	쌀:국내산/김치:국내산/콩:수입산/미꾸라지:국내산/갈치:모로코/꽃게:중국산 코다리,동태:러시아산,미국산/고등어:국내산/조기:중국산/아귀살:중국산/오징어:국내산 낙지:베트남산/쭈꾸미:말레이시아산,베트남산/수산가공품:국내산,수입산/돈육:국내산 우육:호주산,미국산(곰탕:잡배-국내산)/계육:국내산/오리:국내산/육가공품:국내산,수입산					

* 위 식단은 사정에 따라 변동될 수 있습니다. 사회복지법인 로템복지재단 로템재가노인지원센터