

♥8월 주간보호센터 식단표♥

날짜				8/1(목)	8/2(금)	8/3(토)
중 식				잡곡밥(매생이죽) 돈육김치찌개 동태무조림 소시지피망볶음 깻잎순나물 배추김치	잡곡밥(닭죽) 두부된장국 오리불고기 꽃맛살샐러드 가지나물 배추김치	잡곡밥(계란죽) 어묵국 우육숙주볶음 느타리버섯야채볶음 고사리나물 배추김치
간식				고구마케익&이온음료	양송이스프	마들렌&아침햇살
아침죽				백태죽*김치	땅콩죽*김치	녹두죽*김치
날짜	8/5(월)	8/6(화)	8/7(수)	8/8(목)	8/9(금)	8/10(토)
중 식	잡곡밥(녹두죽) 나가사끼짬뽕국 돈육짜장소스 왕새우튀김 오이나물 배추김치	잡곡밥(야채죽) 두부된장국 고등어김치조림 야채계란찜 해파리냉채 배추김치	잡곡밥(미역죽) 도토리묵사발 닭갈비 관자야채볶음 콩나물무침 배추김치	잡곡밥(맛살죽) 추어탕 떡갈비조림 탕평채 시래기된장지짐 배추김치	잡곡밥(매생이죽) 갈비탕 삼치데리야끼구이 단호박샐러드 아삭이고추된장무침 배추김치	잡곡밥(닭죽) 청국장 돈불고기 어묵마늘쫄볶음 양배추쌈 배추김치
간식	호두과자&이온음료	단호박죽	삶은계란&매실주스	크림스프	마들렌&식혜	롤케익&당근주스
아침죽	땅콩죽*김치	들깨죽*김치	흑임자죽*김치	타락죽*김치	순두부죽*김치	흑임자죽*김치
날짜	8/12(월)	8/13(화)	8/14(수)	8/15(목)	8/16(금)	8/17(토)
중 식	잡곡밥(매생이죽) 표고계란국 등갈비김치찜 해물완자전 청경채나물 배추김치	팔찰밥(새우죽) 들깨미역국 우육불고기 잡채 도토리묵무침 배추김치	잡곡밥(참치죽) 육개장 갈치애호박조림 메란장조림 콩나물무침 배추김치	* 광복절 *	잡곡밥(고구마죽) 연포탕 돈수육 비빔국수 깻잎순나물 배추김치	잡곡밥(버섯야채죽) 들깨시락국 오리불고기 우영채조림 시금치나물 배추김치
간식	카스타드&이온음료	생신잔치	유과&야채가득V19		삶은감자&이온음료	시리얼&우유
아침죽	들깨죽*김치	땅콩죽*김치	백태죽*김치		타락죽*김치	순두부죽*김치
날짜	8/19(월)	8/20(화)	8/21(수)	8/22(목)	8/23(금)	8/24(토)
중 식	잡곡밥(고구마죽) 들깨시락국 안동찜닭 새우칠리볶음 숙주맛살무침 배추김치	잡곡밥(새우들깨죽) 육개장 가자미무조림 야채계란찜 참나물들깨무침 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 알탕 삼겹살주꾸미볶음 탕평채 노각무침 배추김치	잡곡밥(감자죽) 오이냉국 훈제오리볶음 새우칠리 단호박샐러드 배추김치	잡곡밥(맛살죽) 청국장 우육불고기 감자전 도토리묵무침 배추김치	잡곡밥(매생이죽) 돈육김치국 동태무조림 느타리아호박볶음 청경채나물 배추김치
간식	황도통조림	바나나	팔죽	밀크롤인&식혜	전고구마&사과주스	모닝빵&멸균우유
아침죽	흑임자죽*김치	백태죽*김치	순두부죽*김치	타락죽*김치	땅콩죽*김치	들깨죽*김치
날짜	8/26(월)	8/27(화)	8/28(수)	8/29(목)	8/30(금)	8/31(토)
중 식	잡곡밥(녹두죽) 복어채국 오삼불고기 모듬버섯볶음 돈나물무침 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 우동 닭살감자조림 왕새우튀김 숙주맛살무침 배추김치	잡곡밥(새우들깨죽) 들깨토란국 삼치데리야끼구이 감자샐러드 근대된장무침 배추김치	잡곡밥(율무죽) 추어탕 돈갈비양념찜 해물완자전 콩나물무침 배추김치	잡곡밥(계란죽) 순두부찌개 갈치애호박조림 강된장 치커리유자청무침 배추김치	잡곡밥(미역죽) 표고계란국 돈불고기 메란장조림 부추나물 배추김치
간식	머핀&두유	단호박죽	모닝빵&플레인요거트	유과&수정과	수박	롤케익&식혜
아침죽	흑임자죽*김치	타락죽*김치	야채죽*김치	백태죽*김치	순두부죽*김치	땅콩죽*김치
원산지	쌀(밥,죽,누룽지):국내산/ 찹쌀:국내산/ 현미:국내산/ 흑미:국내산 꽃게:중국산/ 조기:시에라리온산/ 미꾸라지:중국산/김치류(배추, 무, 고추가루):국내산 낙지:베트남산/ 갈치:모로코산/ 고등어:국내산/ 명태,코다리,동태:러시아산/ 오징어:국내산 열갈이, 봄동, 알배기 배추: 국내산/ 콩가루(백태죽):중국산/ 콩(두부류,콩비지,콩국수):수입산 청국장:미국산/돈육:국내산/ 우육:호주산/ 계육:국내산/ 오리:국내산					

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