

♥11월 주간보호센터 식단표♥

날짜	11/2(월)	11/3(화)	11/4(수)	11/5(목)	11/6(금)	11/7(토)
중 식	잡곡밥(야채죽) 들깨토란국 고등어김치찜 브로컬리소시지볶음 양배추쌈 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 꽃게된장찌개 제육볶음 어묵간장볶음 동초나물 배추김치	잡곡밥(감자죽) 해물칼국수 김치전 단호박조림 도토리묵무침 배추김치	잡곡밥(맛살죽) 유부장국 코다리매운조림 잡채 무나물 배추김치	잡곡밥(들깨죽) 홍합미역국 닭갈비 감자고로케 돈나물된장나물 배추김치	잡곡밥(흑임자죽) 콩가루배추국 우낙당면볶음 양송이버섯볶음 콩나물무침 배추김치
간식	카스텔라&오렌지주스	영양닭죽	쌀कु키&야채주스	편계란&수정과	단호박죽	단팥빵&우유
아침죽	흑임자죽	타락죽	들깨죽	순두부죽	생마나나라떼	땅콩죽
날짜	11/9(월)	11/10(화)	11/11(수)	11/12(목)	11/13(금)	11/14(토)
중 식	잡곡밥(계란야채죽) 어묵국 닭봉조림 로제스파게티 야채샐러드 배추김치	잡곡밥(울무죽) 콩비지찌개 갈치양념조림 옛날소세지전 깻잎지 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 갈비탕 날치알계란찜 느타리버섯볶음 부추겉절이 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 우렁이된장찌개 삼치데리야끼구이 전새우마늘쫄볶음 도라지나물 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 알탕 돈육김치볶음 우영채조림 물파래무무무침 배추김치	잡곡밥(버섯죽) 북어채무국 훈제오리단호박찜 실곤약야채무침 취나물볶음 배추김치
간식	만주&당근주스	배	순대&아침햇살	팥죽	편고구마&멸균우유	에그타르트&야채주스
아침죽	땅콩죽	흑임자죽	타락죽	순두부죽	백태죽	맛살죽
날짜	11/16(월)	11/17(화)	11/18(수)	11/19(목)	11/20(금)	11/21(토)
중 식	팔찰밥(울무죽) 홍합미역국 우불고기 잡채 들깨고사리볶음 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 시락국 아귀찜 감자샐러드 시금치나물 배추김치	잡곡밥(닭죽) 유부장국 카레소스 돈까스 치커리사과샐러드 배추김치	잡곡밥(미역죽) 오징어무국 제육볶음 메란곤약조림 매콤콩나물무침 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 육개장 가자미카레튀김 가지양파볶음 오이나물 배추김치	잡곡밥(표고버섯죽) 바지락콩나물국 닭볶음탕 전새우마늘쫄볶음 가지나물 배추김치
간식	생신잔치	옥수수스프&모닝빵	밀감	편감자&요구르트	녹두죽	핫도그&비피더스
아침죽	흑임자죽	타락죽	순두부죽	타락죽	백태죽	땅콩죽
날짜	11/23(월)	11/24(화)	11/25(수)	11/26(목)	11/27(금)	11/28(토)
중 식	잡곡밥(감자죽) 꽃게된장국 돈삼겹김치찜 해파리냉채 깻잎순나물 배추김치	잡곡밥(닭죽) 추어탕 안동찜닭 새우살브로컬리볶음 도토리묵야채무침 배추김치	잡곡밥(새우죽) 잔치국수 돈육감자조림 어묵볶음 맛살숙주나물 배추김치	잡곡밥(야채죽) 순두부찌개 갈치애호박조림 스크램블에그 미역나물 배추김치	잡곡밥(백태죽) 청국장 오리불고기 우영채조림 근대나물 배추김치	잡곡밥(흑임자죽) 들깨버섯국 돈꾸꾸미볶음 두부조림 시금치나물 배추김치
간식	머핀&두유	단호박죽	향도통조림	떠먹는 요플레	생마나나라떼+유과	호두과자&검은콩두유
아침죽	타락죽	두부죽	들깨죽	땅콩죽	흑임자죽	쇠고기죽
날짜	11/30(월)					
중 식	잡곡밥(들깨죽) 토란국 동태콩나물찜 미트볼야채볶음 구운김 배추김치					
간식	단호박찜&이온음료					
아침죽	순두부죽					
원산지	쌀:국내산/김치:국내산/미꾸라지:중국산/오리:국내산/갈치:국내산/꽃게:중국산 돈육:국내산/우육:국내산/계육:국내산/고등어:국내산/낙지:베트남산 코다리,동태:러시아산/오징어:국내산/조기: 국내산/콩:수입산					

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