

♥2월 주간보호센터 식단표♥

날짜						2/1(토)
중 식						잡곡밥(녹두죽) 추어탕 돈육버섯볶음 매운어묵볶음 숙주나물 배추김치
간식						한과&당근주스
아침죽						순두부죽
날짜	2/3(월)	2/4(화)	2/5(수)	2/6(목)	2/7(금)	2/8(토)
중 식	잡곡밥(닭죽) 오징어무국 돈육김치볶음 새우살브로콜리볶음 콩나물무침 배추김치	잡곡밥(홍합죽) 순두부찌개 생선까스*탈탈소스 메란장조림 동초겉절이 배추김치	취나물밥/달래장(고구마죽) 콩가루배추국 우불고기 두부양념조림 꽃맛살샐러드 배추김치	잡곡밥(야채죽) 알탕 안동찜닭 어묵야채볶음 오이나물 배추김치	팔찰밥(율무죽) 꽃게된장찌개 가자미양념조림 파래무침 무나물 배추김치	잡곡밥(참치죽) 물만두국 우육청경채볶음 감자조림 유채나물 배추김치
간식	바나나&요플레	주먹밥&장국	누룽지탕	치즈케익&한라봉차	약과&수정과	찐계란&식혜
아침죽	흑태죽	들깨죽	순두부죽	땅콩죽	흑임자죽	타락죽
날짜	2/10(월)	2/11(화)	2/12(수)	2/13(목)	2/14(금)	2/15(토)
중 식	잡곡밥(소고기죽) 청국장 돈육주꾸미볶음 날치알계란찜 숙주나물 배추김치	잡곡밥(타락죽) 쇠고기무국 갈치애호박조림 가지굴소스볶음 돈나물초무침 배추김치	잡곡밥(미역죽) 꼬치어묵우동 왕새우튀김 부추겉절이 요쿠르트 배추김치	잡곡밥(닭야채죽) 들깨시락국 오리불고기 도토리묵무침 상추쌈 배추김치	잡곡밥(새우죽) 바지락콩나물국 삼치테리야끼소스구이 단호박샐러드 청경채나물 배추김치	잡곡밥(감자죽) 참치김치찌개 돈불고기 세명치볶음 썩갓두부무침 배추김치
간식	편고구마&멸균우유	미니매점	깎죽	동태포전&식혜	순대(찜장)*당근주스	찐호빵&두유
아침죽	백태죽	순두부죽	땅콩죽	흑임자죽	타락죽	계란야채죽
날짜	2/17(월)	2/18(화)	2/19(수)	2/20(목)	2/21(금)	2/22(토)
중 식	잡곡밥(닭야채죽) 홍합미역국 돈갈비아채찜 잡채 치커리유자청무침 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 청국장 가자미무조림 참치김치볶음 해파리냉채 배추김치	잡곡밥(새우죽) 잔치국수 소고기야채조림 김말이튀김 단무지양념무침 배추김치	잡곡밥(맛살죽) 냉이된장국 아귀찜 스크램블에그 취나물볶음 배추김치	잡곡밥(율무죽) 들깨토란국 간장닭조림 칠리새우볶음 열무된장나물 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 연포탕 콩불 감자채볶음 시금치나물 배추김치
간식	생선잔치	부꾸미&매실주스	마들렌&생강차	찐감자&식혜	연양갱&아침햇살	도토리묵(양념장)&감귤주스
아침죽	순두부죽	흑임자죽	땅콩죽	타락죽	백태죽	들깨죽
날짜	2/24(월)	2/25(화)	2/26(수)	2/27(목)	2/28(금)	2/29(토)
중 식	잡곡밥(흑임자죽) 재첩국 닭봉조림 로제스파게티 오이달래무침 배추김치	잡곡밥(새우죽) 순두부찌개 우낙불고기 버섯볶음 양념깻잎지 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 나가사끼짬뽕국 짜장소스 고추잡채 무생채 배추김치	잡곡밥(감자죽) 건새우아육국 제육볶음 해물완자전 청경채나물 배추김치	잡곡밥(백태죽) 돈등뼈감자탕 코다리무조림 연두부*양념장 참나물무침 배추김치	잡곡밥(타락죽) 콩비지찌개 훈제오리볶음 새우살애호박볶음 고사리나물 배추김치
간식	감자샐러드*모닝빵*멸균우유	단호박죽	쌀कु키&야채주스	찐고구마&요쿠르트	핫도그&대추차	딸기롤케익&두유
아침죽	땅콩죽	계란죽	타락죽	순두부죽	들깨죽	야채죽
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					

사회복지법인 로템복지재단 로템재가노인지원센터