

♥8월 주간보호센터 식단표♥

날짜	8/31(월)					8/1(토)
중 식	잡곡밥(녹두죽) 추어탕 닭봉조림 어묵마늘쫄볶음 브로콜리초회 배추김치					잡곡밥(홍합죽) 참치김치찌개 우육숙주볶음 느타리버섯야채볶음 고사리나물 배추김치
간식	머핀&우유					전고구마&요쿠르트
아침죽	순두부죽*김치					계란죽*김치
날짜	8/3(월)	8/4(화)	8/5(수)	8/6(목)	8/7(금)	8/8(토)
중 식	잡곡밥(소고기죽) 어묵국 돈육김치볶음 꽃맛살샐러드 시래기된장지짐 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 꽃게된장찌개 생선까스&타르소스 실곤약고추장무침 무나물 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 잔치국수 닭감자조림 양송이버섯볶음 도토리묵무침 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 순두부찌개 동태무조림 감자샐러드 김가루잔파무침 배추김치	잡곡밥(닭죽) 들깨버섯국 우낙불고기 해파리냉채 가지나물 배추김치	잡곡밥(계란죽) 소고기무국 가자미김치찜 맛살브로콜리볶음 간장깻잎지 배추김치
간식	떠먹는 요플레	팔죽	수박	완두콩빵&오렌지주스	순대&이온음료	마들렌&우유
아침죽	백태죽*김치	땅콩죽*김치	순두부죽*김치	흑임자죽*김치	들깨죽*김치	타락죽*김치
날짜	8/10(월)	8/11(화)	8/12(수)	8/13(목)	8/14(금)	8/15(토)
중 식	잡곡밥(녹두죽) 육개장 고등어무조림 왕계란장조림 시금치나물 배추김치	잡곡밥(야채죽) 건새우아육국 돈삼겹꾸미볶음 우영채조림 양배추된장나물 배추김치	잡곡밥(미역죽) 나가사끼짬뽕국 돈육짜장소스 탕수육 단무지무침 배추김치	잡곡밥(맛살죽) 들개토란국 코다리엿장조림 로제스파게티 청경채나물 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 능이버섯백숙 어묵야채볶음 두부김치조림 숙주나물 배추김치	*광복절*
간식	호두과자&이온음료	단호박죽	황도통조림	카스텔라&두유	수박	
아침죽	땅콩죽*김치	들깨죽*김치	흑임자죽*김치	타락죽*김치	순두부죽*김치	
날짜	8/17(월)	8/18(화)	8/19(수)	8/20(목)	8/21(금)	8/22(토)
중 식	팔찰밥(브로콜리죽) 홍합미역국 돈갈비찜 잡채 콩나물무침 배추김치	잡곡밥(새우죽) 돈육김치찌개 삼치테리야끼구이 해파리냉채 깻잎순나물 배추김치	잡곡밥(참치죽) 콩국수 돈간장조림 가지양파볶음 열무된장나물 배추김치	잡곡밥(홍합죽) 만둣국 주꾸미불고기 표고버섯볶음 치커리사과무침 배추김치	잡곡밥(녹두죽) 콩가루배추국 훈제오리볶음 단호박조림 오이나물 배추김치	잡곡밥(버섯야채죽) 닭개장 코다리무조림 마파두부 참나물무침 배추김치
간식	생선잔치	녹두죽	시리얼&우유	만주&야채주스	감자샐러드샌드위치&감귤주스	삶은계란&매실주스
아침죽	들깨죽*김치	땅콩죽*김치	백태죽*김치	흑임자죽*김치	타락죽*김치	순두부죽*김치
날짜	8/24(월)	8/25(화)	8/26(수)	8/27(목)	8/28(금)	8/29(토)
중 식	잡곡밥(고구마죽) 쇠고기국 갈치무조림 파리고추메란장조림 돈나물된장무침 배추김치	잡곡밥(감자죽) 청국장 안동찜닭 두부양념조림 간장깻잎지 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 유부장국 카레소스 돈까스 양상추샐러드 배추김치	잡곡밥(새우죽) 순두부찌개 삼치무조림 소시지파프리카볶음 취나물 배추김치	잡곡밥(맛살죽) 오징어무국 우불고기 통마늘세벌치볶음 양배추쌈*쌈장 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 북어채무국 오리야채볶음 새송이들깨볶음 근대나물 배추김치
간식	밀크롤인&두유	전감자&알로에주스	롤케익&당근주스	쌀कु키&비피터스	핫도그&아침햇살	유과&수정과
아침죽	흑임자죽*김치	백태죽*김치	순두부죽*김치	타락죽*김치	땅콩죽*김치	들깨죽*김치
원산지	쌀(밥,죽,누룽지):국내산/ 찰쌀: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