

♥6월 주간보호센터 식단표♥

날짜		6/1(화)	6/2(수)	6/3(목)	6/4(금)	6/5(토)	
중 식		잡곡밥(계란죽) 청국장찌개 우쭈불고기 건새우마늘쫄볶음 근대나물 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 유부미소국 로제파스타 돈까스 피클 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 김치찌개 가자미무조림 야채계란찜 청경채나물 배추김치	잡곡밥(새우죽) 알탕 닭갈비 잡채 무나물 배추김치	잡곡밥(버섯죽) 소고기미역국 고등어조림 메추리알곤약조림 콩나물무침 배추김치	
간식		원고구마&식혜	바나나&우유	옥수수스프&모닝빵	단호박죽	롤케익&토마토주스	
아침죽		흑임자죽	순두부죽	백태죽	타락죽	계란죽	
날짜		6/7(월)	6/8(화)	6/9(수)	6/10(목)	6/11(금)	6/12(토)
중 식		잡곡밥(녹두죽) 아욱된장국 돈수육 실곤약야채무침 상추겉절이 배추김치	잡곡밥(닭죽) 육개장 고등어김치찜 새송이버섯볶음 브로콜리숙회 배추김치	잡곡밥(울무죽) 잔치국수 닭봉조림 도토리묵무침 오이나물 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 추어탕 우메란장조림 어묵볶음 돌나물무침 배추김치	잡곡밥(계란죽) 복어채무국 돈김치볶음 두부찜 치커리유자청무침 배추김치	잡곡밥(땅콩죽) 참치김치찌개 우불고기 양배추찜/쌈장 콩나물무침 배추김치
간식		시리얼&우유	원계란&식혜	단호박죽	바나나	치즈케익&두유	유과&토마토주스
아침죽		들깨죽	타락죽	순두부죽	흑임자죽	타락죽	백태죽
날짜		6/14(월)	6/15(화)	6/16(수)	6/17(목)	6/18(금)	6/19(토)
중 식		잡곡밥(울무죽) 김치찌개 우불고기볶음 꽃맛살샐러드 오이나물 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 건새우아욱국 닭갈비 어묵볶음 콩나물무침 배추김치	잡곡밥(녹두죽) 물만두국 짜장면 칠리새우볶음 단무지무침 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 닭개장 갈치조림 청포묵무침 브로콜리야채볶음 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 열무된장국 돈쭈불고기 해파리냉채 감자조림 배추김치	잡곡밥(새우죽) 유부미소국 오리불고기 메추리알곤약조림 숙주나물 배추김치
간식		수박	약과&식혜	만주&당근주스	단호박죽	바나나	순대&쌀음료
아침죽		흑임자죽	타락죽	백태죽	땅콩죽	타락죽	흑임자죽
날짜		6/21(월)	6/22(화)	6/23(수)	6/24(목)	6/25(금)	6/26(토)
중 식		팔팔밥(순두부죽) 소고기미역국 돼지갈비찜 잡채 무나물 배추김치	잡곡밥(울무죽) 우렁된장국 안동찜닭 세벌치볶음 치커리유자청무침 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 잔치국수 돈메란장조림 동태전 오이나물 배추김치	잡곡밥(닭죽) 아욱된장국 오삼불고기 연두부&양념장 깻잎순나물 배추김치	잡곡밥(녹두죽) 갈비탕 김치전 어묵볶음 청경채나물 배추김치	잡곡밥(울무죽) 닭개장 삼치무조림 새송이버섯볶음 시금치나물 배추김치
간식		생선잔치	모닝빵&옥수수스프	황도통조림	마들렌&비피더스	원고구마&두유	원계란&이온음료
아침죽		백태죽	들깨죽	땅콩죽	타락죽	흑임자죽	순두부죽
날짜		6/28(월)	6/29(화)	6/30(수)			
중 식		잡곡밥(옥수수죽) 근대국 돈육김치볶음 두부구이 꽃맛살샐러드 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 어묵국 카레소스 새우튀김 오이나물 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 해물칼국수 오리훈제볶음 계란찜 비름나물 배추김치			
간식		수박	단호박죽	바나나			
아침죽		흑임자죽	땅콩죽	들깨죽			
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/수산물가공품: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