

♥11월 주간보호센터 식단표♥

날짜					11/1(금)	11/2(토)
중식					잡곡밥(단호박죽) 우렁된장찌개 소갈비찜 실곤약야채무침 가지양파볶음 배추김치	잡곡밥 근대국 우낙당면볶음 느타리버섯볶음 청경채나물 배추김치
간식					단호박죽	생바나나주스&유과
아침죽					계란죽	땅콩죽
날짜	11/4(월)	11/5(화)	11/6(수)	11/7(목)	11/8(금)	11/9(토)
중식	잡곡밥(계란야채죽) 어묵국 찜닭 세멸치볶음 툇두부무침 배추김치	잡곡밥(울무죽) 콩비지찌개 갈치양념조림 옛날소세지전 부추나물 배추김치	잡곡밥(쇠고기죽) 갈비탕 새우칠리볶음 연두부*양념장 새송이들깨볶음 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 차돌박이된장찌개 삼치테리야끼소스구이 청포묵김치무침 새우살애호박볶음 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 알탕 돈갈비양념찜 꽃맛살샐러드 구운김*양념장 배추김치	잡곡밥(버섯죽) 쇠고기국 임연수무조림 야채계란찜 고사리나물 배추김치
간식	만주&당근주스	배	순대&아침햇살	팥죽	찜고구마&멸균우유	카스텔라&야채주스
아침죽	땅콩죽	흑임자죽	타락죽	순두부죽	참치죽	맛살죽
날짜	11/11(월)	11/12(화)	11/13(수)	11/14(목)	11/15(금)	11/16(토)
중식	잡곡밥(소고기죽) 건새우아욱국 돈수육 비빔국수 상추겉절이 배추김치	팔찰밥(울무죽) 쇠고기미역국 아귀찜 감자샐러드 시금치나물 배추김치	잡곡밥(닭죽) 해물칼국수 김치전 우체느타리버섯볶음 도토리묵무침 배추김치	잡곡밥(미역죽) 청국장 제육볶음 메란곤약조림 매콤콩나물무침 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 닭개장 가자미무조림 로세스파게티 오이나물 배추김치	잡곡밥(표고버섯죽) 콩비지찌개 우불고기 건새우마늘쫀볶음 가지나물 배추김치
간식	옥수수스프&모닝빵	생신간지	굴	찜감자&요구르트	녹두죽	찜계란&식혜
아침죽	흑임자죽	타락죽	순두부죽	타락죽	백태죽	땅콩죽
날짜	11/18(월)	11/19(화)	11/20(수)	11/21(목)	11/22(금)	11/23(토)
중식	잡곡밥(매생이죽) 꽃게된장국 돈갈비김치찜 연근조림 치커리유자청무침 배추김치	잡곡밥(닭죽) 육개장 고등어무조림 계란두부전*양념장 고구마순나물 배추김치	잡곡밥(새우죽) 표고계란국 돈육카레 왕새우튀김 도토리묵무침 배추김치	잡곡밥(야채죽) 바지락콩나물국 닭갈비 관자야채볶음 돈나물초무침 배추김치	잡곡밥(백태죽) 사골곰탕 코다리무조림 소시지야채볶음 해파리냉채 배추김치	잡곡밥(흑임자죽) 순두부찌개 우육청경채볶음 크래미버섯볶음 참나물무침 배추김치
간식	머핀&두유	단호박죽	황도통조림	감자샐러드모닝빵&우유	바나나	마들렌&사과주스
아침죽	타락죽	두부죽	들깨죽	땅콩죽	흑임자죽	쇠고기죽
날짜	11/25(월)	11/26(화)	11/27(수)	11/28(목)	11/29(금)	11/30(토)
중식	잡곡밥(들깨죽) 청국장 오리불고기 잡채 양배추쌈 배추김치	잡곡밥(순두부죽) 유부장국 찜스테이크 건새우마늘쫀볶음 과일샐러드 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 짜장면/찜빵국 탕수육 마파두부 단무지무침 배추김치	잡곡밥(매생이죽) 순두부찌개 동태무조림 감자샐러드 청경채나물 배추김치	잡곡밥(새우죽) 추어탕 콩불 세멸치볶음 브로컬리초회 배추김치	잡곡밥(굴죽) 북어채무국 안동찜닭 미니새송이들깨볶음 갯잎순나물 배추김치
간식	영양전복죽	고구마게익&유자차	곤드레메밀전병	플레인요거트	호두과자&검은콩두유	단호박찜&수정과
아침죽	순두부죽	타락죽	들깨죽	고구마죽	야채죽	백태죽
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