

♥05월 주간보호센터 식단표♥

날짜			5/1(수)	5/2(목)	5/3(금)	5/4(토)
중 식			잡곡밥(들깨야채죽) 청국장찌개 떡갈비조림 김치양배추전 시금치나물 배추김치	잡곡밥(계란국) 어묵국 닭살야채볶음 돈육카레소스 참나물들깨무침 배추김치	잡곡밥(맛살죽) 순두부찌개 우육불고기 갯잎전 마늘쫀세멸치볶음 배추김치	잡곡밥(참치죽) 들깨토란국 훈제오리볶음 참치김치볶음 부추나물 배추김치
간식			팥죽	바나나	단호박죽	유과&미숫가루우유
아침죽			순두부죽*김치	들깨죽*김치	타락죽*김치	백태죽*김치
날짜	5/6(월)	5/7(화)	5/8(수)	5/9(목)	5/10(금)	5/11(토)
중 식	잡곡밥(녹두죽) 연포탕 돈수육 비빔국수 상추겉절이 배추김치	잡곡밥(전복죽) 해산물닭백숙 우육김치볶음 감자채전 과일샐러드 열무김치	잡곡밥(참치죽) 복어채무국 오리불고기 로제스파게티 단호박샐러드 배추김치	잡곡밥(계란죽) 두부된장국 닭살조림 어묵볶음 오이무침 배추김치	잡곡밥(닭죽) 우동장국 강된장찜 야채계란찜 머위나물무침 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 매생이열갈이국 돈육김치볶음 두부강정 콩나물무침 배추김치
간식	시리얼&우유	쌀쿠키&라벤다차	설기&대추차	플레이노요거트	마들렌&두유	팥죽
아침죽	땅콩죽*김치	타락죽*김치	순두부죽*김치	흑임자죽*김치	땅콩죽*김치	백태죽*김치
날짜	5/13(월)	5/14(화)	5/15(수)	5/16(목)	5/17(금)	5/18(토)
중 식	팔찰밥(율무죽) 소고기미역국 돈육야채찜 파프리카잡채 연두부 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 추어탕 동태무조림 새우칠리볶음 구이김 배추김치	열무비빔밥(맛살죽) 들깨토란국 스크림블에그 강된장찜 마늘쫀세멸치볶음 배추김치	잡곡밥(녹두죽) 육개장 삼치테리야끼구이 돈육짜장소스 들깨무나물볶음 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 사골곰탕 돈육김치볶음 해물부추전 썩갓두부무침 배추김치	잡곡밥(새우죽) 콩나물국 오리불고기 새우살버터구이 열갈이된장무침 배추김치
간식	생신잔치	단호박죽	피자&이온음료	유과&식혜	메밀전병&영양차	카스테라&두유
아침죽	흑임자죽*김치	타락죽*김치	백태죽*김치	땅콩죽*김치	순두부죽*김치	흑임자죽*김치
날짜	5/20(월)	5/21(화)	5/22(수)	5/23(목)	5/24(금)	5/25(토)
중 식	잡곡밥(표고버섯죽) 콩비지찌개 우육불고기 두부조림 과일샐러드 배추김치	팔찰밥(새우죽) 들깨미역국 가자미무조림 버섯잡채 도토리묵무침 배추김치	잡곡밥(전복죽) 갈비탕 관자야채볶음 어묵메추리알조림 들깨무나물볶음 배추김치	잡곡밥(맛살죽) 잔치국수 오징어볶음 새우살애호박볶음 시금치나물 배추김치	잡곡밥(율무죽) 표고계란국 우육숙주볶음 김치참치전 오이무침 배추김치	잡곡밥(닭죽) 건새우아육국 돈육낙지볶음 맛살계란찜 상추겉절이 배추김치
간식	유과&수정과	비빔면&이온음료	순대&식혜	황도통조림	단호박죽	롤케익&두유
아침죽	백태죽*김치	들깨죽*김치	땅콩죽*김치	타락죽*김치	흑임자죽*김치	순두부죽*김치
날짜	5/27(월)	5/28(화)	5/29(수)	5/30(목)	5/31(금)	
중 식	잡곡밥(소고기죽) 들깨시락국 오리불고기 어묵메추리알조림 머위나물무침 배추김치	잡곡밥(계란죽) 우동 돈육간장조림 왕새우튀김 야채샐러드 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 나가사끼짬뽕국 돈육카레소스 두부강정 단호박샐러드 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 매생이열갈이국 닭살야채볶음 감자채전 숙주나물 배추김치	잡곡밥(미역죽) 두부된장국 돈수육 비빔국수 상추겉절이 배추김치	
간식	연두부&양념장	만주&매실주스	쌀쿠키&두유	팥죽	바나나	
아침죽	흑임자죽*김치	땅콩죽*김치	순두부죽*김치	백태죽*김치	타락죽*김치	
원산지	쌀(밥,죽,누룽지):국내산/참쌀:국내산/현미:국내산/흑미:국내산/꽃게:중국산/낙지:베트남산 조기:시에라리온산/미꾸라지:중국산/김치류(배추, 무, 고추가루):국내산/갈치:모로코산 고등어:국내산/명태,코다리,동태:러시아산/오징어:국내산/청국장:미국산 열갈이, 봄동, 알매기 배추: 국내산/콩가루(백태죽):중국산/콩(두부류,콩비지,콩국수):수입산 돈육:국내산/우육:호주산/계육:국내산/오리:국내산/한우잡뼈:국내산(사골곰탕)					

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