

10월 1주 식 단 표

구 분					금(10/1)	토(10/2)	일(10/3)
행복을 여는 아침 간식					흰쌀밥/죽 청국장 옥수수계란찜 연근조림 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 사각어묵국 가자미무조림 땅콩조림 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 시래기국 돼지마늘짬뽕음 미트볼라따뚜이 김구이 배추김치
간식					곡물차	블루베리 홍차	율무차
정성이 가득한 점심					흰쌀밥/죽 부대찌개 소고기당면조림 도라지볶음 양념깻잎지 배추김치	흰쌀밥/죽 북어무국 간장불고기 고구마조림 단배추생채 배추김치	흰쌀밥/죽 김치콩나물국 고등어구이 마파두부 열무나물 배추김치
간식					사과	파인애플	배
건강을 생각하는 저녁					흰쌀밥/죽 알탕 함박폭찹 메밀막국수 호박볶음 배추김치	흰쌀밥/죽 맑은미역국 닭가슴살볶음 매콤우엉채무침 열무겉절이 배추김치	흰쌀밥/죽 감자호박국 훈제오리볶음 검정콩조림 오이생채 배추김치

※ 쌀, 김치, 고추가루, 마늘, 소고기, 돼지고기, 멸치, 오징어 : 국내산. 조기,갈치,가자미,아구,코다리:수입산. 기타야채류, 해산물 : 국내산/수입산.

※ 위 식단은 식품수급 사정에 따라 변경될 수 있으며, 보호자나 수급자의 요구에 의해 식단 조절을 할 수 있습니다.※

♣ 현대그린푸드 식단표 제공받음 ♣

※ 식사제공 방법 ① 연식(죽) 제공 - 객상윤 (추가로 뉴케어 수시로 제공토록 함) ② 일반식 - 연식 외 모든 수급자

10월 2주 식 단 표

구 분	월(10/4)	화(10/5)	수(20/6)	목(10/7)	금(10/8)	토(10/9)	일(10/10)
영복을 여는 아침	흰쌀밥/죽 재첩국 매콤소불고기 느타리어묵볶음 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 조랭이떡국 메알돈장조림 브로콜리맛살무침 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 닭곰탕 너비아니계란전 땅콩조림 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 들깨무채국 오리훈제볶음 호박나물 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 아욱된장국 물만두찜 파리멸치볶음 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 샤브샤브국 가자미카레구이 청포묵무침 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 꽃게탕 오징어볶음 열무겉절이 김구이 배추김치
간식	유자차	국물차	울무차	유자차	국물차	블루베리 홍차	울무차
정성이 가득한 점심	흰쌀밥/죽 미소시루 돈까스/소스 참치감자조림 오이소박이 배추김치	흰쌀밥/죽 도토리묵탕 안동찜닭 부들어묵볶음 열무생채 배추김치	흰쌀밥/죽 육개장 순대야채볶음 연두부/양념장 청경채사과무침 배추김치	흰쌀밥/죽 건새우콩나물국 짜장볶음우동 탕수육 단무지무침 배추김치	흰쌀밥/죽 짬뽕국 메알돈장조림 고구마맛탕 숙주나물 배추김치	흰쌀밥/죽 잔치국수 양념장 두부양념조림 오이스틱/쌈장 배추김치	흰쌀밥/죽 소고기국 닭정육볶음 콘치즈 양상추샐러드 배추김치
간식	푸딩	사과	삶은고구마	포도	바나나	멜론	파인애플
건강을 생각하는 저녁	흰쌀밥/죽 동태매운탕 김치손만두찜 오징어실채무침 툇야채무침 배추김치	흰쌀밥/죽 양념장 단배추된장국 고등어구이 건파래볶음 배추김치	흰쌀밥/죽 돼지김치찌개 오징어부추전 연근조림 세발나물무침 배추김치	흰쌀밥/죽 아귀지리 계란찜 마파가지 참나물생채 배추김치	흰쌀밥/죽 감자다시마국 달걀비 단호박떡볶이 부추겉절이 배추김치	흰쌀밥/죽 배추된장국 돈불고기 새우젓애호박볶음 마시마채무침 배추김치	흰쌀밥/죽 김치수제비국 갈치구이 미역줄기볶음 실곤약야채무침 배추김치

※ 쌀, 김치, 고추가루, 마늘, 소고기, 돼지고기, 멸치, 오징어 : 국내산. 조기,갈치,가자미,아구,코다리:수입산. 기타야채류, 해산물 : 국내산/수입산.

※ 위 식단은 식품수급 사정에 따라 변경될 수 있으며, 보호자나 수급자의 요구에 의해 식단 조절을 할 수 있습니다.※

♣ 현대그린푸드 식단표 제공받음 ♣

※ 식사제공 방법 ① 연식(죽) 제공 - 객상윤 (추가로 뉴케어 수시로 제공토록 함) ② 일반식-연식 외 모든 수급자

10월 3주 식 단 표

구 분	월(10/11)	화(10/12)	수(10/13)	목(10/14)	금(10/15)	토(10/16)	일(10/17)
행복을 여는 아침	흰쌀밥/죽 들깨미역국 우불고기볶음 호박나물 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 건새우아욱국 가자미구이 검정콩조림 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 콩나물국 두부양념조림 참치야채볶음 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 소고기볶음 계란찜 양상추흑임자샐러드 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 육개장 닭가슴살볶음 브로콜리무침 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 나가사끼짬뽕국 떡갈비조림 탕평채 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 들깨버섯탕국 돈불고기 호두멸치볶음 김구이 배추김치
간식	유자차	곡물차	울무차	유자차	곡물차	블루베리 홍차	울무차
생성이 가득한 점심	흰쌀밥/죽 어묵국 토마토스파게티 미트볼조림 아삭고추무침 배추김치	비빔밥/죽 약고추장 순두부국 달걀비 배추김치	흰쌀밥/죽 미니우동 함박폭찹 진미도라지무침 치커리/마요 배추김치	흰쌀밥/죽 꽃게탕 돼지불고기 감자샐러드 해초오이무침 배추김치	흰쌀밥/죽 호박된장국 고등어구이 무채떡볶이 양배추겉절이 배추김치	흰쌀밥/죽 계란국 미니돈까스 비빔면 무생채 배추김치	흰쌀밥/죽 고추장찌개 닭가슴살볶음 우엉어묵볶음 다시마튀각 배추김치
간식	사과	수박	복숭아	삶은감자	자두	요구르트	바나나
건강을 생각하는 저녁	흰쌀밥/죽 콩가루김치국 두부계란구이 죽순표고볶음 고시래기무침 배추김치	흰쌀밥/죽 고사리해장국 병어무조림 햄야채볶음 얼갈이무생채 배추김치	흰쌀밥/죽 닭곰탕 오징어초무침 부추전 알감자조림 배추김치	흰쌀밥/죽 참치김치찌개 훈제오리볶음 콩나물당면무침 열무생채 배추김치	흰쌀밥/죽 아귀지리 돈육매운장조림 연근조림 돌나물/초장 배추김치	흰쌀밥/죽 소고기국 매콤동태조림 비름나물무침 가지찜/양념장 배추김치	흰쌀밥/죽 채첩국 마파두부 돈채야채볶음 건취나물무침 배추김치

※ 쌀, 김치, 고추가루, 마늘, 소고기, 돼지고기, 멸치, 오징어 : 국내산. 조기,갈치,가자미,아구,코다리:수입산. 기타야채류, 해산물 : 국내산/수입산.

※ 위 식단은 식품수급 사정에 따라 변경될 수 있으며, 보호자나 수급자의 요구에 의해 식단 조절을 할 수 있습니다.※

♣ 현대그린푸드 식단표 제공받음 ♣

※ 식사제공 방법 ① 연식(죽) 제공 - 객상윤 (추가로 뉴케어 수시로 제공토록 함) ② 일반식 - 연식 외 모든 수급자

10월 4주 식 단 표

구 분	월(10/18)	화(10/19)	수(10/20)	목(10/21)	금(10/22)	토(10/23)	일(10/24)
영복을 여는 아침	흰쌀밥/죽 시래기된장국 소고기볶음 숙주무침 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 소고기탕국 조기구이 고사리볶음 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 새알미역국 떡갈비전 궁채들깨볶음 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 돈사골우거지국 두부계란구이 메콤볼어묵볶음 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 동태국 미니돈까스조림 얼갈이된장무침 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 떡만두국 콩단백볶음 느타리버섯볶음 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 소고기된장국 너비아니전 돌나물생채 김구이 배추김치
간식	유자차	곡물차	울무차	유자차	곡물차	블루베리 홍차	울무차
평생이 가득한 점심	흰쌀밥/죽 달걀장 잡채 동그랑땡전 참나물생채 배추김치	흰쌀밥/죽 사골떡 갈비찜 무생채 건취나물무침 배추김치	흰쌀밥/죽 감자된장국 수육 무말랭이지 고추쌈장무침 배추김치	흰쌀밥/죽 순두부국 돼지불고기 야채고로케 도토리묵무침 배추김치	흰쌀밥/죽 꽃게된장국 비빔만두 계란찜 파래자반 배추김치	흰쌀밥/죽 재첩국 돈부리덮밥 콩나물어묵볶음 치커리유자청무침 배추김치	흰쌀밥/죽 매생이오징어국 소불고기 땅콩조림 열무된장국 배추김치
간식	바나나	사과	배	삶은계란	사과	굴	요플레
건강을 생각하는 저녁	흰쌀밥/죽 꽃게탕 오징어초무침 배추전 연근흑임자무침 배추김치	흰쌀밥/죽 모듬어묵국 훈제오리볶음 도라지무침 치커리생채 배추김치	흰쌀밥/죽 콩나물국 갈치구이 궁중떡볶이 양념갯잎지 배추김치	흰쌀밥/죽 아욱된장국 순살닭볶음 단호박찜 미역초무침 배추김치	흰쌀밥/죽 순대국밥 오징어돌나물/초장 감자연근맛탕 시금치무침 배추김치	흰쌀밥/죽 계란국 생선까스/머스타드 젓갈무침 양상추샐러드 배추김치	흰쌀밥/죽 김치콩나물국 콩치우거지조림 새이피망볶음 오이생채 배추김치

※ 쌀, 김치, 고추가루, 마늘, 소고기, 돼지고기, 멸치, 오징어 : 국내산. 조기,갈치,가자미,아구,코다리:수입산. 기타야채류, 해산물 : 국내산/수입산.

※ 위 식단은 식품수급 사정에 따라 변경될 수 있으며, 보호자나 수급자의 요구에 의해 식단 조절을 할 수 있습니다.※

♣ 현대그린푸드 식단표 제공받음 ♣

※ 식사제공 방법 ① 연식(죽) 제공 - 객상윤 (추가로 뉴케어 수시로 제공토록 함) ② 일반식 - 연식 외 모든 수급자

10월 5주 식 단 표

구 분	월(10/25)	화(10/26)	수(10/27)	목(10/28)	금(10/29)	토(10/30)	일(10/31)
영복을 여는 아침	흰쌀밥/죽 소고기미역국 메알곤약조림 참나물겉절이 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 청국장 스크램블에그 단배추무침 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 옥수수스프 함박스테이크볶침 양상추샐러드 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 오징어무국 소불고기 도토리묵김치무침 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 뼈없는감자탕 마파두부 고사리볶음 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 동태국 맛살계란찜 부추겉절이 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 만둣국 참치감자조림 콩단백볶음 김구이 배추김치
간식	유자차	국물차	울무차	유자차	국물차	블루베리 홍차	울무차
정성이 가득한 점심	흰쌀밥/죽 김치순두부국 한식잡채 깎풍기 염다시마쌈/초장 배추김치	곤드레밥/죽 양념장 시래기된장국 가자미엿장조림 무생채 배추김치	흰쌀밥/죽 많은미역국 카레라이스 땅콩연근조림 치커리유자무침 배추김치	흰쌀밥/죽 유부장국 생선까스/타르 가지두반장볶음 오이소박이 배추김치	흰쌀밥/죽 버섯들깨탕 콩나물불고기 브로콜리햄볶음 멸치볶음 배추김치	흰쌀밥/죽 숙주유부국수 /양념장 동그랑땡전 배추김치	흰쌀밥/죽 복어무국 짜장소스 잡채어묵볶음 깎잎지 배추김치
간식	굴	두유	바나나	삶은감자	사과	파인애플	배
건강을 생각하는 저녁	흰쌀밥/죽 들깨무채국 돼지불고기 감자조림 건새우마늘쫄무침 배추김치	흰쌀밥/죽 배추국 훈제오리참나물무침 호박볶음 어슷우엉조림 배추김치	흰쌀밥/죽 짬뽕국 고추잡채/꽃빵 두부계란전 열무겉절이 배추김치	흰쌀밥/죽 고추장찌개 동그랑땡구이 달걀겨자무침 양념깎잎지 배추김치	흰쌀밥/죽 육개장 오징어볶음 양배추찜/쌈장 오징어젓갈무침 배추김치	흰쌀밥/죽 청포묵탕 고등어튀김 과일샐러드 열무두부무침 배추김치	흰쌀밥/죽 건새우아욱국 소고기볶음 고추장애송이볶음 오이생채 배추김치

※ 쌀, 김치, 고추가루, 마늘, 소고기, 돼지고기, 멸치, 오징어 : 국내산. 조기,갈치,가자미,아구,코다리:수입산. 기타야채류, 해산물 : 국내산/수입산.

※ 위 식단은 식품수급 사정에 따라 변경될 수 있으며, 보호자나 수급자의 요구에 의해 식단 조절을 할 수 있습니다.※

♣ 현대그린푸드 식단표 제공받음 ♣

※ 식사제공 방법 ① 연식(죽) 제공 - 객상윤 (추가로 뉴케어 수시로 제공토록 함) ② 일반식 - 연식 외 모든 수급자