

11월 1주 식 단 표

구 분	월(11/1)	화(11/2)	수(11/3)	목(11/4)	금(11/5)	토(11/6)	일(11/7)
행복을 여는 아침 간식	흰쌀밥/죽 홍합미역국 떡갈비볶음 마늘쫄무침 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 어묵국 소불고기 고추잎지무침 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 닭개장 돈채야채볶음 브로콜리흑임자무침 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 건새우아욱국 훈제오리야채볶음 오이생채 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 두부된장국 카레라이스 진미도라지무침 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 닭곰탕 우채볶음 잔멸치겉잎조림 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 북어무국 해물동그랑땡전 시금치무침 김구이 배추김치
간식	유자차	국물차	율무차	유자차	국물차	블루베리 홍차	율무차
정성이 가득한 점심	흰쌀밥/죽 콩나물국 돈까스/소스 온수수콘샐러드 단배추겉절이 배추김치	흰쌀밥/죽 돈등뼈우거지감자탕 두부양념조림 부추겉절이 김구이/양념장 배추김치	흰쌀밥/죽 짬뽕국 짜장소스 춘권구이 치커리단무지무침 배추김치	흰쌀밥/죽 순두부김치국 짬뽕 연근조림 열무생채 배추김치	흰쌀밥/죽 맑은미역국 느타리두루치기 땅콩조림 양상추샐러드 배추김치	흰쌀밥/죽 설렁탕 메추리알장조림 아삭고추쌈장무침 배추김치	흰쌀밥/죽 버섯들깨탕 치킨텐더 양대콩조림 얼갈이무생채 배추김치
간식	굴	두유	바나나	삶은감자	사과	파인애플	배
건강을 생각하는 저녁	흰쌀밥/죽 만둣국 열기무조림 느타리들깨볶음 참나물생채 배추김치	흰쌀밥/죽 김치수제비국 야채계란말이 홍합무조림 열무나물 배추김치	흰쌀밥/죽 샤브샤브국 병어무조림 스크램블에그 얼갈이생채 배추김치	흰쌀밥/죽 육개장 오징어떡볶음 멕시코샐러드 비름나물무침 배추김치	흰쌀밥/죽 동태국 탕수육/소스 감자조림 호박새우젓볶음 배추김치	흰쌀밥/죽 고추장찌개 돈부리덮밥 건고구마줄기볶음 청포묵무침 배추김치	흰쌀밥/죽 부대찌개 고등어구이 콩나물당면무침 열무무침 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 - 곽상윤,김태연,박동준 (추가로 뉴케어 수시로 제공토록 함) ② 일반식 - 연식 외 모든 수급자

11월 2주 식 단 표

구 분	월(11/8)	화(11/9)	수(11/10)	목(11/11)	금(11/12)	토(11/13)	일(11/14)
영복을 여는 아침	흰쌀밥/죽 새우순두부국 소불고기 브로콜리맛살볶음 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 소고기무국 스크램블에그 궁채볶음 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 수제비들깨국 닭카레소스 얼갈이무침 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 꽃게탕 메추리알장조림 호박볶음 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 감자된장국 갈치구이 유부맛살무침 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 배추속대국 돈야채볶음 상추겉절이 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 조랭이미역국 떡갈비조림 콩나물무침 김구이 배추김치
간식	유자차	국물차	울무차	유자차	국물차	블루베리 홍차	울무차
정성이 가득한 점심	흰쌀밥/죽 물만두국 돼지두루치기 과일샐러드 치커리/소스 배추김치	흰쌀밥/죽 근대된장국 약고추장 고등어무조림 배추김치	흰쌀밥/죽 계란부추국 탕수육/소스 교동식어묵 열무생채 배추김치	흰쌀밥/죽 떡국 매콤순대볶음 연두부/양념장 오이무침 배추김치	흰쌀밥/죽 미소시루 계란찜 돈채우영볶음 부추겉절이 배추김치	흰쌀밥/죽 어묵국 마파두부 미트볼떡조림 단배추생채 배추김치	흰쌀밥/죽 부대찌개 계란말이 참치감자조림 해초무침 배추김치
간식	푸딩	사과	삶은고구마	포도	바나나	멜론	파인애플
건강을 생각하는 저녁	흰쌀밥/죽 맑은미역국 훈제오리김치볶음 가지무침 오이생채 배추김치	흰쌀밥/죽 고사리해장국 분홍소시지전 새송이버섯볶음 깻잎순조림 배추김치	흰쌀밥/죽 청국장찌개 죽순우채볶음 비빔면 단배추겉절이 배추김치	흰쌀밥/죽 콩나물국 닭도리탕 청포묵무침 참나물생채 배추김치	흰쌀밥/죽 참치추어탕 소고기볶음 감자조림 마늘쫄무침 배추김치	흰쌀밥/죽 바지락순두부국 가자미조림 마카로니샐러드 열무된장무침 배추김치	흰쌀밥/죽 닭개장 두부전 견과류멸치볶음 청방겉절이 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 - 곽상윤,김태연,박동준 (추가로 뉴케어 수시로 제공토록 함) ② 일반식-연식 외 모든 수급자

11월 3주 식 단 표

구 분	월(11/15)	화(11/16)	수(11/17)	목(11/18)	금(11/19)	토(11/20)	일(11/21)
행복을 여는 아침	흰쌀밥/죽 콩나물국 동태무조림 어슷우영조림 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 오징어무국 춘권구이 단배추무침 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 소고기무국 멸치볶음 시금치무침 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 닭곰탕 갈치구이 호박볶음 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 어묵국 날치알계란찜 도라지무침 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 모듬버섯국 소불고기 오이생채 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 맑은미역국 두부계란전 마늘쫄무침 김구이 배추김치
간식	유자차	국물차	울무차	유자차	국물차	블루베리 홍차	울무차
생명이 가득한 점심	흰쌀밥/죽 단배추된장국 닭도리탕 애송이양념볶음 양상추샐러드 배추김치	흰쌀밥/죽 소고기미역국 메추리알장조림 미더덕콩나물찜 참나물생채 배추김치	흰쌀밥/죽 북어국 스크램블에그 짜장떡볶이 브로콜리/초장 배추김치	흰쌀밥/죽 돈육김치찌개 함박폭찹 감자샐러드 단배추겉절이 배추김치	흰쌀밥/죽 재첩무국 간장불고기 실곤약무침 양배추찜/쌈장 배추김치	흰쌀밥/죽 잔치국수 /양념장 손만두 배추김치	흰쌀밥/죽 만두국 열기조림 야채고로케 어슷우영볶음 배추김치
간식	사과	굴	배	삶은감자	카스테라	요구르트	바나나
건강을 생각하는 저녁	흰쌀밥/죽 들깨수제비국 돈불고기 고구마조림 열무생채 배추김치	흰쌀밥/죽 꽃게탕 가자미엿장조림 감자채볶음 목이오이초무침 배추김치	흰쌀밥/죽 유부국 훈제오리볶음 연근고추장조림 유채겉절이 배추김치	흰쌀밥/죽 떡국 카레라이스 우영채튀김조림 콩나물무침 배추김치	흰쌀밥/죽 청국장 고등어김치조림 어묵볶음 치커리사과무침 배추김치	흰쌀밥/죽 홍합순두부국 간풍강정 맛살겨자무침 우거지조림 배추김치	흰쌀밥/죽 오징어무국 돈채볶음 가지나물 양배추흑임자무침 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 - 곽상윤,김태연,박동준 (추가로 뉴케어 수시로 제공토록 함) ② 일반식 - 연식 외 모든 수급자

11월 4주 식 단 표

구 분	월(11/22)	화(11/23)	수(11/24)	목(11/25)	금(11/26)	토(11/27)	일(11/28)
영복을 여는 아침	흰쌀밥/죽 소고기국 메알곤약조림 열무된장나물 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 청국장 훈제오리볶음 참나물겉절이 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 시금치홍합된장국 함박스테이크볶음 가지굴소스볶음 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 오징어무국 마파두부 느타리버섯볶음 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 떡국 생선까스/타르소스 건새우마늘짬볶음 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 알탕 닭가슴살조림 취나물볶음 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 만두국 참치감자조림 단배추겉절이 김구이 배추김치
간식	유자차	곡물차	울무차	유자차	곡물차	블루베리 홍차	울무차
생명이 가득한 점심	흰쌀밥/죽 콩나물국 코다리무조림 두부구이 도토리묵무침 배추김치	흰쌀밥/죽 맑은미역국 부추간장 야채비빔만두 배추김치	흰쌀밥/죽 육개장 한식잡채 연근조림 치커리유자청무침 배추김치	흰쌀밥/죽 들깨무채국 돼지갈비떡조림 마늘고추지 통배추/쌈장 배추김치	흰쌀밥/죽 순두부계란국 곤치즈 쫄면 호박볶음 배추김치	흰쌀밥/죽 단배추된장국 미니돈까스조림 감자샐러드 모닝빵 배추김치	흰쌀밥/죽 북어무국 카레라이스 잡채어묵볶음 양념깻잎지 배추김치
간식	바나나	사과	배	삶은계란	사과	굴	요플레
건강을 생각하는 저녁	흰쌀밥/죽 무채국 돼지불고기 감자범벅 미나리곤약무침 배추김치	흰쌀밥/죽 호박수제비국 콩치우거지조림 양배추찜/쌈장 오징어젓갈무침 배추김치	흰쌀밥/죽 아귀지리 꽃도리탕 검정콩조림 열무겉절이 배추김치	흰쌀밥/죽 고추장찌개 감자완자전 메알꽃맛샐러드 파래무침 배추김치	흰쌀밥/죽 콩가루배추국 또띠아 볼어묵양념볶음 어슷우영조림 배추김치	흰쌀밥/죽 매생이국 고등어튀김 떡볶이 열무두부무침 배추김치	흰쌀밥/죽 건새우아욱국 우물고기 애송이볶음 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 - 곽상윤,김태연,박동준 (추가로 뉴케어 수시로 제공토록 함) ② 일반식 - 연식 외 모든 수급자

11월 5주 식 단 표

구 분	월(11/29)	화(11/30)					
행복을 여는 아침	흰쌀밥/죽 순두부맑은국 닭가슴살볶음 우영조림 김구이 배추김치	흰쌀밥/죽 손만두국 메추리알조림 무생채 김구이 배추김치					
간식	유자차	국물차					
정성이 가득한 점심	흰쌀밥/죽 김치콩나물국 간장불고기 쌈무 열무겉절이 배추김치	흰쌀밥/죽 부대찌개 오징어볶음 동그랑땡전 단배추생채 배추김치					
간식	굴	두유					
건강을 생각하는 저녁	흰쌀밥/죽 들깨무채국 코다리감자조림 부추전 가지나물 배추김치	흰쌀밥/죽 조갯살미역국 찜닭 마카로니샐러드 콩나물무침 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 - 곽상윤,김태연,박동준 (추가로 뉴케어 수시로 제공토록 함) ② 일반식 - 연식 외 모든 수급자