10월 식단표 (10월 5일 ~ 10월 11일)

				대체식단	간식
월요일 10월 5일	쌀밥/흰죽 계란떡국 순두부양념조림 호박채볶음 고춧잎무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 얼큰버섯찌개 뿌리채소카레소스 참나물겉절이 도토리묵&양념장 배추김치	흰쌀밥 감자수제비국 가자미살무조림 고사리볶음 근대나물 배추김치		단호박죽
화요일 10월 6일	쌀밥/흰죽 누룽지탕 돈육장조림 열무나물 무짠지채무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 배추된장국 코다리찜 볼어묵조림 치커리무침 배추김치	흰쌀밥 오징어무국 닭살야채볶음 실곤약야채무침 가지무침 배추김치		참붕어빵 망고주스
수요일 10월 7일	쌀밥/흰죽 황태해장국 스팸감자짜글이 느타리초무침 조미김 배추김치	잡곡밥/영양죽 쇠고기우거지국 크림스파게티 단호박찜 무말랭이무침 배추김치	흰쌀밥 청경채된장국 돈육파프리카볶음 상추겉절이 도라지채볶음 배추김치		짜먹는양갱 요구르트
목요일 10월 8일	쌀밥/흰죽 크림스프 계란말이 청경채나물 오복채무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 물만두국 언양식바싹돈불고기 오이무침 꽃맛살샐러드 배추김치	흰쌀밥 맑은미역국 오리훈제피망볶음 부추무침 바지락살무조림 배추김치		영양가득 미숫가루두유
금요일 10월 9일	쌀밥/흰죽 쇠고기대파국 두부양념조림 열무나물 다진오징어젓갈무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 아욱국 고추장돈육볶음 오이고추쌈장무침 롯두부무침 배추김치	흰쌀밥 맑은호박국 방어살무조림 양배추파프리카볶음 양념깻잎지무침 배추김치		요플레 (플레인)
토요일 10월 10일	쌀밥/흰죽 누룽지탕 돈민찌야채볶음 얼갈이나물 파래자반 배추김치	잡곡밥/영양죽 콩나물국 야채계란찜 올방개묵&양념장 감자채볶음 배추김치	흰쌀밥 유채된장국 닭가슴살굴소스볶음 우엉채조림 브로콜리&숙회 배추김치		바나나
일요일 10월 11일	쌀밥/흰죽 사골곰탕 어묵우엉볶음 쥬키니호박볶음 고들빼기무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 콩비지찌개 돈육고구마조림 미역줄기볶음 모듬야채겉절이 배추김치	흰쌀밥 시래기추어탕 컬리플라워맛살볶음 근대나물 미니새송이조림 배추김치		검은콩두유

★원산지 표시:쌀(국내산),혼합잡곡(국내산/외국산),누룽지(쌀:국내산),두부/연두부/순두부(콩:외국산),비지(대두:외국산),포기김치(배추:중국산,고춧가루:중국산,알배기(국산&수입산)),돼지고기(국내산),소고기(호주산),닭(국내산),오리훈제(중국산),조기(국산),코다리/동태(러시아산),오징어(칠레),꼬막(국산),꽃게(중국산),바지락살(중국산),참치캔(가다랑어:원양산),가자미(미국),방어(국산),양볼락(중국),오징어젓갈(중국산),물만두(밀:미국,캐나다,돼지고기:국내산),언양식불고기(돼지고기:국산)추어탕(무청시래기:국산,미꾸라지:국산),사골엑기스(사골추출물농축:호주산)

★제일요양원-풀무원푸드머스 특특인천점

★위 메뉴는 식재료의 수급 상태 및 식당 사정에 따라 달라질 수 있습니다. 맛있게 드시고 건강하세요 !!