10월 식단표 (10월 12일 ~ 10월 18일)

				대체식단	간식
월요일 10월 12일	쌀밥/흰죽 당근크림스프 참치야채볶음 얼갈이나물 다진무말랭이무침 배추김치	쇠고기표고밥 무채된장국 닭갈비 구운김&양념장 치커리유자청무침 배추김치	흰쌀밥 고추장찌개 계란장조림 숙주당근무침 어묵마늘쫑볶음 배추김치		카스타드 쿨피스
화요일 10월 13일	쌀밥/흰죽 누룽지탕 고기완자난스 쑥갓나물 새우젓양념무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 들깨수제비국 매콤돈사태조림 느타리버섯볶음 비트무생채 배추김치	흰쌀밥 알탕찌개 돈채가지두반장볶음 단배추나물 톳두부무침 배추김치		퓨레뜨푸딩 (포도)
수요일 10월 14일	쌀밥/흰죽 오징어무국 우유스크램블에그 콩나물무침 양념깻잎지무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 유채된장국 쇠고기불고기 배추찜 삼색묵무침 배추김치	흰쌀밥 들기름미역국 순살아귀무조림 브로콜리&숙회 감자채볶음 배추김치		비피더스 (사과)
목요일 10월 15일	쌀밥/흰죽 팽이미소장국 떡갈비데리야끼 근대나물 고춧잎무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 계란짬뽕 짜장소스 고추잡채 단무지무침 배추김치	흰쌀밥 건새우무채국 닭살굴소스볶음 고구마단짠단짠 쑥갓나물 배추김치		미니꿀호떡 오렌지주스
금요일 10월 16일	쌀밥/흰죽 누룽지탕 메란무조림 새송이무침 조미김 배추김치	잡곡밥/영양죽 순대해장국 순두부매콤소스 오이고추쌈장무침 요구르트 배추김치	흰쌀밥 무청시래기국 가자미무조림 호박볶음 고들빼기무침 배추김치		요플레
토요일 10월 17일	쌀밥/흰죽 쇠고기버섯들깨탕 멸치깻순볶음 숙주나물 오이지채무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 얼갈이된장국 자반고등어구이 실곤약채소무침 가지무침 배추김치	흰쌀밥 맑은재첩살국 돈민찌야채볶음 다시마채초무침 단호박샐러드 배추김치		부드러운 두부와플 플리또주스
일요일 10월 18일	쌀밥/흰죽 사골곰국 두부양념조림 청경채나물 파래자반 배추김치	잡곡밥/영양죽 꽃게탕 마늘제육볶음 올방개묵무침 상추겉절이 배추김치	흰쌀밥 콩나물국 간장닭찜 열무나물 미역초무침 배추김치		맛있는두유

★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),순살아귀(중국),오징어젓갈(중국산),사골엑기스(사골추출물농축:호주산),돈골사골엑기스(돈사골:국산),떡갈비(돼지고기:국내산),닭고기:국내산),모듬알(명태곤이,대구곤,명란:러시아,대구알:미국)

★제일요양원-풀무원푸드머스 특특인천점

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