



주간식단표

지안요양원

	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
	2024-12-02	2024-12-03	2024-12-04	2024-12-05	2024-12-06	2024-12-07	2024-12-08
아침	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽
	누룽지탕	콩나물국	유부쌈이장국	콩기름배추국	쇠고기무국	바지락살미역국	누룽지탕
	떡갈비그린빈볶음 호박채우겉볶음 양념젓갈	닭살데리야끼 느타리버섯볶음 김구이	파리멸치볶음 실근약아채무침 오징어젓무침	베이컨양배추볶음 감자조림 오이고추양파된장무침	미트볼피망조림 진파래볶음 마늘종지무침	소민재가제볶음 도토리묵/양념장 고추지무침	아채계란찜 둘째고사리볶음 유채나물무침
점심	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽
	부어채계란국 계육볶음 양배추쌈/쌈장 얼무나물무침	육개장 한식장채 두부양념조림 숙주당근무침	순두부배당 우채마늘종볶음 미역줄기볶음 단무지부추무침	청국장찌개 닭갈비 느타리버섯볶음 무생채	콩비지찌개 오징어아채볶음 연근복숭이치커리첼리드 참나물무침	물만두국 동그람명전 고구마줄기볶음 봄동된장무침	근대원장국 근채죽순볶음 쌈다시마/초장 상추채절편이
저녁	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	수제육임차죽	삼은고구마/식혜	황도	카스타드/두유	감자고로케/배실차	초코파이/요거트	양송이스프
	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽	잡곡밥/원죽
원산지	우거지된장국 고동어김치조림 아묵볶음 시금치무침	다시마무국 치킨까스/소스 팽간자채볶음 치커리겉절이	새송이배생이국 모듬장조림 브로콜리/초장 짜사이채무침	쇠고기해장국 코다리부조림 맛살스크램블에그 꼬시래기무침	참치김치찌개 닭살강정 카레소스 오이지무침	속갓어묵탕 마파두부 진새우마늘종볶음 무말랭이무침	동태무국 너비아니구이 무청시래기지침 청경채절편이

* 상기 메뉴는 식당 수급 사정에 의해 변경될 수 있습니다.

별(죽,미음):국내산/현미:국내산/참쌀:국내산/흑미:국내산/혼합참곡:국내산/간식죽(참쌀가루, 쌀가루:국내산)

소고기:호주산/돼지고기:돈민재:돈등배:국내산/목전지:미국산/돈갈비:스페인산/생닭:도리육:국내산/닭가슴살:국내산/닭장각:브라질산

동태:코다리:러시아산,국내산/고등어:국내산/가자미:러시아산/갈치:인도네시아산/민물새우:중국산/오징어:제:중국산,오징어젓:중국산

배추김치:중국산/백김치:중국산/겉절이류(배추:국내산+고춧가루:중국산)/농수산:국내산/다진마늘:중국산

그릴떡갈비(돈육:국내산,닭고기:국내산)/연안불고기산적(돈육:국내산,닭고기:국내산/동그람명,미트볼(돈육:국내산+닭고기:국내산)/스모크햄,비엔나,후랑크(돈육:국내산+닭고기:국내산)

콩(비지):외국산,두부,순두부,연두부-외국산/물만두(돈육:국내산/달걀:국내산/유제품:국내산/생선까스:러시아산/소설돈까스-돈육(국내산)



平江府

지안요양원

		월요일		화요일		수요일		목요일		금요일		토요일		일요일	
		2024-12-09		2024-12-10		2024-12-11		2024-12-12		2024-12-13		2024-12-14		2024-12-15	
	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽
	미소羹이장국	누룽지국	감자양파국	썩갠어묵국	누룽지탕	유채된장국	우거지된장국	우거지된장국	우거지된장국	우거지된장국	우거지된장국	우거지된장국	우거지된장국	우거지된장국	우거지된장국
	돈육숙주볶음	비엔나야채볶음	모듬장조림	카레소스	홍치개찜치조림	참터	동그양념조림	동그양념조림	동그양념조림	동그양념조림	동그양념조림	동그양념조림	동그양념조림	동그양념조림	동그양념조림
	가지나물	매콤감자조림	전라특별치볶음	도라지채볶음	감자채당근볶음	도토리묵/양념장	취나물볶음	취나물볶음	취나물볶음	취나물볶음	취나물볶음	취나물볶음	취나물볶음	취나물볶음	취나물볶음
	무말랭이무침	고들빼기무침	배추나물무침	조미김구이	고추잎무침	고추잎무침	무생채	고추지무침	고추지무침	고추지무침	고추지무침	고추지무침	고추지무침	고추지무침	고추지무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽
	파송송계란국	맑은새우국	다시마무채국	진세우아육국	부대찌개	가스오부시우동국	간치국수	간치국수	간치국수	간치국수	간치국수	간치국수	간치국수	간치국수	간치국수
점심	조기구이	피망돈채볶음	재육불고기	오징어야채볶음	두부양념조림	카자미구이	야채춘권튀김	야채춘권튀김	야채춘권튀김	야채춘권튀김	야채춘권튀김	야채춘권튀김	야채춘권튀김	야채춘권튀김	야채춘권튀김
	저자맛살냉채	불어묵조림	상추쌈/쌈장	부추야채전	파리고추점	김자반볶음	미역줄기볶음	미역줄기볶음	미역줄기볶음	미역줄기볶음	미역줄기볶음	미역줄기볶음	미역줄기볶음	미역줄기볶음	미역줄기볶음
	짜사이채무침	청경채된장무침	봄동나물무침	방풍나물무침	델무나물무침	델무나물무침	오이지무침	오이지무침	오이지무침	오이지무침	오이지무침	오이지무침	오이지무침	오이지무침	오이지무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
간식	미니콜라/요구르트	크림스프	바나나	물만두/죽시롤	오예스/요구르트	두유	소프트케익/요구르트	소프트케익/요구르트	소프트케익/요구르트	소프트케익/요구르트	소프트케익/요구르트	소프트케익/요구르트	소프트케익/요구르트	소프트케익/요구르트	소프트케익/요구르트
	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽	잠곡밥/원죽
	맑은미역국	청국장찌개	달래된장국	복어채콩나물국	넉계장	수제비국	들기름미역국	들기름미역국	들기름미역국	들기름미역국	들기름미역국	들기름미역국	들기름미역국	들기름미역국	들기름미역국
	닭살단호박볶음	고동어구이	야채계란찜	훈제오리볶음	파프리카햄볶음	미니돈까스*소스	타갈로그	타갈로그	타갈로그	타갈로그	타갈로그	타갈로그	타갈로그	타갈로그	타갈로그
저녁	느타리버섯볶음	고사리들깨볶음	청포묵김무침	새송이굴소스조림	연근튀김	무청시래기저침	브로콜리맛살볶음	브로콜리맛살볶음	브로콜리맛살볶음	브로콜리맛살볶음	브로콜리맛살볶음	브로콜리맛살볶음	브로콜리맛살볶음	브로콜리맛살볶음	브로콜리맛살볶음
	갯잎지무침	시금치나물	근대나물무침	단무지채무침	청경채겉절이	참나물겉절이	숙주나물무침	숙주나물무침	숙주나물무침	숙주나물무침	숙주나물무침	숙주나물무침	숙주나물무침	숙주나물무침	숙주나물무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	* 상기 메뉴는 식당 수급 차정에 의해 변경될 수 있습니다.														
월산지	쌀(죽,미음):국내산/현미:국내산/찰쌀:국내산/흑미:국내산/혼합전곡:국내산/간식죽(찰쌀가루,쌀가루:국내산)														
	소고기:호주산/돼지고기:돈민짜,돈등뼈:국내산/목전지:미국산/돈갈비:스페인산/생닭:도리육:국내산/닭가슴살:국내산/닭장각:브라질산														
	동태,코다리:러시아산,국내산/고등어:국내산/가자미:러시아산/갈치:인도네시아산/민물새우:중국산/오징어채:중국산/오징어젓:중국산														
	배추김치:중국산/백김치:중국산/겉절이류(배추:국내산+고춧가루:중국산)/농수산:국내산/다진마늘:중국산														
그릴떡갈비(돈육:국내산,닭고기:국내산)/연양불고기산적(돈육:국내산,닭고기:국내산/동그양념,미트볼(돈육:국내산+닭고기:국내산)스모크햄,비엔나,후랑크(돈육:국내산+닭고기:국내산)															
콩(비지):외국산,두부,순두부,연두부:외국산/물만두(돈육:국내산)/달걀:국내산/유제품:국내산/생선까스:러시아산/순살돈까스:돈육(국내산)															

주간식단표

지안실버케어

월요일		화요일		수요일		목요일		금요일		토요일		일요일	
2024-12-16		2024-12-17		2024-12-18		2024-12-19		2024-12-20		2024-12-21		2024-12-22	
아침	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽
	누룽지탕	콩나물국	다시마감자국	맑은계란국	단호박스프	유채된장국	유채된장국	유채된장국	유채된장국	유채된장국	유채된장국	유채된장국	유채된장국
	곤약메란조림	민찌두부조림	날치알계란찜	삼치구이	네비어니아채구이	들기름두부구이	들기름두부구이	들기름두부구이	들기름두부구이	들기름두부구이	들기름두부구이	들기름두부구이	들기름두부구이
	간장깻잎지	옛날소시지전&케찹	비엔나브로콜리볶음	노터리버섯볶음	로메인생채무침	견과류말치볶음	견과류말치볶음	견과류말치볶음	견과류말치볶음	견과류말치볶음	견과류말치볶음	견과류말치볶음	견과류말치볶음
점심	숙주나물	마늘종절임	돌깨무나물	오이지무침	콘마카로니샐러드	고사리나물	고사리나물	고사리나물	고사리나물	고사리나물	고사리나물	고사리나물	고사리나물
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽
	황태채무국	바지락무국	유부미소국	콩가루우거지국	시래기된장국	들깨미역국	시금치된장국	시금치된장국	시금치된장국	시금치된장국	시금치된장국	시금치된장국	시금치된장국
저녁	고주장불고기	간장찜닭	단호박카레라이스	돈육피망볶음	양념닭갈비	낙지돈육볶음	낙지돈육볶음	낙지돈육볶음	낙지돈육볶음	낙지돈육볶음	낙지돈육볶음	낙지돈육볶음	낙지돈육볶음
	상추겉절이	연근흑임자무침	옥수수고로케	모듬어묵조림	명엽채볶음	알감자조림	알감자조림	알감자조림	알감자조림	알감자조림	알감자조림	알감자조림	알감자조림
	꼬시래기무침	얼갈이겉절이	치커리샐러드&유저드	숙주당근볶음	참나물생채	취나물볶음	취나물볶음	취나물볶음	취나물볶음	취나물볶음	취나물볶음	취나물볶음	취나물볶음
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
간식	모카케이크&식혜	비피더스	시리얼&우유	미니약과&요구르트	수제말카요거트	동지팥죽	동지팥죽	동지팥죽	동지팥죽	동지팥죽	동지팥죽	동지팥죽	동지팥죽
	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽	점곡밥/흰죽
	정경채된장국	버섯들깨탕	근대된장국	순두부백탕	콩비지찌개	소고기무국	소고기무국	소고기무국	소고기무국	소고기무국	소고기무국	소고기무국	소고기무국
	고등어시래기조림	고기산적피망볶음	고추장돈사태찜	청파래오징어까스	코다리무조림	백순대야채볶음	백순대야채볶음	백순대야채볶음	백순대야채볶음	백순대야채볶음	백순대야채볶음	백순대야채볶음	백순대야채볶음
원산지	아항가지볶음	고구마샐러드	김가루청포묵무침	감자채볶음	호박야채볶음	유부맛살무침	유부맛살무침	유부맛살무침	유부맛살무침	유부맛살무침	유부맛살무침	유부맛살무침	유부맛살무침
	열무나물	오이양파무침	오복지무침	시래기된장지짐	아삭이고추무침	도시락김	도시락김	도시락김	도시락김	도시락김	도시락김	도시락김	도시락김
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치

* 상기 메뉴는 식당 주급 사정에 의해 변경될 수 있습니다.

쌀(죽,미음):국내산/현미:국내산/찰쌀:국내산/흑미:국내산/혼합잡곡:국내산/간식죽(찰쌀가루,쌀가루:국내산)

소고기:호주산/돼지고기:돈민재:돈등뼈:국내산/목전지:미국산/돈갈비:스페인산/생닭:도리육:국내산/닭가슴살:국내산/닭장각:브라질산

동태:코다리:러시아산:국내산/고등어:국내산/가자미:러시아산/갈치:인도네시아산/민물새우:중국산/오징어채:중국산,오징어젓:중국산

배추김치:중국산/백김치:중국산/절절이류(배추:국내산+고춧가루:중국산)/농수산:국내산/다진마늘:중국산

그릴떡갈비(돈육:국내산,닭고기:국내산)/연양불고기산적(돈육:국내산,닭고기:국내산/동그랑땡,미트볼(돈육:국내산+닭고기:국내산)/스코크렘,비엔나,후랑크(돈육:국내산+닭고기:국내산)

콩(버지):외국산,두부,순두부,연두부-외국산/물만두(돈육:국내산),달걀:국내산/유제품:국내산/생선까스:러시아산/순살돈까스-돈육(국내산)



주간식단표

지안실버케어

	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
	2024-12-30	2024-12-31	2025-01-01	2025-01-02	2025-01-03	2025-01-04	2025-01-05
아침	잡곡밥/흰죽	잡곡밥/흰죽	잡곡밥/흰죽	잡곡밥/흰죽	잡곡밥/흰죽	잡곡밥/흰죽	잡곡밥/흰죽
	새우젓국찌개	김치국	떡만둣국	콩가루배추국	들깨미역국	호박고추장찌개	열무된장국
	계란장조림	민짜두부조림	갈치조림	후랑크채볶음	닭살데리야끼볶음	당근게란찜	돈육죽순볶음
	새우살버섯볶음	미역줄기볶음	부추오이생채	느타리버섯볶음	양파초절임	도라지볶음	콩가루고추찜
점심	마늘종지무침	고추잎무침	궁채나물	고들빼기	숙갓겉절이	오징어젓무침	조미김구이
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	잡곡밥/흰죽	잡곡밥/흰죽	잡곡밥/흰죽	잡곡밥/흰죽	곤드레밥*양념장/흰죽	잡곡밥/흰죽	잡곡밥/흰죽
	열무된장국	열갈이된장국	소고기무국	유부팽이장국	아욱된장국	참치김치찌개	부대찌개
간식	돈육찌장볶음	고등어카레구이	제육볶음	생선까스&소스	동태무조림	닭갈비	동그랑땡조림
	깨알전	청포묵김가루무침	물파래전	마카로니샐러드	맛살브로콜리볶음	우영채볶음	도토리묵&양념장
	숙주나물무침	봄동겉절이	유채나물무침	콩나물무침	치커리오리엔탈무침	상추겉절이	청경채나물
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
저녁	크림스프	모닝빵&요구르트	약과&식혜	단팥죽	요거얇얇	양송이스프	카스타드&요구르트
	잡곡밥/흰죽	잡곡밥/흰죽	잡곡밥/흰죽	잡곡밥/흰죽	잡곡밥/흰죽	잡곡밥/흰죽	잡곡밥/흰죽
	황태채국	콩나물국	순두부백탕	꽃게탕	감자수제비국	얼큰어묵국	감자양파국
	간장닭볶음	떡갈비조림	한식찜채	메추리알장조림	돈육청경채볶음	왕만두찜	오징어볶음
원산지	연근조림	가지볶음	헬감자채볶음	들깨고사리찜	멸치볶음	부추장떡	연두부&양념장
	열갈이나물무침	무생채	시래기지짐	참나물생채	아삭이고추된장무침	시금치나물	돌나물생채
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치

* 상기 메뉴는 식당 수급 사정에 의해 변경될 수 있습니다.

쌀(죽,미음):국내산/현미:국내산/찰쌀:국내산/죽미:국내산/혼합잡곡:국내산/간식죽(찰쌀가루,쌀가루:국내산)

소고기:호주산/돼지고기,돈민짜,돈등뼈:국내산/목전지:미국산/돈갈비:스페인산/생닭,도리육:국내산/닭가슴살:국내산/닭장각:브라질산

동태,코다리:러시아산/국내산/고등어:국내산/가자미:러시아산/갈치:인도네시아산/민물새우:중국산/오징어채:중국산,오징어젓:중국산

배추김치:중국산/백김치:중국산/겉절이류(배추:국내산+고춧가루:중국산)/농수산:국내산/다진마늘:중국산

그릴떡갈비(돈육:국내산,닭고기:국내산)/연양불고기산적(돈육:국내산,닭고기:국내산/동그랑땡,미트볼(돈육:국내산+닭고기:국내산)/스모크햄,비엔나,후랑크(돈육:국내산+닭고기:국내산)

콩(버지):외국산,두부,순두부,연두부:외국산/물만두(돈육:국내산)/달걀:국내산/유제품:국내산/생선까스:러시아산/순살돈까스:돈육(국내산)