

♥ 주 간 식 단 표 ♥

담당자	대 표
서은아	김현화

아 침							08월 01일(토)
							잡곡밥
							유채된장국
							야채계란찜
점 심							두부김치조림
							짜사이채무침
							배추김치
							브로컬리죽
저 녁							625kcal/26g
							잡곡밥
							콩나물두부국
							제육볶음
							애느타리버섯볶음
							얼갈이겉절이
							배추김치
							닭양양죽
							631kcal/27g
							잡곡밥
							열무된장국
							코다리무조림
							메란곤약장조림
							깻잎지
							배추김치
							순두부죽
							630kcal/25g
							쌀-국내산, 순대-국내산, 김치-국내산, 닭고기-국내산(정육:브라질산), 우물살(국거리)-호주산, 우삼겹-미국산, 토후지(찌개, 민찌, 감자탕용, 수육, 볶음용)-국내산, 고등어-국내산, 미꾸라지, 굴-국산(바지락살
							아귀)-중국산, 톳등뼈/떡갈비-국내산, 오리훈제-중국산, 햄-돈육:외국산&국산, 계육:국내산, 쥐어채 명엄채, 베이컨, 홍합살-외국산, 민물새우-인도, 주꾸미, 낙지-베트남산, 오리훈제-중국/돈가스, 할박, 치킨
							가스, 동그랑땡, 미트볼, 탕수육, 너비아니)-계육&돈육:국내산, 두부(콩)-수입산, 동태, 코다리-러시아산, 오징어(초핑)-페루산, 가다랑어-원양산, 가자미-외국산, 갈치-수리남산, 명태-러시아산, 봄

등,쌈배추,겉절이배추-국내산, (오징어젓갈,토하젓,꽃무기젓)-중국산, 고추가루-중국산, 쌀가루-중국산, 쌀기루-외국산(단팔죽&단호박죽사용), 장아-중국산, 건새우-중국산
(노인평균영양권장량 1800-2000kcal, 단백질55~80g)

** 위 메뉴는 식재료의 수급 상태 및 영양실 사정에 따라 달라질 수 있습니다. (영양사:서은아) **

HH 푸 드

♥ 주 간 식 단 표 ♥

담당자	대 표
서은아	김현화

	08월 02일(일)	08월 03일(월)	08월 04일(화)	08월 05일(수)	08월 06일(목)	08월 07일(금)	08월 08일(토)
아 침	잡곡밥 아욱된장국	잡곡밥 북어채계란국	잡곡밥 시래기된장국	잡곡밥 호박감자된장국	잡곡밥 배추된장국	잡곡밥 유채된장국	잡곡밥 크림스프
	돈민찌두부조림	돈채김치볶음	달걀데리야끼볶음	돈채피망볶음	해물야채볶음	베이컨빈스스프를	닭살야채볶음
	연두부*양념장	병아리콩무화과조림	민물새우무조림	토하젓갈무침	두부무조림	해바라기씨멸치볶음	오징어젓갈무침
	수제양파장아찌	궁채장아찌	도토리묵*양념장	건파래부추무침	백목이장아찌	알감자조림	양배추쌈*쌈장
점 심	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	옥수수죽	단호박죽	옥수수죽	닭영양죽	야채죽	해물죽	브로컬리죽
	625kcal/25g	626kcal/25g	629kcal/26g	625kcal/25g	626kcal/24g	626kcal/25g	625kcal/26g
	잡곡밥 닭곰탕	잡곡밥 오이미역냉국	잡곡밥 육개장	잡곡밥 맑은순두부탕	잡곡밥 건새우미역국	잡곡밥 짜뽕국	잡곡밥 시금치된장국
저 녁	오색모듬전	해물까스*타르소스	오삼불고기	안동찜닭	버섯불고기	탕수육*소스	고추잡채
	건취나물	가지매콤무침	오이참나물무침	새우살호박볶음	잡채	표고버섯볶음	어묵파리볶음
	오이지무침	배추된장무침	미역줄기맛살볶음	마카로니샐러드	열무겉절이	미나리무생채	콩나물김가루무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	흑임자죽	새우죽	순두부죽	단호박죽	새우죽	흑임자죽	닭영양죽
	629kcal/26g	635kcal/29g	630kcal/29g	630kcal/27g	630kcal/26g	632kcal/27g	631kcal/27g
	잡곡밥 곤이알탕	잡곡밥 시금치된장국	잡곡밥 모듬어묵탕	잡곡밥 아욱된장국	잡곡밥 근대된장국	잡곡밥 버섯들깨탕	잡곡밥 소고기두부국
	손만두	콩치김치조림	고구마카레	돈표고장조림	코다리무조림	우렁살야채조무침	산적파인애플조림
	무생채	브로콜리흑임자무침	해물완자전	야채계란찜	새송이굴소스볶음	꼬시래기무무침	천사채샐러드
	시금치나물	해초샐러드	콩나물무침	미역초무침	고춧잎지	오이지무침	감자채피망볶음
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	계란죽	소고기죽	야채죽	흑임자죽	낙지죽	단호박죽	순두부죽
	631kcal/26g	629kcal/28g	630kcal/29g	630kcal/26g	632kcal/25g	630kcal/26g	630kcal/25g

쌀-국내산, 순대-국내산, 김치-중국산, 닭고기-국내산(정육:브라질산), 우물살(국거리)-호주산, 우삼겹-미국산, 돈육지(찌개, 민찌, 감자탕용, 수육, 볶음용)-국내산, 미꾸라지, 굴-국내산(비지락살 아귀)-중국산, 돈등뼈/떡갈비-국내산, 오리훈제-중국산, 햄-돈육:외국산&국내산, 계육:국내산, 쥐어채 명엽채, 베이컨, 홍합살-외국산, 민물새우-인도, 주꾸미, 낙지-베트남산, 오리훈제-중국/돈가스, 할박, 치킨 가스, 동그랑땡, 미트볼, 탕수육, 너비아니)-계육&돈육:국내산, 두부(콩)-수입산, 동태, 코다리-러시아산, 오징어(초핑)-페루산, 가다랑어-필리핀산, 가자미-외국산, 갈치-수리남산, 명태, 굴이, 동태알, 러시아산, 봄 통, 쌈배추, 겉절이배추-국내산, (오징어젓갈, 토하젓, 꿀무기젓)-중국산, 고추가루-중국산, 쌀가루-중국산(단팔죽&단호박죽사용), 장아-중국산, 건새우-중국산 (노인평균영양권장량 1800-2000kcal, 단백질55~80g)

** 위 메뉴는 식재료의 수급 상태 및 영양실 사정에 따라 달라질 수 있습니다. (영양사:서은아) **

♥ 주 간 식 단 표 ♥

담당자	대 표
서은아	김현화

	08월 09일(일)	08월 10일(월)	08월 11일(화)	08월 12일(수)	08월 13일(목)	08월 14일(금)	08월 15일(토)
아	잡곡밥 아욱된장국	잡곡밥 알토란탕	잡곡밥 북어콩나물국	잡곡밥 건새우미역국	잡곡밥 호박두부된장찌개	잡곡밥 맑은콩나물국	잡곡밥 시금치된장국
	소보루메란장조림 참치김치볶음	돈채김치볶음 건새우무조림	닭살야채조림 연두부*양념장	해물야채볶음 낙지젓갈무침	맛살스크럼블 알감자조림	돈메란장조림 오이양파장아찌	돈민짜두부조림 오징어젓갈무침
	김구이 배추김치	양배추비트장아찌 배추김치	미역초무침 배추김치	고추장마늘쫄볶음 배추김치	고들빼기오복지무침 배추김치	깻잎지 배추김치	자반볶음 배추김치
	육수수죽 625kcal/25g	단호박죽 626kcal/25g	육수수죽 629kcal/26g	닭영양죽 625kcal/25g	야채죽 626kcal/24g	해물죽 626kcal/25g	브로컬리죽 625kcal/26g
점	잡곡밥 콩나물국	잡곡밥 배추된장국	잡곡밥 맑은순두부탕	잡곡밥 열무된장국	잡곡밥 오이미역냉국	잡곡밥 영양닭죽	잡곡밥 굴미역국
	준천닭갈비	오리훈제볶음	순살돈까스*소스	닭감자조림	쭈삼불고기	오징어야채초무침	안동찜닭
	브로콜리초무침 건취나물	오이맛살겨자채무침 감자매콤조림	애너타리버섯볶음 얼갈이겉절이	새우살호박볶음 양배추샐러드*흑임자D	가지매콤무침 참나물유자청무침	잡채 열무겉절이	새송이굴소스볶음 해파리냉채
	배추김치 흑임자죽	배추김치 새우죽	배추김치 순두부죽	배추김치 단호박죽	배추김치 새우죽	배추김치 흑임자죽	배추김치 닭영양죽
저	629kcal/26g	635kcal/29g	630kcal/29g	630kcal/27g	630kcal/26g	632kcal/27g	631kcal/27g
	잡곡밥 미소된장국	잡곡밥 모듬어묵탕	잡곡밥 유채된장국	잡곡밥 소고기두부국	잡곡밥 시래기된장국	잡곡밥 경상도식소고기무국	잡곡밥 아욱된장국
	후랑크야채볶음 실곤약야채무침	순대야채볶음 호박야채전	코다리무조림 미역줄기맛살볶음	가자미양념구이 표고버섯볶음	떡갈비마늘간장조림 단호박꿀찜	순만두 숙주나물	고추잡채 고구마조림
	숙주나물 배추김치	무나물 배추김치	콩나물무침 배추김치	짜사이채무침 배추김치	고사리나물 배추김치	브로콜리흑임자무침 배추김치	청포묵파프리카무침 배추김치
녁	계란죽	소고기죽	야채죽	흑임자죽	낙지죽	단호박죽	순두부죽
	631kcal/26g	629kcal/28g	630kcal/29g	630kcal/26g	632kcal/25g	630kcal/26g	630kcal/25g

쌀-국내산, 순대-국내산, 김치-중국산, 닭고기-국내산(정육:브라질산), 우물살(국거리)-호주산, 우삼겹-미국산, 돈후지(찌개, 민찌, 감자탕용, 수육, 볶음용)-국내산, 미꾸라지, 굴-국내산(바지락살 아귀)-중국산, 돈등뼈/떡갈비-국내산, 오리훈제-중국산, 햄-돈육:외국산&국산, 계육:국내산, 쥐어채 명엽채, 베이컨 혼합살-외국산, 민물새우-인도, 주꾸미, 낙지-베트남산, 오리훈제-중국산, 참치, 치킨 가스, 동그랑땡, 미트볼, 탕수육, 너비아니)-계육&돈육:국내산, 두부(콩)-수입산, 동태, 코다리-러시아산, 오징어(초핑)-페루산, 가다랑어-원양산, 가자미-외국산, 갈치-수리남산, 명태군이, 동태물-러시아산, 불 통, 삼배추, 겉절이배추-국내산, (오징어젓갈, 토하젓, 꿀무기젓)-중국산, 고추가루-중국산, 쌀가루-중국산, 닭가르-중국산, 단호박죽&단호박죽사용, 장어-중국산, 건새우-중국산 (노인평균영양권장량 1800-2000kcal, 단백질55~80g)

** 위 메뉴는 식재료의 수급 상태 및 영양실 사정에 따라 달라질 수 있습니다. (영양사:서은아) **

♥ 주간 식 단 표 ♥

담당자	대 표
서은아	김현화

	08월 16일(일)	08월 17일(월)	08월 18일(화)	08월 19일(수)	08월 20일(목)	08월 21일(금)	08월 22일(토)
아 침	잡곡밥 버섯깨밥 아채계란찜 미나리무생채 견과류멸치볶음 배추김치 육수수죽 625kcal/25g	잡곡밥 양송이스프 돈채김치볶음 양배추쌈*쌈장 궁채장아찌 배추김치 단호박죽 626kcal/25g	잡곡밥 아욱된장국 닭살데리야끼조림 두부조림 김구아 배추김치 육수수죽 629kcal/26g	잡곡밥 알토란탕 중화풍계란볶음 토하것갈무침 마늘쫄볶음 배추김치 닭영양죽 625kcal/25g	잡곡밥 얼갈이된장국 해물야채볶음 연두부*양념장 건새우무조림 배추김치 야채죽 626kcal/24g	잡곡밥 들깨시래기된장국 돈민찌두부조림 알감자조림 백목이장아찌 배추김치 해물죽 626kcal/25g	잡곡밥 호박감자된장국 닭살야채볶음 수제양파장아찌 건파래부추무침 배추김치 브로컬리죽 625kcal/26g
점 심	잡곡밥 얼갈이된장국 마파두부 감자채피망볶음 브로콜리돌나물초무침 배추김치 흑임자죽 629kcal/26g	잡곡밥 유채된장국 간장불고기 도라지오이초무침 표고버섯볶음 배추김치 새우죽 635kcal/29g	잡곡밥 맑은순두부탕 탕수육*소스 메란감자장조림 열무겉절이 배추김치 순두부죽 630kcal/29g	잡곡밥 오이미역냉국 닭단호박조림 호박새송이볶음 얼갈이겉절이 배추김치 단호박죽 630kcal/27g	잡곡밥 순살감자탕 고추잡채 사각어묵볶음 푸실리샐러드 배추김치 새우죽 630kcal/26g	잡곡밥 북어계란국 오리훈제볶음 오이양파무침 고사리나물 배추김치 흑임자죽 632kcal/27g	잡곡밥 콩나물두부국 제육볶음 애너타리버섯볶음 미나리무생채 배추김치 닭영양죽 631kcal/27g
저 녁	잡곡밥 모듬어묵탕 산적파인애플조림 오이부추무침 콩나물무침 배추김치 계란죽 631kcal/26g	잡곡밥 건새우미역국 코다리무조림 천사채샐러드 건취나물 배추김치 소고기죽 629kcal/28g	잡곡밥 시금치된장국 순살아귀찜 김치옥수수전 꼬시래기무무침 배추김치 야채죽 630kcal/29g	잡곡밥 콩나물두부국 짜장소스 잡채 청포묵흑임자무침 배추김치 흑임자죽 630kcal/26g	잡곡밥 청국장 미트볼바베큐조림 새송이부추초무침 고춧잎지 배추김치 낙지죽 632kcal/25g	잡곡밥 모듬어묵탕 고로케*케찹 맛살계란찜 참나물겉절이 배추김치 단호박죽 630kcal/26g	잡곡밥 근대된장국 순대야채볶음 실곤약야채무침 오이고추파프리카무침 배추김치 순두부죽 630kcal/25g

쌀-국내산, 순대-국내산, 김치-중국산, 닭고기-국내산(정육:브라질산), 우물살(국거리)-호주산, 우삼겹-미국산, 돈후지(찌개, 민찌, 감자탕용, 수육, 볶음용)-국내산, 미꾸라지, 굴-국산(바지락살 아귀)-중국산, 돈등뼈/떡갈비-국내산, 오리훈제-중국산, 햄-통육:외국산&국산, 계육:국내산, 쥐어채 명열채, 베이컨 혼합살-외국산, 민물새우-인도, 주꾸미, 낙지-베트남산, 오리훈제-중국/통가스, 함박, 치킨 가스, 통그랑탱, 미트볼, 탕수육, 너비아니)-계육&통육:국내산, 두부(콩)-수입산, 동태, 코다리-러시아산, 오징어(초핑)-페루산, 가다랑어-원양산, 가자미-외국산, 갈치-수리남산, 명태곤이, 통태갈-러시아산, 볼 통, 삼배추, 겉절이배추-국내산, (오징어젓갈, 토하것, 꼴뚜기젓)-중국산, 고추가루-중국산, 쌀가루-중국산, (단팔죽&단호박죽사용), 장어-중국산, 건새우-중국산
2000kcal, 단백질55~80g

** 위 메뉴는 식재료의 수급 상태 및 영양실 사정에 따라 달라질 수 있습니다. (영양사:서은아) **

♥ 주 간 식 단 표 ♥

담당자	대 표
서은아	김현화

	08월 23일(일)	08월 24일(월)	08월 25일(화)	08월 26일(수)	08월 27일(목)	08월 28일(금)	08월 29일(토)
아 침	잡곡밥 굴미역국	잡곡밥 미소된장국	잡곡밥 북엇국	잡곡밥 아욱된장국	잡곡밥 크림스프	잡곡밥 근대된장국	잡곡밥 소고기두부국
	맛살스크림볶음	돈채피망볶음	닭살데리야끼볶음	소보루매란장조림	해물야채볶음	닭살야채조림	중화풍계란볶음
	참치김치볶음 무판지채무침 배추김치	도토리묵*양념장 두부조림 배추김치	오징어젓갈무침 파리멸치볶음 배추김치	양배추쌈*쌈장 미역초무침 배추김치	건새우무조림 김구이 배추김치	낙지젓갈무침 건새우마늘쫄볶음 배추김치	연두부*양념장 궁채장아찌 배추김치
	옥수수죽	단호박죽	옥수수죽	닭영양죽	야채죽	해물죽	브로컬리죽
점 심	625kcal/25g	614kcal/25g	629kcal/26g	625kcal/25g	579kcal/24g	626kcal/25g	625kcal/26g
	잡곡밥 닭곰탕	잡곡밥 육개장	잡곡밥 호박두부된장국	잡곡밥 맑은순두부탕	잡곡밥 청국장	강낭콩밥 굴미역국	잡곡밥 맑은콩나물국
	동그랑땡전	생선까스*타르소스	간장불고기	안동찜닭	물만두강정	버섯불고기	오삼불고기
	새송이굴소스볶음 시금치나물 배추김치	새우살호박볶음 콩나물무침 배추김치	오징어미나리초무침 얼갈이겉절이 배추김치	애느타리버섯볶음 마카로니샐러드 배추김치	가지매콤무침 오이도라지초무침 배추김치	잡채 열무겉절이 배추김치	미역줄기맛살볶음 부추무생채 배추김치
저 녁	흑임자죽	새우죽	순두부죽	단호박죽	새우죽	흑임자죽	닭영양죽
	629kcal/26g	739kcal/29g	630kcal/29g	630kcal/27g	630kcal/26g	632kcal/27g	631kcal/27g
	잡곡밥 아욱된장국	잡곡밥 유채된장국	잡곡밥 경상도식소고기무국	잡곡밥 배추된장국	잡곡밥 곤이알탕	잡곡밥 알토란탕	잡곡밥 유부된장국
	마파두부 병아리콩무화과조림 브로콜리흑임자무침 배추김치	우렁살야채초무침 해파리냉채 들깨무나물 배추김치	꽂지김치조림 표고버섯볶음 깻잎지 배추김치	하이라이스 해물부추전 중국식오이무침 배추김치	코다리무조림 브로콜리맛살볶음 미나리숙주나물 배추김치	파인애플산적조림 새송이버섯볶음 콩나물김가루무침 배추김치	돈표고장조림 청포묵흑임자무침 배추된장나물 배추김치
	계란죽	소고기죽	야채죽	흑임자죽	낙지죽	단호박죽	순두부죽
	631kcal/26g	622kcal/28g	630kcal/29g	630kcal/26g	660kcal/25g	630kcal/26g	630kcal/25g

쌀-국내산, 순대-국내산, 김치-중국산, 닭고기-국내산(정육:브라질산), 우물살(국거리)-호주산, 우삼겹-미국산, 돈후지(찌개, 민찌, 감자탕용, 수육, 볶음용)-국내산, 미꾸라지, 굴-국산(바지락살 아귀)-중국산, 톳등배/떡갈비-국내산, 오리훈제-중국산, 햄-돈육:외국산&국산, 계육:국내산, 쥐어채 명엽채, 베이컨, 홍합살-외국산, 민물새우-인도, 주꾸미, 낙지-베트남산, 오리훈제-중국/돈가스, 할박, 치킨 가스, 동그랑땡, 미트볼, 탕수육, 너비아니)-계육&돈육:국내산, 두부(콩)-수입산, 동태, 코다리-러시아산, 오징어(초핑)-페루산, 가다랑어-원양산, 가자미-외국산, 갈치-수리남산, 명태군어, 동태알-러시아산, 볼 통, 삼배추, 겉절이배추-국내산, (오징어젓갈, 토하젓, 꿀뚜기젓)-중국산, 고추가루-중국산, 쌀가루-중국산, 단팥죽&단호박죽(사용), 장어-중국산, 건새우-중국산 (노인평균영양권정량 1800-2000kcal, 단백질 55~80g)

** 위 메뉴는 식재료의 수급 상태 및 영양실 사정에 따라 달라질 수 있습니다. (영양사:서은아) **

비트물C

HH 푸 드

유채나

♥ 주간 식 단 표 ♥

담당자	대 표
서은아	김현화

	08월 30일(일)	08월 31일(월)			
아침	잡곡밥 시래기된장국	잡곡밥 건새우미역국			
	돈민찌두부조림 알감자조림 수제양파장아찌	맛살계란찜 매콤멸치볶음 도토리묵*양념장			
	배추김치	배추김치			
	옥수수죽	단호박죽			
	625kcal/25g	626kcal/25g			
점심	잡곡밥 맑은순두부탕	잡곡밥 북어콩나물국			
	순대야채볶음	오리훈제볶음			
	메란새송이장조림 짜사이채무침	표고들깨볶음 오이맛살겨자채무침			
	배추김치	배추김치			
	흑임자죽	새우죽			
저녁	629kcal/26g	635kcal/29g			
	잡곡밥 시금치된장국	잡곡밥 근대된장국			
	손만두	마파두부			
	붕어묵볶음 콩나물무침	단호박꿀찜 꼬시래기무무침			
	배추김치	배추김치			
	계란죽	소고기죽			
	631kcal/26g	629kcal/28g			

쌀-국내산, 순대-국내산,김치-중국산, 닭고기-국내산(정육:브라질산), 우물살(국거리)-호주산, 우삼겹-미국산, 토후지(찌개, 민찌, 감자탕용, 수육, 볶음용)-국내산, 고등어-국내산, 미꾸라지, 굴-국내산(비지락살 아귀)-중국산, 톳등배/떡갈비-국내산, 오리훈제-중국산,헬-돈육:외국산&국산, 계육:국내산, 쥐어채 명엽채, 베이컨, 홍합살-외국산, 민물새우-인도, 주꾸미, 낙지-베트남산, 오리훈제-중국/(돈가스, 함박, 치킨 가스, 통그랑뵈, 미트볼, 탕수육, 너비아니)-계육&돈육:국내산, 두부(콩)-수입산, 동태, 꼬다리-러시아산, 오징어(초핑)-페루산, 가다랑어-월양산, 가자미-외국산, 갈치-수리남산, 명태, 곤이, 동태알-러시아산, 봄 통,쌈배추, 결절이배추-국내산, (오징어젓갈, 토하젓, 꼴뚜기젓)-중국산, 고추가루-중국산, 쌀가루-중국산, 장어-중국산, 건새우-중국산 (노인평균영양권장량 1800-2000kcal, 단백질55~80g)

** 위 메뉴는 식재료의 수급 상태 및 영양실 사정에 따라 달라질 수 있습니다. (영양사:서은아) **

HH 푸드