

♥ 주 간 식 단 표 ♥

담당자	대 표
서은아	김현화

	08월 30일(일)	08월 31일(월)	09월 01일(화)	09월 02일(수)	09월 03일(목)	09월 04일(금)	09월 05일(토)
아	잡곡밥 시래기된장국	잡곡밥 바지락미역국	잡곡밥 낙지연포탕	잡곡밥 열무된장국	잡곡밥 호박된장찌개	잡곡밥 알토란탕	잡곡밥 양송이스프
	돈민찌두부조림	맛살게란찜	닭살맛살볶음	돈채두반장볶음	아채스크램블	해물아채볶음	돈육김치볶음
	알감자조림	매콤멸치볶음	청포묵부추무침	건파래부추무침	감자매콤조림	도토리묵*양념장	궁채장아찌
	수제양파장아찌 배추김치	고들빼기오복지무침 배추김치	토하젓갈무침 배추김치	백묵이버섯장아찌 배추김치	마늘쫀고추장볶음 배추김치	오그락지무침 배추김치	민물새우무조림 배추김치
점	아채죽	흑임자죽	옥수수죽	계란죽	단호박죽	닭영양죽	낙지죽
	625kcal/25g	614kcal/25g	629kcal/26g	625kcal/25g	579kcal/24g	626kcal/25g	625kcal/26g
	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	버섯들깨탕	짬뽕국	유채된장국	닭곰탕	복어계란국	열갈이된장국	맑은순두부탕
심	순대아채볶음	춘천닭갈비	오삼불고기	해물까스/타르소스	오리훈제볶음	수육/쌈장	닭감자조림
	해물동그랑땡전	표고버섯볶음	메란새송이장조림	호박젓국나물	애스타리버섯볶음	잡채	새송이굴소스볶음
	짜사이채무침	배추된장나물	참나물유자청무침	얼갈이겉절이	양배추샐러드*샐기D	열무겉절이	콩나물무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
저	단호박죽	닭영양죽	순두부죽	새우죽	소고기죽	흑임자죽	옥수수죽
	629kcal/26g	739kcal/29g	630kcal/29g	630kcal/27g	630kcal/26g	632kcal/27g	631kcal/27g
	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	시금치된장국	근대된장국	소고기두부국	청국장	시래기된장국	굴미역국	시금치된장국
넉	손만두	마파두부	떡갈비마늘간장조림	삼치무조림	단호박카레	탕수육/소스	우렁살아채초무침
	봉어목볶음	단호박꿀찜	사각어목볶음	실곤약아채무침	두부조림	병아리콩무화과조림	미역줄기맛살볶음
	콩나물김가루무침	꼬시래기무무침	고사리나물	건취나물	브로콜리흑임자무침	숙주나물	무생채
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
너	계란죽	소고기죽	단호박죽	흑임자죽	아채죽	순두부죽	새우죽
	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,돈육지(찌개,민찌,감자탕용,수육,볶음용)-국내산,돈갈비,칠레산,고등어-국내산,미꾸리지,굴-국내산(바지락쌀 아귀)-중국산, 돈등뼈/떡갈비-국내산, 오리훈제-중국산,헬-돈육,외국산&국산, 계육:국내산,취어채 명엽채,베어컨 혼합살-외국산, 민물새우-인도, 주꾸미, 낙지-베트남산,오리훈제-중국/(돈 가스,함박,치킨가스,동그랑땡,미트볼,탕수육,너비아니)-계육&돈육:국내산, 두부(콩)-수입산, 동태,코다리-러시아산, 오징어(초평),페루산,가다랑어-원양산,가자미-외국산,갈치-수리남산, 명태곤이,동태 알-러시아산,볼통,쌈배추,겉절이배추-국내산, (오징어젓갈,토하젓,꿀뚜기젓)-중국산, 고추가루-중국산, 쌀가루-외국산(단팔죽&단호박죽사용), 장아-중국산,건새우-중국산 (노인평균영양권장

량 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

	09월 06일(일)	09월 07일(월)	09월 08일(화)	09월 09일(수)	09월 10일(목)	09월 11일(금)	09월 12일(토)
아	잡곡밥 아욱된장국	잡곡밥 근대된장국	잡곡밥 호박감자된장국	잡곡밥 맑은콩나물국	잡곡밥 시금치된장국	잡곡밥 소고기무국	잡곡밥 유채된장국
	중화풍계란볶음	닭살야채볶음	소보루메란장조림	돈치청경채볶음	베이컨스크림볼	닭살데리야끼조림	해물야채볶음
	미역초무침	연두부*양념장	낙지젓갈무침	민물새우무조림	알감자조림	미니리무생채	지리멸치볶음
	오이양파장아찌	고구마조림	청포묵부추무침	지반볶음	수제양파장아찌	양배추쌈*쌈장	김구이
침	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	옥수수죽	단호박죽	옥수수죽	닭영양죽	야채죽	해물죽	브로컬리죽
점	625kcal/25g	626kcal/25g	629kcal/26g	625kcal/25g	626kcal/24g	626kcal/25g	625kcal/26g
	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	콩나물두부국	맑은순두부탕	육개장	건설우미역국	복어계란국	아욱된장국	버섯들깨탕
	돈표고장조림	오삼불고기	순살돈까스*소스	안동찜닭	버섯불고기	제육볶음	고추잡채
심	감자채볶음	새우살호박볶음	오이도라지초무침	가지매콤무침	잡채	오징어야채초무침	새송이버섯볶음
	고추앞지무침	열무겉절이	콩나물무침	마카로니샐러드	열갈이겉절이	고사리나물	참나물유자청무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	흑임자죽	소고기죽	순두부죽	단호박죽	새우죽	흑임자죽	닭영양죽
저	629kcal/26g	635kcal/29g	630kcal/29g	630kcal/27g	630kcal/26g	632kcal/27g	631kcal/27g
	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	경상도식소고기무국	청국장	시래기된장국	미소된장국	시래기된장국	낙지연포탕	배추된장국
	산적파인애플조림	코다리무조림	순대야채볶음	짜장소스	가자미양념구이	돈사태단호박조림	후랑크야채볶음
녁	해파리냉채	오이양파무침	새송이부추초무침	맛살계란찜	브로콜리흑임자무침	천사채샐러드	감자채피망볶음
	열무나물	건아주까리나물	들깨무나물	열무나물	표고들깨볶음	숙주나물	시금치나물
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	계란죽	새우죽	야채죽	흑임자죽	낙지죽	순두부죽	단호박죽
	631kcal/26g	629kcal/28g	630kcal/29g	630kcal/26g	632kcal/25g	630kcal/26g	630kcal/25g

쌀-국내산, 순대-국내산,김치-중국산, 닭고기-국내산(정육:브리질산), 우물살(국거리)-호주산,우삼겹-미국산,돈후지(찌개,민채,감자탕용,수육,볶음용)-국내산,돈갈비-칠레산,고등어-국내산,미꾸라지,굴-국산(바지락살 아귀)-중국산, 돈등배/떡갈비-국내산, 오리훈제-중국산, 햄-돈육,외국산&국산, 계육,국내산,취어채 명엽채,베이컨 홍합살-외국산, 민물새우-인도, 주꾸미, 낙지-베트남산,오리훈제-중국/(돈 가스,함박,치킨가스,동그랑땡,미트볼,탕수육,너비아니)-계육&돈육:국내산, 두부(콩)-수입산, 동태,코다리-러시아산, 오징어(쇼링)-페루산,가다랑어-원양산,가자미- 외국산,갈치-수리남산, 명태군이,동태 알-러시아산,볼통,쌈배추,겉절이배추-국내산, (오징어젓갈,토하젓,꿀뚜기젓)-중국산, 고추가루-중국산, 쌀가루-외국산(단팔죽&단호박죽사용), 장어-중국산,건새우-중국산 (노인평균영양권장

량 1800-2000kcal,단백질55~80g)

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

HH푸드

♥ 주간 식 단 표 ♥

담당자	대 표
서은아	김현화

	09월 13일(일)	09월 14일(월)	09월 15일(화)	09월 16일(수)	09월 17일(목)	09월 18일(금)	09월 19일(토)
아	잡곡밥 알토란탕	잡곡밥 배추된장국	잡곡밥 아욱된장국	잡곡밥 맑은콩나물국	잡곡밥 얼갈이된장국	잡곡밥 크림스프	잡곡밥 호박김치된장국
	아채게란찜	돈민찌두부조림	닭살맛살볶음	시금치스크램블	소보루메란장조림	해물야채볶음	닭살데리야끼조림
	모듬장조림	병아리콩무화과조림	건새우마늘종볶음	미니리무생채	자반볶음	감자매콤조림	참치두부조림
	오징어젓갈무침	청포묵부추무침	백묵이장이찌	건취나물	오이양파장아찌	오그락지무침	궁채장아찌
침	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	옥수수죽	단호박죽	옥수수죽	닭영양죽	아채죽	해물죽	브로컬리죽
점	625kcal/25g	626kcal/25g	629kcal/26g	625kcal/25g	626kcal/24g	626kcal/25g	625kcal/26g
	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	닭곰탕	맑은순두부탕	육개장	건새우미역국	북어게란국	유부장국	모듬어묵탕
	오색모듬전	오리훈제볶음	탕수육*스위트첼리소스	오삼불고기	닭감자조림	마파두부	제육김치볶음
심	오이지무침	오이미역초무침	애는타리버섯볶음	잡채	표고버섯볶음	오이맛살겨자채무침	천시채샐러드
	건취나물	감자채피망볶음	얼갈이겉절이	푸실리샐러드	열무겉절이	콩나물무침	열무나물
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	흑임자죽	소고기죽	순두부죽	단호박죽	새우죽	흑임자죽	닭영양죽
저	629kcal/26g	635kcal/29g	630kcal/29g	630kcal/27g	630kcal/26g	632kcal/27g	631kcal/27g
	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	곤이알탕	시금치된장국	호박된장찌개	경상도식소고기무국	열무된장국	굴미역국	근대된장국
	고로케*케찹	꽂치김치조림	우렁살야채초무침	떡갈비마늘간장조림	순살아귀찜	코다리무조림	순대야채볶음
녁	실곤약야채무침	무나물	미역줄기맛살볶음	호박젓국나물	해물부추전	브로컬리맛살볶음	단호박꿀찜
	갯잎지	새송이파프리카볶음	숙주나물	짜사이채무침	참나물생채	숙갯나물	꼬시래기무무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	계란죽	새우죽	아채죽	흑임자죽	낙지죽	순두부죽	단호박죽
	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, 돈갈비, 칠레산, 고등어-국내산, 미꾸라지, 굴-국내산(버지락살 아귀)-중국산, 돈등뼈/떡갈비-국내산, 오리훈제-중국산, 햄-돈육, 외국산&국산, 계육-국내산, 취어채, 명엽채, 베이컨, 홍합살-외국산, 민물새우-인도, 주꾸미, 낙지-베트남산, 오리훈제-중국(돈가스, 함박, 치킨가스, 동그랑땡, 미트볼, 탕수육, 너비아니)-계육&돈육:국내산, 두부(콩)-수입산, 동태, 코다리-러시아산, 오징어(초빙)-페루산, 가다랑어-원양산, 가자미-외국산, 갈치-수리남산, 명태군이, 동태-알-러시아산, 불동, 참배추, 절절이배추-국내산, (오징어젓갈, 토하젓, 팔투기젓)-중국산, 고추가루-중국산, 쌀가루-외국산(단팥죽&단호박죽사용), 장어-중국산, 건새우-중국산

량 1800-2000kcal, 단팥죽55~80g)

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

HH푸드

♥ 주간 식단표 ♥

담당자	대표
서은아	김현화

	09월 20일(일)	09월 21일(월)	09월 22일(화)	09월 23일(수)	09월 24일(목)	09월 25일(금)	09월 26일(토)
아침	잡곡밥 알토란탕	잡곡밥 근대된장국	잡곡밥 복엇국	잡곡밥 미소된장국	잡곡밥 아욱된장국	잡곡밥 알토란탕	잡곡밥 복어두부국
	브로콜리계란찜	돈민찌두부조림	돈채피망볶음	맛살스크럼블	해물야채볶음	버섯불고기	닭살야채조림
	모듬장조림	부추무생채	고구마조림	마늘종볶음	백목이장아찌	건새우무조림/바나나	연두부*양념장
	양배추쌈*쌈장	백목이장아찌	건파래부추무침	견과류멸치볶음	김구이	견취나물	고들빼기오복지무침
점심	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	옥수수죽	단호박죽	옥수수죽	닭영양죽	야채죽	해물죽	브로컬리죽
	625kcal/25g	614kcal/25g	629kcal/26g	625kcal/25g	579kcal/24g	626kcal/25g	625kcal/26g
	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
점심	시래기된장국	짬뽕국	맑은순두부탕	순살감자탕	콩나물국	소고기두부국	맑은순두부탕
	고추잡채	제육볶음	생선까스*타르소스	고추잡채	춘천닭갈비	돈갈비찜/밤만주	순살아귀찜
	사각어묵볶음	표고버섯볶음	가지매콤무침	오징어야채초무침	오이부추무침	잡채	새송이굴소스볶음
	고춧잎지	얼갈이겉절이	숙주나물	열무겉절이	오색모듬전	고사리나물	열무나물
심	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	흑임자죽	소고기죽	순두부죽	단호박죽	새우죽	흑임자죽	닭영양죽
	629kcal/26g	739kcal/29g	630kcal/29g	630kcal/27g	630kcal/26g	632kcal/27g	631kcal/27g
	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
저녁	낙지연포탕	건새우미역국	시금치된장국	배추된장국	버섯겉개탕	호박감자된장국	유채된장국
	손만두	미트볼바베큐조림	하이라이스	파인애플산적조림	아채게린찜	코다리무조림	대패삼겹두부조림
	감자조림	호박전국나물	해물동그랑땡전	청포묵흑임자무침	시금치나물	두부양념구이	실곤약야채무침
	햄양배추나물	투스콤무침	새송이야채초무침	브로콜리맛살볶음	배추김치	콩나물무침	알감자조림
녀	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
	계란죽	새우죽	야채죽	흑임자죽	낙지죽	순두부죽	단호박죽
	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 돈육(찌개, 민찌, 감자탕용, 수육, 볶음용)-국내산, 톤갈비, 웰레산, 고등어-국내산, 미꾸라지, 굴-국내산(버지락살 아귀)-중국산, 문등배/떡갈비-국내산, 오리훈제-중국산, 햄-돈육, 외국산&국산, 계육-국내산, 쥐어찌 명엽제, 베이컨, 홍합살-외국산, 민물새우-인도, 주꾸미, 낙지-베트남산, 오리훈제-중국/(돈 가스, 할바, 치킨가스, 동그랑땡, 미트볼, 탕수육, 너비아니)-계육&돈육-국내산, 두부(콩), 수입산, 동태, 코다리, 러시아산, 오징어(초핑), 페루산, 가다랑어, 원양산, 가자미, 외국산, 갈치-수리남산, 명태, 곤이, 동태, 알-러시아산, 불동, 썬배추, 겉절이배추-국내산, (오징어젓갈, 토하젓, 꿀부기젓)-중국산, 고추가루-중국산, 쌀가루-외국산(단팔죽&단호박죽사용), 장어-중국산, 건새우-중국산

량 1800~2000kcal, 단백질55~80g)

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

HH푸드

♥ 주 간 식 단 표 ♥

담당자	대표
서은아	김현화

	09월 27일(일)	09월 28일(월)	09월 29일(화)	09월 30일(수)		
	잡곡밥 시래기된장국	잡곡밥 복어계란국	잡곡밥 건새우미역국	잡곡밥 유채된장국		
아	중화풍계란볶음 건새우마늘종볶음 참치김치볶음 배추김치	돈채피망볶음 오징어젓갈무침 자반볶음 배추김치	소보루매란장조림 도토리묵*양념장 궁채장아찌 배추김치	닭살데리야끼조림 건새우무조림 백목이장아찌 배추김치		
침	옥수수죽 625kcal/25g	단호박죽 626kcal/25g	옥수수죽 629kcal/26g	닭영양죽 625kcal/25g		
점	잡곡밥 낙지연포탕 순대야채볶음 양배추쌈*쌈장 갯잎지무침 배추김치	잡곡밥 근대된장국 안동찜닭 오이도라지초무침 새송이굴소스볶음 배추김치	잡곡밥 순두부찌개 순살돈까스*소스 호박젓국나물 감자매콤조림 배추김치	잡곡밥 모듬어묵탕 제육볶음 애너타리버섯볶음 얼갈이겉절이 배추김치		
심	흑임자죽 629kcal/26g	소고기죽 635kcal/29g	순두부죽 630kcal/29g	단호박죽 630kcal/27g		
저	잡곡밥 아욱된장국 후랑크야채볶음 미역줄기맛살볶음 청경채나물 배추김치	잡곡밥 경상도식소고기무국 삼치무조림 야채계란찜 열무나물 배추김치	잡곡밥 열무된장국 마파두부 미니리무생채 청포묵부추무침 배추김치	잡곡밥 시래기된장국 떡갈비마늘간장조림 천사채샐러드 콩나물무침 배추김치		
녁	계란죽 631kcal/26g	새우죽 629kcal/28g	야채죽 630kcal/26g	흑임자죽 630kcal/29g		

쌀-국내산, 순대-국내산, 김치-중국산, 닭고기-국내산(정육:브라질산), 우물살(국거리)-호주산, 우삼겹-미국산, 돈후지(찌개, 민찌, 감자탕용, 수육, 볶음용)-국내산, 돈갈비-칠레산, 고등어-국내산, 미꾸라지, 굴-국산(바지락살 아귀)-중국산, 돈등뼈/떡갈비-국내산, 오리훈제-중국산, 햄-돈육:외국산&국산, 계육:국내산, 쥐어찌 명엽제, 베이컨, 홍합살-외국산, 민물새우-인도, 주꾸미, 낙지, 베트남산, 오리훈제-중국, (돈가스, 함박, 치킨가스, 동그랑땡, 미트볼, 탕수육, 너비아니)-계육&돈육:국내산, 두부(콩)-수입산, 동태, 코다리-러시아산, 오징어(초핑)-페루산, 가디랑어-원양산, 가자미-외국산, 갈치-수리남산, 명태, 고이, 동태, 알-러시아산, 불동, 씬배추, 겉절이배추-국내산, (오징어젓갈, 토하젓, 팔투기젓)-중국산, 고추기루-중국산, 쌀가루-외국산(단팔죽&단호박죽사용), 장어-중국산, 건새우-중국산

량 1800~2000kcal, 단백질55~80g)

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

HH푸드