

9월 3째주 식 단 표

구분	월	화	수	목	금	토	일
	9월 14일	9월 15일	9월 16일	9월 17일	9월 18일	9월 19일	9월 20일
활기찬 아침	흰밥/흰죽 열무된장국 야채계란찜 부들어묵양파볶음 오복지무침 포기김치	흰밥/흰죽 배추콩가루국 돈채피망볶음 참나물두부무침 숙주나물무침 포기김치	흰밥/흰죽 북어국 프랑크소시지구이 청경채나물무침 오그락지무침 포기김치	흰밥/흰죽 바지락감자국 돈육장조림 우영채조림 당근라페 포기김치	흰밥/흰죽 순두부들깨탕 너비아니구이 키드니곤약조림 양배추적채나물 포기김치	흰밥/흰죽 콩비지탕 참치마파두부 호박양파볶음 무짬지채무침 포기김치	흰밥/흰죽 누룽지 오징어야채볶음 유부맛살볶음 깻잎지 포기김치
	490	492	496	495	488	494	489
오전간식	플레인요플레	비피더스	플레인요플레	플레인요플레	비피더스	플레인요플레	플레인요플레
건강한 점심	흰밥/순두부죽 콩나물국 제육볶음 새송이버섯볶음 양배추쌈*쌈장 포기김치	흰밥/소고기야채죽 부추계란탕 해물두부스테이크 시래기된장지짐 브로컬리 *초장 포기김치	기장밥/버섯죽 얼갈이육개장 카레소스 돈육잡채 무쌈무침 포기김치	흰밥/콩죽 유부미소장국 멘치카스*소스 토마토냉파스타 무생채 포기김치	흰밥/닭죽 소고기미역국 감자미트볼조림 콩나물무침 죽봉어묵볶음 포기김치	흰밥/계란죽 시래기된장국 닭살당면조림 도토리묵속갓무침 고춧잎무침 포기김치	흰밥/들깨죽 바지락살콩나물국 돈육김치볶음 감자조림 연근유자청무침 포기김치
	529	535	533	546	536	525	529
오후간식	쿠키*요쿠르트	밤만주*요쿠르트	황도	미니호떡*요쿠르트	찐감자*식혜	바나나	팔죽
행복한 저녁	흰밥/바지락살죽 다시마무국 햄마늘쫄볶음 도라지무나물 단호박샐러드 포기김치	흰밥/두부야채죽 호박두부된장국 해물완자전 콩나물무침 오이지무침 포기김치	흰밥/참깨죽 미역국 돈민찌가지볶음 애호박채나물 콘샐러드 포기김치	흰밥/녹두죽 아욱된장국 메밀전병 비엔나피망케찹조림 열무쌈장무침 포기김치	흰밥/미역죽 시금치된장국 계란말이 브로컬리두부무침 미역줄기양파볶음 포기김치	흰밥/흑임자죽 감자수제비국 돈채표고버섯볶음 얼갈이나물 무침 숙주나물굴소스볶음 포기김치	흰밥/브로컬리죽 홍합살무국 베이컨그린빈스볶음 새송이버섯볶음 갓절임무침 포기김치
	495	493	501	503	507	502	498
원산지	참쌀,쌀,죽-국내산,배추김치(배추-국내산,고춧가루-중국산),소고기-호주산,고등어,삼치-국산,대구-원양산,코다리-러시아산,쭈꾸미-베트남,중국산,동태포-러시아,오징어채-칠레,오징어젓-오징어(중국),참치캔-가다랑어(원양),고등어-국내,두부,콩비지(콩),순두부,연두부-수입산, 닭가슴살,통닭,닭토막-국내산,비엔나,후랑크,소모크-닭,돼지(국산),미트볼-계육(국산),함박스테이크-닭,돼지(국내),돈가스-돈육,계육(국산),생선까스-중국,동그랑땡-돈육,계육(국내),다코야끼-문어,오징어(중국),청파래오징어까스-오징어(칠레) 어묵-외국산,대구-원양산,새우젓-베트남산,기장-호주산,가자미,임연수-러시아산,오리(훈제)-중국산,바지락,홍합-중국산,돼지고기보쌈용-벨기에,갈치-세네갈,참조기-중국산,콩치캔-원양산,민물새우-인도산,삼겹살-독일산,미국산						

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

※ 식사 칼로리는 1일 필요추정량 평균 기준으로 작성하고 있습니다. (일일 1,500~1,600)

※ 생선구이는 다진찬,갈찬은생선까스로,생선조림일경우 다진찬,갈찬의 경우 고등어캔이나 두부로 대체 제공.

※ 기피음식 및 알려지있는 식품은 대체품을 제공해 드리고있습니다.

* 식사: 참치,공치(2층 이순희)/ 고등어(3층 유영위)/ 고등어,공치(4층 이정순)/ 순대(3층 전정숙) 해당어르신들 기피,알레르기 음식은 계란후라이로 대체 제공해드립니다.

* 간식: 복숭아(2층 윤성복,최봉남,4층 이몽개)/ 치즈,자몽(2층 이순희) 해당어르신들 기피,알레르기 음식은 사과주스or두유로 대체 제공해드립니다.

* 오전간식: 요플레->포카리음료 대체 제공 (3층 김정단 , 4층 이정순) *오전,오후간식 당술루션 뉴케어로 제공(5층 김금레이르신)

* 일반간식 못 드시는 갈찬 어르신: 오후간식->두유, 주스, 스프, 같은 과일 등 부드러운 간식으로 대체 제공