

10월 1째주 식 단 표

구분	월	화	수	목	금	토	일
	10월 5일	10월 6일	10월 7일	10월 8일	10월 9일	10월 10일	10월 11일
활기찬 아침	흰밥/흰죽 열무된장국 돈사태무조림 감자조림 오이지무침 포기김치	흰밥/흰죽 순두부백탕 참치캔김치볶음 호박양파볶음 고춧잎무침 포기김치	흰밥/흰죽 호박두부된장국 미니함박피망조림 도라지무나물 마늘쫄지무침 백김치	흰밥/흰죽 감자양파국 돈육메알장조림 고사리나물볶음 썩갓두부무침 포기김치	흰밥/흰죽 순두부들깨탕 미트볼야채볶음 우영표고버섯조림 궁채짬아찌 포기김치	흰밥/흰죽 우거지국 너비아니구이 연두부*양념장 오그락지무침 포기김치	흰밥/흰죽 시래기된장국 크레미계란볶음 가지양파볶음 양념깻잎지 포기김치
	489	493	496	494	494	492	490
오전간식	플레인요플레	비피더스	플레인요플레	플레인요플레	비피더스	플레인요플레	플레인요플레
건강한 점심	흰밥/순두부죽 콩나물무채국 코다리무조림 미역줄기볶음 브로컬리*초장 포기김치	흰밥/소고기야채죽 콩비지국 떡갈비조림 감자채볶음 얼갈이된장나물 포기김치	기장밥/버섯죽 건새우아욱국 들깨버섯제육볶음 콩나물무침 배추쌈*쌈장 포기김치	흰밥/콩죽 유부미소장국 가자미구이 한식잡채 치커리사과무침 포기김치	흰밥/닭죽 소고기미역국 동그랑땡전 숙주나물무침 무생채 포기김치	흰밥/계란죽 꽃게어묵탕 짜장소스 표고탕수*소스 양배추흑임자샐러드 포기김치	흰밥/들깨죽 김치콩나물국 닭살순대야채볶음 느타리버섯볶음 실곤약야채무침 포기김치
	532	525	558	530	529	540	528
오후간식	쿠키*요쿠르트	밤만주*요쿠르트	황도	밀크롤케익*요쿠르트	찐감자*식혜	바나나	팔죽
행복한 저녁	흰밥/바지락살죽 소고기무국 새우그린빈스볶음 어묵양파볶음 고들빼기무침 포기김치	흰밥/두부야채죽 배추콩가루국 계란말이 시래기된장지짐 해초무침 포기김치	흰밥/참깨죽 바지락살미역국 베이컨그린빈스볶음 연근조림 열무겉절이 포기김치	흰밥/녹두죽 다시마무국 두부계란전 새송이버섯볶음 오이탕탕이무침 포기김치	흰밥/미역죽 시금치된장국 돈채야채볶음 브로컬리참깨무침 단호박샐러드 포기김치	흰밥/흑임자죽 만두국 메밀전병 콩나물무침 툇두부무침 포기김치	흰밥/브로컬리죽 홍합살무국 옥수수야채전 도토리묵무침 갯절임무침 포기김치
	502	499	504	510	509	505	506
원산지	참살,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),돈까스-돈육,계육(국산),생선까스-중국,통그랑땡-돈육,계육(국내),다코야끼-문어,오징어(중국),청파레오징어까스-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,공치캔-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 김금레어르신)

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