

주간식단표

닥터정요양원 2023년

일자	11월 20일	11월 21일	11월 22일	11월 23일	11월 24일	11월 25일	11월 26일
요일	월	화	수	목	금	토	일
정성이 가득한 조식	백미밥/원죽 아욱된장국 메추리알조림 얼갈이된장지짐 파래자반 배추김치	백미밥/원죽 오징어두부국 어묵야채굴소스볶음 미역줄기나물 깻잎지 배추김치	백미밥/원죽 순두부계란탕 소세지감자양념조림 멸치파리볶음 가지절임 배추김치	백미밥/원죽 소고기고사리국 미트볼조림 미나리나물 오징어젓무채무침 배추김치	백미밥/원죽 미소된장국 콩치감자조림 세발나물 간장마늘지 배추김치	백미밥/원죽 누룽지탕 맛살두부조림 청경채나물 쌈무무침 배추김치	백미밥/원죽 두부맑은된장국 너비아니야채볶음 열무된장무침 명이나물절임 배추김치
즐거 운 가득한 중식	백미밥/원죽 콩나물국 돈육야채볶음 우엉채흑임자무침 푸실리아채볶음 배추김치	백미밥/원죽 황태무채국 고등어고사리조림 청경채나물 야채샐러드 배추김치	백미밥/원죽 얼갈이해장국 오징어야채볶음 어묵잡채 돈나물/초장 배추김치	백미밥/원죽 미역된장국 버섯소불고기 시래기된장무침 무나물 배추김치	취나물밥/원죽 호박야채된장국 닭살새송이볶음 치커리들깨소스무침 양배추나물 배추김치	백미밥/원죽 콩나물얼갈이국 팔보채 양배추무침/떡볶이 마카로니콘샐러드 배추김치	백미밥/원죽 고등어추어탕 당면계란부침 느타리아채볶음 단무지 배추김치
2시간	쿠키/두유	요플레	커스터드/요구르트	감자/식혜	쿠키/두유	비피더스	요플레
건강을 생각한 석식	백미밥/원죽 소고기무국 계란스크램블 탕평채 오복지 포기김치	백미밥/원죽 콩비지탕 치킨너겟야채볶음 미니새송이조림 고들빼기무침 포기김치	백미밥/원죽 전새우아욱국 올방개묵/양념장 돈민짜버섯볶음 숙주맛살무침 포기김치	백미밥/원죽 얼갈이국 맛살야채전 콩나물무침 궁채절임 포기김치	백미밥/원죽 청국장 우민짜숙주볶음 보리새우무조림 된장콩잎지 포기김치	백미밥/원죽 들기름미역국 다진고기야채전 방풍나물 오이피클 포기김치	백미밥/원죽 소고기우거지탕 동그랑땡조림 호박양파새우젓볶음 오복지무침 포기김치

※ 모든식사는 저염식으로 제공되며 당노식은 적정혈당으로 배식량이 조절됩니다. ※
원산지 : 쌀(국내산), 김치(중국산), 소고기(수입산,국내산), 돼지고기(수입산,국내산), 닭고기(국내산), 두부류(수입산)