

주간식단표

닥터정요양원 2023년

일자	12월 11일	12월 12일	12월 13일	12월 14일	12월 15일	12월 16일	12월 17일
요일	월	화	수	목	금	토	일
정성이 가득한 조식	백미밥/흰죽 소고기무국 다진고기죽순볶음 고사리들깨나물 파래무침 배추김치	백미밥/흰죽 호박두부된장국 소세지감자조림 숙주나물 깻잎지 배추김치	백미밥/흰죽 오징어무국 돈민짜가지볶음 표고채나물볶음 오복지 배추김치	백미밥/흰죽 미역국 메추리알조림 참나물무침 우엉조림 배추김치	백미밥/흰죽 유부장국 베이컨야채볶음 두부조림 연근조림 배추김치	백미밥/흰죽 누룽지탕 맛살피망볶음 들깨시래기나물 무판지무침 배추김치	백미밥/흰죽 오징어무국 새우무조림 순두부찜/양념장 깻잎지 배추김치
즐거움 가득한 중식	백미밥/흰죽 팽이두부된장국 오징어콩나물찜 도토리묵속갓무침 무나물 겉절이김치	백미밥/흰죽 다시마무채국 안동식당찜 모자반두부무침 상추양파채무침 배추김치	백미밥/흰죽 호박된장국 소불고기 콩나물무침 돈나물/초장 배추김치	백미밥/흰죽 황태순두부탕 해물동그랑땡전 잡채 치커리생채 배추김치	백미밥/흰죽 콩나물해장국 오돈불고기 속갓두부무침 상추쌈/쌈장 배추김치	백미밥/흰죽 계란부추국 짜장소스 막국수야채무침 단무지무침 배추김치	백미밥/흰죽 두부김치국 오리고기야채볶음 올방개묵/양념장 천사채샐러드 배추김치
2.후간식	요플레	초코쿠키/요구르트	비피더스	감자/식혜	계란샌드위치/요구르트	곡물과자/두유	요플레
건강을 생각한 석식	백미밥/흰죽 소고기우거지국 김가루계란말이 얼갈이나물 고춧잎장아찌 배추김치	백미밥/흰죽 맑은콩나물국 미트볼토마토조림 미역줄기나물 단무지무침 배추김치	백미밥/흰죽 복어계란탕 마파두부 가지양파볶음 오복지 배추김치	백미밥/흰죽 사골만두국 코다리단호박조림 양배추무침 비름나물 배추김치	백미밥/흰죽 달콤탕/대파송송 어묵브로콜리볶음 감자조림 오이지무침 배추김치	백미밥/흰죽 두부된장국 달야채조림 무나물 치커리양파생채 배추김치	백미밥/흰죽 참기름미역국 햄피망볶음 야채튀김 아삭이고추무침 배추김치

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