

식단표

2022년 04월

제일요양원

구분						금(04.01)	토(04.02)
아침 식단						쌀밥/당뇨잡곡 북어국 돈채야채볶음 취나물볶음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 옥수수스프 동그랑땡전 오복지무침 김치
점심 식단						쌀밥/당뇨잡곡 소고기미역국 해물푸실리파스 타 어묵채마늘쫄볶음 세발유자무침 김치	차조밥/당뇨잡곡 청국장 버섯불고기 삼색겨자냉채 아삭이고추무침 김치
저녁 식단						쌀밥/당뇨잡곡 들깨무채국 오리야채볶음 얼갈이나물 김치	쌀밥/당뇨잡곡 콩가루쭈욱국 삼치무조림 가지나물무침 김치
오후 간식						오피레	핫케이크 배주스
구분	일(04.03)	월(04.04)	화(04.05)	수(04.06)	목(04.07)	금(04.08)	토(04.09)
아침 식단	쌀밥/당뇨잡곡 콩나물국 계란말이 오징어젓갈 김치	쌀밥/당뇨잡곡 누룽지탕 두부계란부침 우엉채조림 김치	쌀밥/당뇨잡곡 순두부백탕 분홍소시지전 간장깻잎지 김치	쌀밥/당뇨잡곡 어묵국 우채오이볶음 오복지무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 양송이소프 두부조림 고사리볶음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 감자국 날치알계란찜 우거지된장지짐 김치	쌀밥/당뇨잡곡 누룽지탕 돈채야채볶음 오징어젓갈 김치
점심 식단	쌀밥/당뇨잡곡 쇠고기우거지국 닭야채볶음 청포묵무침 시금치나물 김치	매콤어묵국 생선까스/소스 치커리유자무침 베이컨숙주볶음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 청국장 간장돈육볶음 새송이청경채볶음 돌나물초장무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 유부미소국 무밥/달래간장 두부강정 맥스칸샐러드 김치	쌀밥/당뇨잡곡 사골우거지국 가자미카레구이 불어묵감자조림 치커리무생채 김치	팔밥/당뇨잡곡 홍합살미역국 콩나물불고기 양배추쌈/쌈장 썩갓두부무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 부대찌개 자반고등어구이 숙주배추무침 어묵채마늘쫄볶음 김치
저녁 식단	쌀밥/당뇨잡곡 건새우아욱국 동태전 숙주나물무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 배추된장국 우불고기볶음 깻순볶음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 미역된장국 코다리무조림 견치들깨볶음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 만두국 해물동그랑땡전 얼갈이무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 콩나물국 닭볶음탕 도토리묵무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 근대된장국 무돈육조림 가지두반장볶음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 순두부국 짜장돈육볶음 호박나물볶음 김치
오후 간식	바나나	후레쉬베리 요구르트	썩버무리 유자차	쥬빵 배주스	밤만쥬 사과주스	프레치토스트 두유	오피레

구분	일(04.10)	월(04.11)	화(04.12)	수(04.13)	목(04.14)	금(04.15)	토(04.16)
아침 식단	쌀밥/당뇨잡곡 북어국 계란말이 취나물볶음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 옥수수스프 연두부/양념장 오복지무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 북어국 스크램블에그 우엉채조림 김치	쌀밥/당뇨잡곡 누룽지탕 우채오이볶음 오징어젓갈 김치	쌀밥/당뇨잡곡 시금치된장국 날치알계란찜 고사리나물 김치	쌀밥/당뇨잡곡 우거지된장국 두부계란부침 된장깻잎지 김치	쌀밥/당뇨잡곡 양송이스프 돈채야채볶음 오복지무침 김치
점심 식단	차조밥/당뇨잡곡 된장찌개 안동찜닭 청포묵무침 미역줄기볶음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 오징어호박국 제육떡볶음 맛살브로콜리볶음 세발김가루무침 김치	기장밥/당뇨잡곡 무항북이탕 두릅도라지잡채 볼어묵간풍기 오이꼬시래기무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 달래된장찌개 간장돈육볶음 삼색겨자채무침 단호박감자조림 김치	흑미밥/당뇨잡곡 백짬뽕국 마파두부 참쌀탕수육/소스 짜사이무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 육개장 쭈꾸미불고기 두릅/브로콜리튀김 치커리사과무침 김치	차조밥/당뇨잡곡 콩나물김치국 떡갈비조림 쌈다시마/초장 감자고추장볶음 김치
저녁 식단	쌀밥/당뇨잡곡 건새우아육국 오리야채볶음 시금치나물 김치	쌀밥/당뇨잡곡 배추된장국 임연수조림 참나물무생채 김치	쌀밥/당뇨잡곡 콩나물국 우불고기볶음 얼갈이된장무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 순두부국 해물동그랑땡전 고구마순볶음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 어묵국 데리닭조림 청포묵무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 들깨무채국 삼치구이 호박나물볶음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 건새우아육국 오리야채볶음 비름나물무침 김치
오후 간식	바나나	찰보리빵 아침햇살	술빵 매실차	치즈케이크 유자차	요플레	카스타드 요구르트	핫케이크 두유
구분	일(04.17)	월(04.18)	화(04.19)	수(04.20)	목(04.21)	금(04.22)	토(04.23)
아침 식단	쌀밥/당뇨잡곡 맑은미역국 계란말이 민짜가지볶음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 누룽지탕 후랑크감자볶음 우거지된장지짐 김치	쌀밥/당뇨잡곡 쇠고기무국 두부구이/양념장 고사리나물 김치	쌀밥/당뇨잡곡 옥수수스프 돈채야채볶음 양념깻잎지 김치	쌀밥/당뇨잡곡 들깨무채국 우채오이볶음 도시락김 김치	쌀밥/당뇨잡곡 누룽지탕 스크램블에그 오징어젓갈 김치	쌀밥/당뇨잡곡 콩가루배추국 동그랑땡전 취나물볶음 김치
점심 식단	쌀밥/당뇨잡곡 북어국 닭야채볶음 연근샐러드/소스 시금치나물 김치	기장밥/당뇨잡곡 버섯순두부탕 콩나물돈육볶음 아삭이고추무침 미나리무생채 김치	쌀밥/당뇨잡곡 유부미소국 닭볶음탕 베이컨숙주볶음 비름나물무침 김치	주먹밥/당뇨잡곡 계란파국 짜장면 야채고로케/케첩 단무지무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 만두국 참치두부조림 도토리묵/양념장 시금치무침 김치	차조밥/당뇨잡곡 건새우아육국 코다리강정 두릅전 콩나물무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 단호박크림스프 돈까스/소스 치커리유자무침 매콤어묵볶음 김치
저녁 식단	쌀밥/당뇨잡곡 단호박국 동태전 취나물된장무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 된장찌개 우불고기볶음 얼무된장무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 배추된장국 분홍소시지전 청포묵무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 어묵국 공치무조림 건새우마늘쫀득 음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 콩나물국 오리야채볶음 얼갈이무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 시금치된장국 파리돈장조림 고구마순볶음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 순두부국 제육볶음 상추쌈/쌈장 김치
오후 간식	바나나	미니샌드 바나나맛우유	콩비지전 매실차	요플레	쫄빵 유자차	단호박찜 아침햇살	후레쉬베리 요구르트

구분	일(04.24)	월(04.25)	화(04.26)	수(04.27)	목(04.28)	금(04.29)	토(04.30)
아침 식단	쌀밥/당뇨잡곡 양송이스프 토마토계란볶음 오복지무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 누룽지탕 짜장참치볶음 간장깻잎지 김치	쌀밥/당뇨잡곡 쇠고기무국 계란말이 우엉채조림 김치	쌀밥/당뇨잡곡 옥수수스프 두부조림 오복지무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 북어국 돈채야채볶음 도시락김 김치	쌀밥/당뇨잡곡 누룽지탕 연두부/양념장 취나물볶음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 콩나물국 해물동그랑땡전 오징어젓갈 김치
점심 식단	수수밥/당뇨잡곡 김치찌개 가자미구이 참나물겉절이 가지두반장볶음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 매생이굴국 오삼불고기 양배추쌈/쌈장 무나물 김치	기장밥/당뇨잡곡 애호박명란젓국 제육볶음 숙주나물무침 오이도라지무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 달래된장국 가자미조림 새송이청경채무 침 쌈다시마/초장 김치	흑미밥/당뇨잡곡 닭개장' 한식잡채 마카로니콘샐러 드 세발유자무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 썩갓어묵국 카레닭볶음 가지/단호박튀김 미역줄기볶음 김치	차조밥/당뇨잡곡 김치찌개 계란찜 무생채 햄브로콜리볶음 김치
저녁 식단	쌀밥/당뇨잡곡 북어국 닭야채조림 맛살브로콜리볶 음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 유부미소국 동태전 비름나물무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 미역국 오리부추무침 시금치나물 김치	쌀밥/당뇨잡곡 아욱된장국 닭볶음탕 얼갈이무침 김치	쌀밥/당뇨잡곡 단호박무국 분홍소시지전 고구마순볶음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 근대된장국 우불고기볶음 고사리볶음 김치	쌀밥/당뇨잡곡 순두부국 임연수구이 호박나물볶음 김치
오후 간식	바나나	마들렌 바나나우유	요플레	치즈케이크 배주스	술빵 유자차	카스타드 요구르트	프렌치토스트 두유

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