

식단표

2024년 08월

덕소효드림요양원

구분					목(08.01)	금(08.02)	토(08.03)
아침 식단					잡곡밥 근대된장국 햄구이 시금치나물 배추김치	잡곡밥 시래기된장국 두부양념조림 건파래자반 배추김치	잡곡밥 쇠고기미역국 떡갈비조림 고구마순나물 배추김치
점심 식단					잡곡밥 설렁탕 삼치조림 들깨무나물 배추김치	잡곡밥 콩나물국 찜닭 청경채나물 배추김치	잡곡밥 순두부찌개 임연수구이 고춧잎나물 배추김치
저녁 식단					잡곡밥 달걀파국 돈육짜장볶음 비름나물 배추김치	잡곡밥 청국장찌개 쇠불고기 열무나물 배추김치	잡곡밥 북어김치국 돈육양파볶음 애호박나물 배추김치
구분	일(08.04)	월(08.05)	화(08.06)	수(08.07)	목(08.08)	금(08.09)	토(08.10)
아침 식단	잡곡밥 콩가루배추국 채소달걀찜 브로콜리숙회&초 장 배추김치	잡곡밥 쇠고기무국 조기구이 도라지나물 배추김치	잡곡밥 콩나물국 메추리알파리고 추조림 근대고추장나물 배추김치	잡곡밥 맑은애호박국 동그랑땡전 참나물무침 배추김치	잡곡밥 시금치된장국 채소달걀말이 깻잎순나물 배추김치	잡곡밥 김치국 두부조림 비름나물 배추김치	잡곡밥 근대된장국 메추리알곤약조 림 고사리나물 배추김치
점심 식단	잡곡밥 두부탕국 오리불고기 참나물무침 배추김치	잡곡밥 맑은유부국 돈육목살구이 고사리나물 배추김치	잡곡밥 쇠고기숙주덮밥 미소장국 도토리묵상추무 침 연근조림 배추김치	잡곡밥 배추된장국 고등어조림 느타리버섯나물 배추김치	잡곡밥 들깨버섯국 제육불고기 맛살오이냉채 배추김치	잡곡밥 닭곰탕 가자미카레구이 애호박볶음 배추김치	잡곡밥 동태살국 쇠고기육전 열무된장나물 배추김치
저녁 식단	잡곡밥 얼갈이된장국 동태전 취나물무침 배추김치	잡곡밥 북어국 마파두부 오이무침 배추김치	잡곡밥 순두부백탕 낙지볶음 시금치나물 배추김치	잡곡밥 미역국 돈육부추볶음 죽순채볶음 배추김치	잡곡밥 배추된장국 코다리조림 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 쇠고기무국 해물찜 부추양파무침 배추김치	잡곡밥 사골우거지국 닭다리살구이 오이나물 배추김치
구분	일(08.11)	월(08.12)	화(08.13)	수(08.14)	목(08.15)	금(08.16)	토(08.17)
아침 식단	잡곡밥 홍합살미역국 떡갈비구이 숙주나물 배추김치	잡곡밥 콩나물국 가자미양념찜 얼갈이나물 배추김치	잡곡밥 호박새우젓국 옛날소시지전 아욱된장무침 배추김치	잡곡밥 북어국 스크램블에그 시래기나물 배추김치	잡곡밥 달걀파국 참치김치볶음 참나물무침 배추김치	잡곡밥 시금치된장국 돈사태찜 무생채 배추김치	잡곡밥 쇠고기미역국 해물완자조림 얼갈이나물 배추김치
점심 식단	잡곡밥 된장찌개 삼치구이 호박잎나물 배추김치	잡곡밥 시래기된장국 오리훈제구이 오이무침 배추김치	잡곡밥 카레라이스 팽이버섯장국 꼬마돈까스 양상추샐러드 배추김치	잡곡밥 닭다리백숙 부추전 아삭이고추된장 무침 배추김치	잡곡밥 들깨버섯탕 쇠고기곤약조림 미역초무침 배추김치	잡곡밥 두부김치찌개 채소달걀말이 열무된장나물 배추김치	잡곡밥 호박잎된장국 수육 가지나물 배추김치
저녁 식단	잡곡밥 오이냉국 돈육굴소스볶음 음 근대나물 배추김치	잡곡밥 쇠고기무국 두부양념조림 건파래자반 배추김치	잡곡밥 미역국 차돌박이숙주볶 음 고사리나물 배추김치	잡곡밥 물만두국 콩치무조림 열무나물 배추김치	잡곡밥 육개장 동그랑땡전 고춧잎나물 배추김치	잡곡밥 호박새우젓국 동태무조림 청경채무침 배추김치	잡곡밥 감자양파국 닭볶음탕 양념깻잎지 배추김치

구분	일(08.18)	월(08.19)	화(08.20)	수(08.21)	목(08.22)	금(08.23)	토(08.24)
아침 식단	잡곡밥 김치국 돈육곤약조림 청경채나물 배추김치	잡곡밥 맑은애호박국 두부구이&양념장 고구마순나물 배추김치	잡곡밥 쇠고기무국 닭살굴소스볶음 비름나물 배추김치	잡곡밥 맑은버섯국 날치알달걀찜 가지나물 배추김치	잡곡밥 쇠고기미역국 임연수구이 고사리나물 배추김치	잡곡밥 근대된장국 두부양념조림 고구마순나물 배추김치	잡곡밥 달걀파국 떡갈비구이 양념깻잎지 배추김치
점심 식단	잡곡밥 오이미역냉국 낙지볶음 참나물무침 배추김치	잡곡밥 복어국 제육볶음 상추겉절이 배추김치	콩국수 잡곡밥1/2 물만두찜 치커리토마토무 침 열무김치	잡곡밥 얼갈이된장국 돈육갈비찜 부추양파무침 배추김치	잡곡밥 애호박된장국 훈제오리구이&머 스타드소스 느타리버섯볶음 배추김치	잡곡밥 육개장 달걀말이 아욱된장나물 배추김치	잡곡밥 쇠고기무국 해물완자전 참나물무침 배추김치
저녁 식단	잡곡밥 근대된장국 쇠불고기 숙주나물 배추김치	잡곡밥 시래기된장국 가자미구이 열무나물 배추김치	잡곡밥 조개살무국 돈채파프리카볶 음 오이나물 배추김치	잡곡밥 닭곰탕 마파두부 깻잎순나물 배추김치	잡곡밥 얼큰콩나물국 돈육간장불고기 양배추찜&쌈장 배추김치	잡곡밥 만두국 삼치무조림 참나물무침 배추김치	잡곡밥 순살감자탕 두부구이&양념장 열무나물 배추김치
구분	일(08.25)	월(08.26)	화(08.27)	수(08.28)	목(08.29)	금(08.30)	토(08.31)
아침 식단	잡곡밥 다시마무채국 고등어구이 숙주나물 배추김치	잡곡밥 감자국 채소달걀말이 시금치나물 배추김치	잡곡밥 들깨버섯국 쇠고기장조림 청경채나물 배추김치	잡곡밥 복어국 마파두부 깻잎순나물 배추김치	잡곡밥 김치국 닭다리살구이 상추겉절이 배추김치	잡곡밥 얼큰쇠고기국 너비아니구이 애호박나물 배추김치	잡곡밥 미역국 스크랩블에그 고사리나물 배추김치
점심 식단	잡곡밥 맑은애호박국 닭볶음탕 오이무침 배추김치	잡곡밥 청국장찌개 오리훈제찜 부추양파무침 배추김치	잡곡밥 유부된장국 돈까스&소스 도토리묵상추무 침 배추김치	잡곡밥 배추된장국 삼치구이 들깨무나물 배추김치	짜장밥 달걀파국 군만두 그린샐러드&오리 엔탈드레싱 배추김치	잡곡밥 순두부찌개 조기구이 참나물무침 배추김치	잡곡밥 호박임된장국 제육볶음 양배추나물 배추김치
저녁 식단	잡곡밥 차돌된장국 떡갈비구이 청경채나물 배추김치	잡곡밥 사골우거지국 가자미조림 감자당근채볶음 배추김치	잡곡밥 미역국 돈사태찜 근대나물무침 배추김치	잡곡밥 오징어무국 쇠고기버섯불고 기 고춧잎나물 배추김치	잡곡밥 맑은두부국 코다리양념찜 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 건새우무국 닭갈비 가지나물 배추김치	잡곡밥 동태찌개 맛살전 청경채겉절이 배추김치

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

※ 원산지 표시 : *쌀(죽):국내산 *야채류(배추, 무우, 양배추, 양파, 시금치, 청경채, 근대, 느타리버섯, 새송이, 오이, 열무,피망, 감자,참나물,아욱, 세발나물, 봄동,미나리 등)-국내산

*식육가공류: 돈육, 계육-국내산 *돈육:국내산 *참치캔:동원식품 *맛살:행복한맛남 *건어물:국내산 *콩치캔:동원식품

*간장:신송식품 *된장:참고을*고추장:참고을 :우육:수입산 돈육:국내산 계육:브라질산 참치캔:동원 건어물:국내산

간장:신송 된장:베스트코 코다리:러시아산 고추가루:국산 배추김치:중국산 고추장:해표

※ *알레르기유발음식:난류 땅콩 호두 버섯류 복숭아 조개류포함