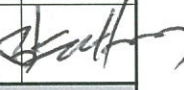


08월 생활관 식단표				결 재	담당 방순진	팀 장 	원 장 
구분	조 식	중 식	석 식				
1/토	콩나물국,콩나물죽 고구마줄기볶음 브로콜리+초장 두부조림,김치	열무국수 김치	버섯장국,버섯죽 애호박나물 도토리묵무침 코다리조림,김치				
2/일	시레기장국,콩죽 메추리알조림 숙주나물 마늘종무침,김치	배추장국.장국죽 고등어조림 미역줄기볶음 무장아찌,김	아욱국,야채죽 어묵조림 돈불고기 깻잎지,김치				
3/월	크림스프,жат죽 돈장조림 새송이볶음 구운김,김치	쇠고기미역국,미역죽 얼갈이무침 멸치볶음 오징어젓,김치	두부찌개,쇠고기죽 계란조림 고구마줄기볶음 얼갈이무침,김치				
4/화	무채국,흰죽 맛살조림 들깨토란대볶음 오징어젓,김치	얼갈이장국,야채죽 버섯불고기 미역무침 양배추쌈,김치	근대장국,근대죽 콩치조림 도라지나물 참나물무침,김치				
5/수	황태국,황태죽 무나물 파래무침 오이지무침,김치	오이냉국,호박죽 고등어무조림 애호박나물 마늘쫀무침,김치	된장찌개,장국죽 오징어숙회 두부조림 열무무침,김치				
6/목	미역장국,미역죽 멸치볶음 곤약조림 구운김,김치	두부장국,콩나물죽 돈장조림 두부조림 무장아찌,김치	쇠고기무국,흰죽 가자미조림 콩나물무침 오징어젓,김치				
7/금	아욱국,아욱죽 우엉조림 미역줄기무침 무말랭이무침,김치	어묵무국,흑미죽 코다리조림 팽이무나물 깻잎지,김치	두부찌개,감자야채죽 감자조림 고사리볶음 명란젓,김치				

정다운마을 영양사



『식재료원산지』

① 쇠고기,돼지고기: 국내산 ② 쌀,흑미,보리: 국내산 / 배추김치: 국내산 ③ 기장쌀: 중국산

※ 위 식단은 식재료 공급 상황이나 일기에 따라 조금씩 변경될 수 있습니다.

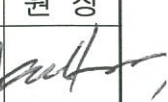
08월 생활관 식단표			결 재	담당 방순진	팀 장	원 장
구분	조 식	중 식	석 식			
8/토	배추장국, 흰죽 열무된장무침 어묵조림 오복채무침, 김치	잔치국수 김치	버섯찌개, 버섯죽 감자채볶음 불고기 오징어젓, 김치			
9/일	콩나물국, 콩나물죽 돈장조림 미역줄기볶음 가지볶음, 김치	쇠고기무국, 야채죽 콩나물무침 메추리알조림 깻잎지, 김치	곤지무국, 브로콜리죽 표고버섯볶음 코다리조림 마늘종무침, 김치			
10/월	아욱국, 아욱죽 우엉조림 멸치볶음 구운김, 김치	황태국, 황태죽 도토리묵무침 가지나물 구운김, 김치	된장찌개, 콩죽 도토리묵무침 고등어조림 양배추쌈, 김치			
11/화	어묵무국, 쇠고기야채죽 브로콜리+초장 두부조림 파리고추조림, 김치	무채국, 녹두죽 돈장조림 숙주무침 깻잎지, 김치	콩나물김치국, 흰죽 숙주무침 계란말이 무말랭이, 김치			
12/수	미역장국, 미역죽 애호박볶음 들깨토란대볶음 오징어젓, 김치	닭곰탕, 닭죽 노각무침 미역줄기볶음 구운김, 김치	동태맑은탕, 감자죽 오이미역무침 맛살야채볶음 무장아찌, 김치			
13/목	근대국, 흑미죽 얼갈이무침 참치야채볶음 구운김, 김치	쇠고기무국, 쇠고기죽 우엉조림 파리고추멸치볶음 오징어젓, 김치	얼갈이장국, 장국죽 콩치조림 비름나물무침 호박나물, 김치			
14/금	무장국, 계란야채죽 숙주무침 햄케찹조림 오징어젓, 김치	콩나물국, 콩나물죽 김치두루치기 두부구이 구운김, 김치	미역국, 야채죽 새송이볶음 두부조림 고사리나물, 김치			

정다운마을 영양사



『식재료원산지』

- ① 쇠고기, 돼지고기: 국내산 ② 쌀, 흑미, 보리: 국내산 / 배추김치: 국내산 ③ 기장쌀: 중국산
※ 위 식단은 식재료 공급 상황이나 일기에 따라 조금씩 변경될 수 있습니다.

07월 생활관 식단표			결재	담당	팀장	원장
				방순진		
구분	조식	중식	석식			
15/토	미역국,미역죽 참치조림 미역줄기볶음 멸치볶음,김치	자장면 단무지	된장찌개,콩죽 코다리조림 고구마줄기볶음 오복채무침,김치			
16/일	콩나물국,콩나물죽 브로콜리+초장 도라지나물 곤약조림,김치	쇠고기무국,쇠고기죽 우엉조림 코다리조림 파리고추찜,김치	미역장국,계란죽 불고기 무나물 오이지무침,김치			
17/월	황태국,황태죽 돈장조림 두부조림 구운김,김치	순두부찌개,흰죽 파래무침 애호박볶음 깻잎지,김치	시래기국,버섯죽 오징어숙회 취나물무침 마늘종무침,김치			
18/화	얼갈이장국,브로콜리죽 숙주무침 어묵조림 오징어젓,김치	근대장국,근대죽 김치두루치기 두부구이 팽이무나물,김치	두부찌개,현미죽 콩나물무침 콩치조림 미역무침,김치			
19/수	아욱국,아욱죽 새송이조림 파래무침 무장아찌,김치	비지찌개,김치죽 미역콩나물무침 계란조림 맛살오이지무침,김치	감자국,감자죽 닭찜 취나물볶음 무말랭이,김치			
20/목	무채국,흑미죽 맛살,조림 애호박나물 구운김,김치	북어미역국,미역죽 메추리알조림 참나물무침 오이지무침,김치	동태찌개,들깨죽 곤약조림 감자조림 얼갈이무침,김치			
21/금	쇠고기무국,쇠고기야채죽 미역줄기볶음 우엉조림 멸치볶음,김치	감자탕,섭죽 미역초무침 들깨토란대볶음 구운김,김치	버섯장국,흑미자죽 고등어조림 오이나물 깻잎지,김치			

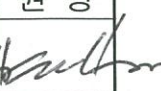
정다운마을 영양사



『식재료원산지』

① 쇠고기,돼지고기: 국내산 ② 쌀,흑미,보리: 국내산 / 배추김치: 국내산
※ 위 식단은 식재료 공급 상황이나 일기에 따라 조금씩 변경될 수 있습니다.

③ 기장쌀: 중국산

08월 생활관 식단표			결 재	담당 방순경	팀 장 	원 장 
구분	조 식	중 식	석 식			
22/토	어묵국, 흰죽 브로콜리+초장 팽이무나물 오징어젓, 김치	칼국수 김치	된장찌개, 호박죽 코다리조림 얼갈이무침 오복채무침, 김치			
23/일	열무장국, 장국죽 메추리알조림 콩나물무침 멸치볶음, 김치	아욱국, 아욱죽 고등어조림 미역줄기볶음 코다리나물, 김치	무채국, 녹두죽 계란조림 도라지나물 두부구이, 김치			
24/월	크림스프, 흰죽 돈장조림 마늘종무침 구운김, 김치	쇠고기무국, 쇠고기죽 청포묵무침 애호박나물 무말랭이무침, 김치	동태찌개, 흑임자죽 계란찜 가자미조림 콩나물무침, 김치			
25/화	미역국, 미역죽 열무무침 곤약조림 명란젓, 김치	배추국, 장국죽 고등어구이 도라지나물 오복채무침, 김치	콩나물국, 콩나물죽 마파두부 미역줄기무침 오징어젓, 김치			
26/수	무채국, 흑미죽 애호박나물 두부조림 마늘종무침, 김치	미역국, 콩죽 콩나물무침 깻잎지 구운김, 김치	청국장찌개, 계란죽 돈육불고기 오이지무침 상추쌈, 김치			
27/목	유부장국, 잣죽 가지볶음 파래무침 오이지, 김치	아욱국, 야채죽 표고불고기 고사리나물 얼갈이무침, 김치	근대장국, 쇠고기죽 양배추쌈 메밀전 멸치볶음, 김치			
28/금	황태국, 현미죽 햄케찹조림 맛살숙주무침 무말랭이, 김치	미역장국, 흑미죽 파리고추찜 콩치조림 구운김, 김치	다시마감자국, 감자죽 계란말이 새송이조림 오징어젓, 김치			

정다운마을 영양사



『식재료원산지』

① 쇠고기, 돼지고기: 국내산 ② 쌀, 흑미, 보리: 국내산 / 배추김치: 국내산 ③ 기장쌀: 중국산

※ 위 식단은 식재료 공급 상황이나 일기에 따라 조금씩 변경될 수 있습니다.

08월 생활관 식단표			결재	담당	팀장	원장
				방순진		
구분	조식	중식	석식			
29/토	얼갈이장국, 흰죽 가지나물 멸치볶음 명란젓, 김치	잔치국수 김치	어육무국, 흑미죽 도토리묵무침 새송이조림 구운김, 김치			
30/일	황태국, 황태죽 열무된장무침 짜리고추찜 오복채무침, 김치	쇠고기무국, 쇠고기죽 두부조림 미역줄기볶음 무말랭이무침, 김치	근대국, 근대죽 코다리조림 얼갈이무침 깻잎지, 김치			
31/월	야채스프, 흰죽 오이지무침 돈장조림 파래무침, 김치	미역국, 미역죽 어묵조림 짜리멸치볶음 오징어젓, 김치	무채국, 브로콜리죽 닭찜 미역오이무침 오이지, 김치			

정다운마을 영양사



『식재료원산지』

① 쇠고기, 돼지고기: 국내산 ② 쌀, 흑미, 보리: 국내산 / 배추김치: 국내산 ③ 기장쌀: 중국산
※ 위 식단은 식재료 공급 상황이나 일기에 따라 조금씩 변경될 수 있습니다.