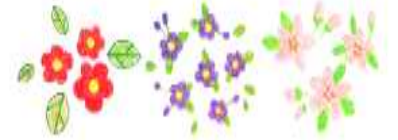




강동요양원 식단표



				10월 1일	10월 2일	10월 3일	10월 4일
				목	금	토	일
행복을 여는 아침				쌀밥/흑임자죽 누룽지탕 돈채버섯볶음 오이소박이 된장찌개 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 황태해장국 베이컨계란볶음 매콤가지양파볶음 고들빼기쪽파무침 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 오징어무국 고기산적대리야끼조림 참나물무침 구이김 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 쇠고기국 연두부&양념장 멸치볶음 청경채된장무침 배추김치/백김치
오전간식				수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼
건강을 생각하는 점심				병아리콩밥/새우살죽 버섯매운탕 순살안동찜닭 감자고추장조림 시금치나물 배추김치/백김치	잡곡밥/팔죽 쇠고기버섯국 오색산적(배추전) 매콤연근조림 부추김무침 배추김치/백김치	잡곡밥/쇠고기야채죽 맑은쇠고기탕국 김치찜닭 비름나물쌈장무침 아채고로케&케첩 배추김치/백김치	잡곡밥/닭죽 청국장찌개 제육볶음 파리초부들볶음 양배추찜&양념장 배추김치/백김치
오후간식				삶은계란	키위	바나나	비피더스
정성을 다하는 저녁				쌀밥/흑임자죽 들깨시락국 매콤돈사태조림 파리초가지양념찜무침 매밀전병 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 쇠고기미역국 닭가슴살냉채 어린열무쌈장무침 갈비만두 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 만두국 매콤콩치감자조림 얼갈이된장무침 호박볶음 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 대구탕 순대깻잎볶음 치커리오리연달소스무침 스크램블에그 배추김치/백김치

쌀,죽:국내산 배추김치:배추,고춧가루(중국산) 배추:국내산 쇠고기:호주산 돼지고기:국내산 닭고기:국내산 오리고기:국내산

코다리,동태:러시아산 미꾸라지:국내산 낙지:베트남산 명태:러시아산 고등어,방어:국내산 갈치:모로코산 조개:중국산 오징어:원양산

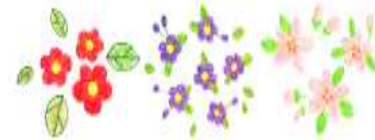
꽃게:중국산 주꾸미:베트남산 아귀:중국산 조기살:중국산 두부(대두):외국산(미국,캐나다,호주) 참치:참치캔(다랑어-원양사) 누룽지:쌀(국내산)

식가공품:국내산,외국산 어묵:중국,베트남산

식단표는 식자재 수급사정에 따라 변경될수 있습니다



강동요양원 식단표



	10월 5일	10월 6일	10월 7일	10월 8일	10월 9일	10월 10일	10월 11일
	월	화	수	목	금	토	일
행복을 여는 아침	쌀밥/흑임자죽 누룽지탕 쇠고기표고버섯볶음 알배기배추계소금무침 갯잎양념무침 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 쇠고기배추국 계란찜 감자채볶음 비타민나물 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 콩나물국 닭다리살간장조림 숙갓두부땅콩무침 구이김 배추김치/백김치	쌀밥/흑임자죽 누룽지탕 돈장조림 근대고추장무침 된장찌개 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 섬초국 순살가자미조림 모듬버섯볶음 고춧잎양념무침 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 낙지연포탕 부드러운너비아니조림 매콤가지양파볶음 브로컬리&초고추장 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 팽이버섯들깨탕 고추장닭불고기 어슷무염조림 숙주미나리무침 배추김치/백김치
오전간식	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼
건강을 생각하는 점심	잡곡밥/참치아채죽 들깨미역국 매콤닭안심조림 열무쌈장무침 고구마맛탕 배추김치/백김치	흑미밥/쇠고기아채죽 꽃게탕 돈까스&소스 동글오이무침 단호박샐러드 배추김치/백김치	잡곡밥/닭죽 단호박카레라이스 미소장국 아채비빔만두 오복지 배추김치/백김치	강남콩밥/새우살죽 등배해장국 해물완자전 아삭이고추&쌈장 숙주나물 배추김치/백김치	잡곡밥/팔죽 들깨무채국 훈제오리김치볶음 아채계란말이 연근조림 파래계자반/백김치	잡곡밥/쇠고기아채죽 청국장찌개 고추장불고기 콩나물무침 잡채어묵간장조림 배추김치/백김치	잡곡밥/닭죽 북어국 하트맛살전 매콤호박볶음 비름나물쌈장무침 배추김치/백김치
오후간식	단호박샐러드	후레쉬베리&요구르트	닭가슴살&칠리소스	연두부&간장	황도	바나나	비피더스
정성을 다하는 저녁	쌀밥/흑임자죽 맑은두부된장국 코다리조림 숙주나물 동그랑땡전 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 얼큰버섯계란탕 돈채짜장볶음 꼬들단무지무침 찜만두 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 육계장 계란장조림 견과류멸치볶음 시금치나물 배추김치/백김치	쌀밥/흑임자죽 단호박스프 매콤두부조림 오이양파무침 꽃맛샐러드 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 어묵국 닭갈비 모듬장아찌 참나물부추전 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 바지락순두부찌개 소불고기 부추젓갈무침 으깬감자샐러드 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 동태국 미트볼피망대리야끼조림 감자채볶음 얼갈이무침 배추김치/백김치

쌀,죽:국내산 배추김치:배추,고춧가루(중국산) 배추:국내산 쇠고기:호주산 돼지고기:국내산 닭고기:국내산 오리고기:국내산

코다리,동태:러시아산 미꾸라지:국내산 낙지:베트남산 명태:러시아산 고등어,방어:국내산 갈치:모로코산 조기:중국산 오징어:원양산

꽃게:중국산 주꾸미:베트남산 아귀:중국산 조기살:중국산 두부(대두):외국산(미국,캐나다,호주) 참치:참치캔(다랑어-원양사) 누룽지:쌀(국내산)

식가공품:국내산,외국산 어묵:중국,베트남산

식단표는 식자재 수급사정에 따라 변경될수 있습니다



강동요양원 식단표



	10월 12일	10월 13일	10월 14일	10월 15일	10월 16일	10월 17일	10월 18일
	월	화	수	목	금	토	일
행복을 여는 아침	쌀밥/흑임자죽 누룽지탕 돈채볶음 감자조림 파래계자반 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 쇠고기대파해장국 청양풍떡갈비조림 버섯계장무침 참나물무침 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 감자양파버섯국 참치양배추볶음 숙주나물 강낭콩조림 배추김치/백김치	쌀밥/흑임자죽 누룽지탕 닭가슴살단호박조림 비타민나물 된장찌개 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 콩나물김치국 무민찌두부조림 브로콜리맛살볶음 오이지고추장무침 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 홍살미역국 소불고기 청포묵김무침 고들빼기쪽파무침 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 오징어무국 메추리알조림 어린열무쌈장무침 다시마튀각 배추김치/백김치
오전간식	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼
건강을 생각하는 점심	잡곡밥/참치야채죽 콩나물파국 방어조림 야채계란말이 오이소박이 배추김치/백김치	기장밥/쇠고기야채죽 들깨시락국 바삭불고기 콩나물무침 김말이튀김 배추김치/백김치	잡곡밥/닭죽 한방달걀숙 김치전 아삭이고추&쌈장 미역채볶음 배추김치/백김치	렌틸콩밥/새우살죽 쇠고기미역국 구운두부조림 감자채볶음 시금치나물 배추김치/백김치	잡곡밥/팥죽 파송송계란탕 짜장볶음우동 꼬들단무지무침 참나물두부쌈장무침 배추김치/백김치	잡곡밥/쇠고기야채죽 쇠고기두부국 콩치김치조림 우영채조림 야채계란말이 돌자반/백김치	잡곡밥/닭죽 숙갓어묵탕 달볶음탕 콩나물무침 메그감자샐러드 배추김치/백김치
오후간식	편감자&매실주스	미니딸기샌드&엔요	닭가슴살&칠리소스	삶은계란	도토리묵&간장	바나나	비피더스
정성을 다하는 저녁	쌀밥/흑임자죽 올갱이해장국 두부계란부침 양념고추무침 콩버섯비엔나볶음 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 유부미소장국 닭안심카레볶음 실곤약야채무침 죽봉맛살볶음 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 콩가루배추국 제육볶음 잡채 도토리묵야채무침 배추김치/백김치	쌀밥/흑임자죽 해물탕 돈육메추리알조림 다시마&초고추장 열무쌈장무침 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 참치고추장찌개 계란장조림 오이생채 숙주나물 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 섬초국 훈제오리마늘볶음 가지살파무침 콘샐러드 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 콩비지찌개 고등어무조림 야채소세지전&케찹 궁채장아찌 배추김치/백김치

쌀,죽:국내산 배추김치:배추,고춧가루(중국산) 배추:국내산 쇠고기:호주산 돼지고기:국내산 닭고기:국내산 오리고기:국내산

코다리,동태:러시아산 미꾸라지:국내산 낙지:베트남산 명태:러시아산 고등어,방어:국내산 갈치:모로코산 조기:중국산 오징어:원양산

꽃게:중국산 주꾸미:베트남산 아귀:중국산 조기살:중국산 두부(대두):외국산(미국,캐나다,호주) 참치:참치캔(다랑어-원양사) 누룽지:쌀(국내산)

식가공품:국내산,외국산 어묵:중국,베트남산

식단표는 식자재 수급사정에 따라 변경될수 있습니다.



강동요양원 식단표



	10월 19일	10월 20일	10월 21일	10월 22일	10월 23일	10월 24일	10월 25일
	월	화	수	목	금	토	일
행복을 여는 아침	쌀밥/흑임자죽 누룽지탕 베이컨계란볶음 고기산장가지양파볶음 오징어젓갈 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 조갯살미역국 닭다리살대리야끼조림 매콤호박볶음 썩갓두부땅콩무침 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 북어국 돈채피망볶음 감자조림 고춧잎무침 배추김치/백김치	쌀밥/흑임자죽 누룽지탕 쇠고기버섯볶음 새발나물무침 된장찌개 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 쇠고기버섯국 해물완자조림 얼갈이쌈장무침 콩조림 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 부추계란국 닭안심조림 매콤연근조림 브로컬리흑임자무침 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 아묵국 바삭불고기 사각어묵볶음 무쫄지채살파무침 배추김치/백김치
오전간식	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼
건강을 생각하는 점심	잡곡밥/참치야채죽 얼큰쇠고기국 수제두부동그랑땡 쪽파무생채&고추장 미역채볶음 배추김치/백김치	보리밥/쇠고기야채죽 순두부찌개 고추장불고기 우엉어묵조림 상추오리엔탈소스무침 배추김치/백김치	국도멸치나물냉채/냉채/국도 들깨무채국 고등어소금구이 김파무침 표고버섯볶음 배추김치/백김치	병아리콩밥/새우살죽 부대찌개 계란장조림 명엽채고추장조림 시금치나물 배추김치/백김치	잡곡밥/팥죽 닭개장 부추장떡 오이생채 죽봄맛살볶음 배추김치/백김치	잡곡밥/쇠고기야채죽 맑은두부된장국 오삼불고기 버섯깨장무침 가지양파볶음 배추김치/백김치	잡곡밥/닭죽 대구탕 순대야채볶음 치커리사과무침 야채계란말이 배추김치/백김치
오후간식	단호박고구마샐러드	카스타드&이오	닭가슴살&칠리소스	연두부&간장	황도	바나나	비피더스
정성을 다하는 저녁	쌀밥/흑임자죽 꽃게탕 탕평채 고추장연근조림 비타민나물 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 근대국 훈제오리마늘볶음 가지양념찜무침 꽃맛살샐러드 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 닭곰탕 해물경단 아삭이고추쌈장무침 올방개묵무침 배추김치/백김치	쌀밥/흑임자죽 목수수스프 두부조림 비름나물쌈장무침 애그샐러드 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 콩나물국 고추잡채 열무겉절이 감자당근조림 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 들깨무채국 소불고기 잡채어묵조림 돈나물&초고추장 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 경상도식쇠고기국 함박스테이크조림 멸치젓바라볶음 고구마콘샐러드 배추김치/백김치

쌀,죽:국내산 배추김치:배추,고춧가루(중국산) 배추:국내산 쇠고기:호주산 돼지고기:국내산 닭고기:국내산 오리고기:국내산

고다리,동태:러시아산 미꾸라지:국내산 낙지:베트남산 명태:러시아산 고등어,방어:국내산 갈치:모로코산 조기:중국산 오징어:원양산

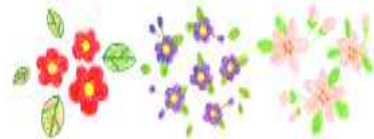
꽃게:중국산 주꾸미:베트남산 아귀:중국산 조기살:중국산 두부(대두):외국산(미국,캐나다,호주) 참치:참치캔(다랑어-원양사) 누룽지:쌀(국내산)

식가공품:국내산,외국산 어묵:중국,베트남산

식단표는 식자재 수급사정에 따라 변경될수 있습니다



강동요양원 식단표



	10월 26일	10월 27일	10월 28일	10월 29일	10월 30일	10월 31일	11월 1일
	월	화	수	목	금	토	일
행복을 여는 아침	쌀밥/흑임자죽 누룽지탕 찢은닭가슴살조림 시금치나물 오징어젓갈 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 쇠고기미역국 으깬두부당근무침 매콤우엉조림 참나물무침 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 시금치계란국 돈채피망볶음 감자조림 오이무침 배추김치/백김치	쌀밥/흑임자죽 누룽지탕 쇠고기버섯볶음 숙갓나물 된장찌개 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 들깨시락국 순살코다리조림 버섯맛살볶음 강낭콩조림 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 쇠고기국 야채계란찜 새우젓호박볶음 구이김 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 낙지연포탕 부드러운비베미조림 들깨버섯무나물볶음 참나물쌈장무침 배추김치/백김치
오전간식	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼	수제요거트&딸기잼
건강을 생각하는 점심	잡곡밥/참치야채죽 북어국 쇠고기잡채 배추무생채&고추장 콩버섯비엔나볶음 배추김치/백김치	수수밥/쇠고기야채죽 오징어무국 돈육매추리알조림 콩나물무침 브로콜리&초고추장 배추김치/백김치	잡곡밥/닭죽 우동 편만두&간장 채단무지 순살방어무조림 배추김치/백김치	강낭콩밥/새우살죽 콩나물파국 바삭불고기 어묵고추장볶음 상추겉절이 배추김치/백김치	잡곡밥/팥죽 손수제비 닭고구마조림 양념고추무침 파래게자반 배추김치/백김치	잡곡밥/쇠고기야채죽 다슬기국 매콤두부조림 숙주나물 실곤약샐러드 배추김치/백김치	잡곡밥/닭죽 들깨순두부국 소불고기 미역채볶음 청포묵김치무침 배추김치/백김치
오후간식	으깬감자샐러드	미니딸기샌드&엔요	닭가슴살&칠리소스	삶은계란	홍시	바나나	비피더스
정성을 다하는 저녁	쌀밥/흑임자죽 아욱국 방어조림 감자채볶음 파리초부들어묵볶음 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 쇠고기샤브국 고추참치 숙주나물 콩조림 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 들깨버섯탕 훈제오리김치볶음 계란찜 청경채무침 돌자반/백김치	쌀밥/흑임자죽 꽃게탕 닭안심간장조림 치커리새콤무침 단호박고구마샐러드 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 버섯계란국 돈채짜장볶음 꼬들단무지무침 숙갓두부땅콩무침 배추김치/백김치	쌀밥/참깨죽 청국장찌개 제육볶음 유채겉절이 갈비만두 배추김치/백김치	쌀밥/땅콩죽 미역국 카레닭볶음 마늘종멸치볶음 오복지양념무침 배추김치/백김치

쌀,죽:국내산 배추김치:배추,고춧가루(중국산) 배추:국내산 쇠고기:호주산 돼지고기:국내산 닭고기:국내산 오리고기:국내산

코다리,동태:러시아산 미꾸라지:국내산 낙지:베트남산 명태:러시아산 고등어,방어:국내산 갈치:모로코산 조기:중국산 오징어:원양산

꽃게:중국산 주꾸미:베트남산 아귀:중국산 조기살:중국산 두부(대두):외국산(미국,캐나다,호주) 참치:참치캔(다량어-원양사) 누룽지:쌀(국내산)

식가공품:국내산,외국산 어묵:중국,베트남산

식단표는 식자재 수급사정에 따라 변경될수 있습니다

