

◀2017년 8월 공릉데이케어센터 식단표▶ 중식, 간식

	월	화	수	목	금	토	일
월/일	8/1	8/2	8/3	8/4	8/5	8/6	8/6
중식	잡곡밥, 닭개장, 오징어초무침, 물만두탕수, 감자조림	잡곡밥, 부대찌개, 고추잡채 새송이무침	잡곡밥, 팽이장국, 삼치구이 궁중떡볶이, 오복지무침	잡곡밥, 콩나물김치국, 파닭 비엔나볶음, 도토리묵무침	짜장면 배추김치	오므라이스 배추김치, 맑은장국	
간식	우유	요플레	두유	우유	두유	요플레	
	팔죽, 김치, 음료	갈비만두, 양념장, 음료	모듬과일, 음료	찐감자, 김치, 음료	롤케익, 과일, 음료	부추전, 양념장, 음료	
월/일	8/7	8/8	8/9	8/10	8/11	8/12	8/13
7중식	잡곡밥, 찜뽕국, 돈까스, 메추리 알조림, 양파고추장무침	잡곡밥, 복어국, 닭갈비, 계란찜, 곤약야채무침	잡곡밥, 콩가루배추국, 돈사태 찜, 순대튀김강정, 야채스틱	잡곡밥, 된장찌개, 코다리무조림 해물완자전, 배추김치	잡곡밥, 반계탕, 돈콩나물찜, 떡갈비조림, 미역오이무침	도토리묵밥+삶은계란 단무지무침	유부초밥 배추김치, 맑은장국
간식	우유	두유	요플레	우유	두유	식혜	요플레
	파운드케익, 과일, 음료	전복죽, 김치, 음료	해쉬포테이토, 음료	감탄떡볶이, 음료	팔빙수, 음료	소보로빵, 과일, 음료	김치전, 양념장, 음료
월/일	8/14	8/15	8/16	8/17	8/18	8/19	8/20
중식	잡곡밥, 동태찌개, 돈굴소스 볶음, 어묵볶음, 꽃빵튀김	새싹비빔밥+계란후라이 맑은장국, 배추김치	잡곡밥, 미역국, 쇠고기우영볶음 명엽채조림, 열갈이무침	잡곡밥, 감자탕, 조기구이, 꽃맛살샐러드, 노각생채	잡곡밥, 순두부찌개, 오리불고기 새콤무쌈, 부추겉절이	가지밥+양념장 배추김치, 유부국	김치볶음밥+계란후라이 맑은장국
간식	우유	두유	요플레	우유	두유	알로에음료	요플레
	호박죽, 김치, 음료	피자, 음료	모듬과일, 음료	맛탕, 과일, 음료	춘권, 양념장, 음료	메밀전병, 양념장, 음료	소프트빵, 과일, 음료
월/일	8/21	8/22	8/23	8/24	8/25	8/26	8/27
중식	잡곡밥, 쇠고기무국, 애호박볶 음, 쪽갓오이생채, 함박스테이크	잡곡밥, 어묵국, 임연수구이, 소세지볶음, 돌자반볶음	뿌리채소영양밥, 호박잎장국 버섯잡채, 열갈이무침	잡곡밥, 불낙전골, 깐풍기, 브로콜리피망볶음, 메밀냉채	잡곡밥, 오징어무국, 제육볶음 연근튀김, 참나물장아찌	떡만두국 배추김치	참치야채비빔밥 맑은장국, 배추김치
간식	우유	두유	요플레	우유	두유	레몬에이드	요플레
	단팥빵, 과일, 음료	녹두죽, 김치, 음료	모듬과일, 음료	비빔만두, 음료	라볶이, 음료	감자전, 양념장, 음료	롤케익, 과일, 음료
월/일	8/28	8/29	8/30	8/31			
중식	잡곡밥, 우거지해장국, 아귀 콩나물찜, 김말이튀김, 해초무침	잡곡밥, 부추계란탕, 소불고기 병아리콩멸치조림, 아삭고추무침	잡곡밥, 순대국, 야채찜닭 올방개묵무침, 건파래무침	잡곡밥, 울갱이국, 돈육찜 로체파스타, 도라지쪽파무침			
간식	우유	두유	요플레	우유			
	크림빵, 과일, 음료	해물죽, 김치, 음료	모듬과일, 음료	웨지감자, 음료			

♣♣ 위 식단표는 영양사가 작성하고, 재료공급 사정에 따라 변경이 있을 수 있습니다. 구운 김과 김치는 매회 제공합니다. ♣♣

◀2017년 8월 공통데이케어센터 식단표▶ 석식

	월	화	수	목	금
월/일		8/1	8/2	8/3	8/4
석식		잡곡밥, 버섯장국 전유어, 애호박볶음, 오이무침	잡곡밥, 북어채국 고등어조림, 두부김치 돌자반볶음	잡곡밥, 순두부탕 돈불고기, 비름나물무침 양배추찜	잡곡밥, 얼갈이장국 무생채, 이면수조림 명엽채무침
월/일	8/7	8/8	8/9	8/10	8/11
석식	잡곡밥, 미역국 오징어볶음, 계란말이 알배추겉절이	잡곡밥, 무들깨국 고추잎무침, 해물완자전 머위대볶음	잡곡밥, 김치국, 갈치조림 깨순볶음, 숙주나물	잡곡밥, 건새우다시마국, 불고기 새송이볶음, 미역줄기볶음	카레덮밥, 배추김치 말은장국
월/일	8/14	8/15	8/16	8/17	8/18
석식	잡곡밥, 미소장국 떡갈비구이, 찐꾸미볶음 비름나물무침	*****	잡곡밥, 콩나물국, 삼치조림 청경채무침, 야채전	잡곡밥, 김치찌개, 고기양파볶음 진미채무침, 계란야채찜	잡곡밥, 우거지장국, 햄야채볶음 오이무침, 낙지볶음
월/일	8/21	8/22	8/23	8/24	8/25
석식	잡곡밥, 해물탕, 두루치기 감자채볶음, 알배추겉절이	잡곡밥, 된장찌개, 돈곤약조림 취나물볶음, 오이지무침	잡곡밥, 순두부찌개, 소시지피망 볶음, 부추무침, 고사리볶음	잡곡밥, 미역국, 양파장아찌 생선까스, 가지나물	잡곡밥, 버섯전골, 도토리묵무침 닭살샐러드, 치커리무침
월/일	8/28	8/29	8/30	8/31	
	잡곡밥, 오징어무국, 돈까스 썩갓나물, 양배추찜+쌈장	잡곡밥, 설렁탕, 골뱅이무침, 무생채, 계란말이	잡곡밥, 홍합탕, 닭갈비 애호박볶음, 실곤약무침	잡곡밥, 배추국, 콩치조림, 청경채무침, 메알샐러드	

♣♣ 위 식단표는 영양사가 작성하고, 재료공급 사정에 따라 변경이 있을 수 있습니다. 구운 김과 김치는 매회 제공합니다.♣♣