

8월 데이케어 중식 식단표(예정)

	영양사	담당	부장	관장
결재				

* 식단은 식자재 수급현황에 따라 변동 될 수 있습니다.

8월 3일 (월)	8월 4일 (화)	8월 5일 (수)	8월 6일 (목)	8월 7일 (금)	8월 8일 (토)
잡곡밥 북어미역국 돈갈비사태찜 감자곤약조림 비름나물 포기김치	잡곡밥 참치김치찌개 단호박닭살조림 건새우마늘쫄볶음 냉파스타샐러드 포기김치	들기름막국수 시래기된장국 잡곡밥 돼지고기수육 상추&쌈장 포기김치	잡곡밥 소고기무국 가자미양념찜 베이컨감자채볶음 부추양파무침 포기김치	잡곡밥 아욱된장국 당면찜닭 연두부&양념장 미역오이초무침 포기김치	잡곡밥 바지락살무국 돈채피망볶음 새송이알마늘조림 콩나물무침 포기김치
789kcal	772kcal	798kcal	795kcal	758kcal	779kcal
두유	빵	과일	찐고구마	요플레	빵
8월 10일 (월)	8월 11일 (화)	8월 12일 (수)	8월 13일 (목)	8월 14일 (금)	8월 15일 (토)
잡곡밥 들깨수제비 훈제오리김치볶음 멸치파리고추조림 고시래기초무침 포기김치	잡곡밥 콩나물무채국 돈육가지볶음 표고탕수 상추무침 포기김치	냉국국수 날치알깍두기볶음밥 타코야끼 궁채절임 양배추사라다 포기김치	잡곡밥 묵은지감자탕 해물완자전 총무식어묵무침 청경채겉절이 포기김치	잡곡밥 소고기미역국 방어무조림 건새우애호박볶음 쪽파절임 포기김치	
768kcal	748kcal	793kcal	788kcal	770kcal	
두유	빵	과일	계란	요플레	
8월 17일 (월)	8월 18일 (화)	8월 19일 (수)	8월 20일 (목)	8월 21일 (금)	8월 22일 (토)
대체휴무휴관	잡곡밥 두부김치국 오징어굴소스볶음 건파래볶음 갯절임 포기김치	잡곡밥 들깨버섯국 조기구이 온두부&김치볶음 오이참깨나물 사과주스	동치미육수물냉면 김가루밥 함박스테이크 꽃맛샐러드 요구르트 포기김치	잡곡밥 얼큰콩나물국 고사리돈불고기 도토리묵&양념장 궁채볶음 포기김치	잡곡밥 유부맑은국 미트볼카레 근대된장나물 오이지무침 포기김치
	754kcal	740kcal	779kcal	781kcal	775kcal
	빵	과일	계란	요플레	빵
8월 24일 (월)	8월 25일 (화)	8월 26일 (수)	8월 27일 (목)	8월 28일 (금)	8월 29일 (토)
잡곡밥 시금치된장국 볼로네제스파게티 간풍소스치킨 해초무침 포기김치	잡곡밥 북어무국 훈제오리야채볶음 두부조림 애너타리깍잎초무침 포기김치	불고기상추비빔밥 콩가루배추된장국 보리새우미나리전 청포묵김무침 양파장아찌 포기김치	잡곡밥 호박고추장찌개 자반고등어구이 어묵김치잡채 부추양파와사비무침 포기김치	잡곡밥 시래기된장국 돈육깍잎불고기 파래무침 숙주나물 포기김치	
772kcal	783kcal	755kcal	767kcal	758kcal	
두유	빵	과일	단호박	요플레	
8월 31일 (월)					
잡곡밥 동태지리탕 돈육완자전 느타리들깨볶음 간장깍잎지 포기김치					
780kcal					
두유					