

9월 식단표

케어링 주간보호센터
부산 기장읍

구분	월	화	수	목	금	토
		1	2	3	4(생일상)	5
간식		고구마죽	흑임자죽	깨죽	참치야채죽	브로컬리죽
중식		잡곡밥 미소장국 카레라이스 치킨까스*소스 노각무침 배추김치	잡곡밥 맑은콩나물국 모듬장조림 가지튀김*간장 얼갈이나물 배추김치	잡곡밥 파송송계란국 미트볼야채조림 크림스파게티 수제오이피클 배추김치	♥영양밥♥ 조개살미역국 소불고기 잡채 숙주나물무침 배추김치	잡곡밥 두부된장국 오징어야채조림 가지양파볶음 마카로니샐러드 배추김치
간식		꿀호떡&두유	팍팍&보리차	미니만쥬&두유	유산균음료	검은콩두유
석식		잡곡밥 순두부호박국 훈제오리불고기 브로컬리*초장 들깨무채나물 배추김치	잡곡밥 고추장찌개 피시볼야채조림 파리무조림 양념고추치 배추김치	잡곡밥 감자양파국 임연수구이 청포묵김가루무침 명엽채조림 배추김치	잡곡밥 북어국 돈민찌두부양념조림 쥬키니호박볶음 무생채 배추김치	잡곡밥 건새우국 고기산적야채조림 느타리버섯나물 콩나물무침 배추김치
	7	8	9	10	11	12
간식	김야채죽	녹두죽	단호박죽	참치야채죽	깨죽	콩죽
중식	잡곡밥 물만두국 김치돈육볶음 어수우영조림 포시래기무침 배추김치	잡곡밥 콩나물국 함박스테이크*소스 모듬버섯볶음 후르츠야채샐러드 배추김치	잡곡밥 시금치된장국 고등어조림 국물떡볶이 겨자냉채무침 배추김치	잡곡밥 수제비국 마파두부 고구마튀김 수제양파장아찌 배추김치	잡곡밥 김치무채국 떡갈비데리야끼볶음 계란스크램블에그 양념깻잎지무침 배추김치	잡곡밥 육개장 교자만두튀김*간장 맛살브로컬리볶음 얼갈이겉절이 배추김치
간식	자두주스	쌀과자&두유	찐감자&보리차	후레시번&두유	짜요짜요	사과쿠키&요구르트
석식	잡곡밥 소고기무국 두부스팸구이 건새우무조림 오이무침 배추김치	잡곡밥 시락국 주꾸미야채볶음 감자조림 무생채 배추김치	잡곡밥 알로란탕 고기산적야채조림 김치전 강낭콩조림 배추김치	잡곡밥 청국장찌개 공치무조림 총알송이버섯볶음 양배추쌈*양념장 배추김치	잡곡밥 북어국 돈채야채볶음 곤약파리조림 오복지무침 배추김치	잡곡밥 콩나물국 코다리양념조림 연근조림 명엽채볶음 배추김치
	14	15	16	17	18	19
간식	고구마죽	새우살야채죽	김야채죽	콩죽	녹두죽	브로컬리죽
중식	잡곡밥 파송송계란국 하이라이스 생선까스*타르소스 수제오이피클 배추김치	잡곡밥 콩나물국 닭볶음탕 막국수무침 양배추케요네즈무침 배추김치	잡곡밥 근대국 순대야채볶음 총알송이버섯볶음 무말랭이지무침 배추김치	잡곡밥 김치찌개 비엔나야채볶음 고구마맛탕 숙주나물무침 배추김치	잡곡밥 미역국 돈간장불고기 쥬키니호박볶음 그린샐러드*소스 배추김치	잡곡밥 순두부찌개 동태양념조림 모듬버섯볶음 으깬감자벌떡 배추김치
간식	과일주스	보리과자&두유	엔요요구르트	미니모나카&두유	바나나	카스테라&우유
석식	잡곡밥 얼갈이된장국 고기산적야채조림 새우살브로컬리볶음 도시락김 배추김치	잡곡밥 호박새우젓국 고등어김치조림 부추전 근대쌈*양념장 배추김치	잡곡밥 감자양파국 오징어야채조림 브로컬리*초장 강낭콩조림 배추김치	잡곡밥 북어국 미더덕콩나물찜 늪은호박전 무생채 배추김치	잡곡밥 고추장찌개 매추리알장조림 명엽채조림 김가루잔파무침 배추김치	잡곡밥 열무된장국 피시볼야채조림 두부구이*간장 깻잎지무침 배추김치
	21	22	23	24(추석연휴)	25(추석)	26(추석연휴)
간식	흑임자죽	참치야채죽	녹두죽	깨죽		콩죽
중식	잡곡밥 콩나물국 오징어야채볶음 뿌링클감자튀김 푸실리샐러드 배추김치	잡곡밥 훈합살무국 순살돼지김치찜 연두부찜*간장 해초무침 배추김치	잡곡밥 고등어추어탕 감자떡완자구이 모듬버섯볶음 아삭고추된장무침 배추김치	잡곡밥 탕국 돈간장불고기 매밀전병구이 들깨무채나물 배추김치		잡곡밥 떡만두국 간장찜닭 가지양파볶음 그린샐러드*소스 배추김치
간식	당제로음료	저당카카오파이&두유	미니단팥&보리차	약과&식혜		검은콩두유
석식	잡곡밥 소고기무국 너비바니구이 총알송이버섯볶음 양념고추치 배추김치	잡곡밥 근대국 코다리양념조림 감자채전 얼갈이겉절이 배추김치	잡곡밥 감자양파국 닭살야채볶음 곤약파리조림 숙주나물무침 배추김치	잡곡밥 소고기미역국 임연수구이 명엽채조림 무말랭이무침 배추김치		잡곡밥 북어콩나물국 동태포전 표고버섯볶음 오복지무침 배추김치
	28	29	30			
간식	고구마죽	김야채죽	단호박죽			
중식	잡곡밥 시락국 훈제오리불고기 단호박조림 숙주나물무침 배추김치	잡곡밥 파송송계란국 짜장소스 탕수육 오이양파무침 배추김치	잡곡밥 부대찌개 삼치조림 어수우영조림 우동곤약마요무침 배추김치			
간식	과일주스	꿀호떡&두유	떠먹는요거트			
석식	잡곡밥 소고기콩나물국 떡갈비야채조림 건새우무조림 강낭콩조림 배추김치	잡곡밥 고추장찌개 공치구이 쥬키니호박볶음 도시락김 배추김치	잡곡밥 청국장찌개 제육볶음 총알송이버섯볶음 양배추쌈*양념장 배추김치			