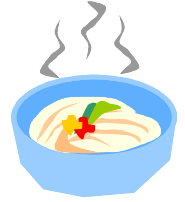


# 한솔주간보호센터 8월 급간식단표



| 월                                               | 화                                                | 수                                                    | 목                                                  | 금                                               | 토                                                     |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|                                                 |                                                  |                                                      | 1                                                  | 2                                               | 3                                                     |
|                                                 |                                                  |                                                      | 현미밥<br>열무된장국<br>제육볶음<br>양념깻잎<br>양파장아찌<br>배추김치      | 렌틸콩밥<br>북어국<br>김치찌<br>연근조림<br>고추지무침<br>총각김치     | 쌀밥<br>냉이된장국<br>간장닭갈비<br>취나물볶음<br>청경채무침<br>배추김치        |
|                                                 |                                                  |                                                      | 두유/요구르트<br>물만두                                     | 두유/요구르트<br>잔치국수                                 | 두유/요구르트<br>오뜨/우유                                      |
| 5                                               | 6                                                | 7                                                    | 8                                                  | 9                                               | 10                                                    |
| 흑미밥<br>콩가루아욱국<br>돈사태떡찜<br>콩나물무침<br>김자반<br>배추김치  | 흑미밥<br>어묵국<br>닭살바베큐조림<br>명예채볶음<br>얼갈이겉절이<br>배추김치 | 흑미밥<br>북어두부국<br>깻잎제육볶음<br>양배추찜/쌈장<br>미역줄기볶음<br>배추김치  | 흑미밥<br>콩나물냉국<br>짜장소스<br>불어묵떡볶음<br>짜사이무침<br>배추김치    | 흑미밥<br>들깨버섯탕<br>안동찜닭<br>올방개무침<br>양념마늘쫄지<br>배추김치 | 쌀밥<br>닭곰탕<br>간장불고기구이<br>참나물무침<br>깻잎절임<br>배추김치         |
| 두유/요구르트<br>미숫가루                                 | 두유/요구르트<br>단팥빵/우유                                | 두유/요구르트<br>씨리얼                                       | 두유/요구르트<br>과일                                      | 두유/요구르트<br>모닝빵/요플레                              | 두유/요구르트<br>도라야끼빵/우유                                   |
| 12                                              | 13                                               | 14                                                   | 15                                                 | 16                                              | 17                                                    |
| 병아리콩밥<br>청국장찌개<br>계란찜<br>양파장아찌<br>고추지무침<br>배추김치 | 현미밥<br>콩나물국<br>코다리조림<br>새송이볶음<br>김자반<br>배추김치     | 참쌀밥<br>미역국<br>소불고기<br>잡채<br>브로콜리/초장<br>배추김치          | 광<br>복<br>절                                        | 수수밥<br>들깨무국<br>두부조림<br>감자채볶음<br>메추리알조림<br>배추김치  | 쌀밥<br>유부다시마국<br>마늘양념닭갈비구이<br>청경채무침<br>얼갈이된장무침<br>배추김치 |
| 두유/요구르트<br>단호박죽                                 | 두유/요구르트<br>오예스/우유                                | 두유/요구르트<br>케익/우유                                     |                                                    | 두유/요구르트<br>콩국수                                  | 두유/요구르트<br>땅콩그림빵/우유                                   |
| 19                                              | 20                                               | 21                                                   | 22                                                 | 23                                              | 24                                                    |
| 차조밥<br>오이냉국<br>돈고추장불고기<br>양배추쌈<br>땅콩조림<br>배추김치  | 잡곡밥<br>순두부국<br>임연수국이<br>오이지무침<br>숙주나물<br>총각김치    | 보리밥<br>아욱국<br>닭볶음탕<br>느타리버섯볶음<br>양념깻잎지<br>배추김치       | 수수밥<br>어묵국<br>돼지고기장조림<br>연두부/양념장<br>고구마샐러드<br>배추김치 | 완두콩밥<br>카레라이스<br>너비아니<br>양파장아찌<br>마늘쫄무침<br>배추김치 | 쌀밥<br>소고기무국<br>간장닭갈비<br>참나물무침<br>무시래가지찜<br>배추김치       |
| 두유/요구르트<br>흑임자죽                                 | 두유/요구르트<br>화채                                    | 두유/요구르트<br>모닝빵/요플레                                   | 두유/요구르트<br>찐만두                                     | 두유/요구르트<br>우동                                   | 두유/요구르트<br>머핀빵/우유                                     |
| 26                                              | 27                                               | 28                                                   | 29                                                 | 30                                              | 31                                                    |
| 기장밥<br>계란국<br>떡갈비<br>연근조림<br>멸치볶음<br>배추김치       | 렌틸콩밥<br>버섯들깨국<br>삼치조림<br>가지볶음<br>도시락김<br>배추김치    | 현미밥<br>감자두부국<br>소고기볶음<br>오이맛고추무침<br>도토리묵/양념장<br>배추김치 | 잡곡밥<br>시래기된장국<br>훈제오리<br>부추무침<br>양파장아찌<br>배추김치     | 수수밥<br>북어계란국<br>김치볶음<br>찐두부<br>우영조림<br>총각김치     | 쌀밥<br>소고기미역국<br>마늘양념닭갈비구이<br>취나물볶음<br>간장깻잎<br>배추김치    |
| 두유/요구르트<br>녹두죽                                  | 두유/요구르트<br>완두앙금/우유                               | 두유/요구르트<br>찐감자/우유                                    | 두유/요구르트<br>과일                                      | 두유/요구르트<br>짜장면                                  | 두유/요구르트<br>보름달빵/우유                                    |

★ 위 식단은 시장물가변동 및 기관 사정에 따라 변경될 수 있습니다.