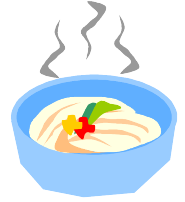


한솔주간보호센터 10월 급간식단표



월	화	수	목	금	토
	1	2	3	4	5
		수수밥 북어국 돼지불고기 무생채 양배추쌈/쌈장 배추김치	개천절	잡곡밥 감자두부국 훈제오리 부추무침 버섯볶음 배추김치	흑미밥 어묵국 고추장불고기구이 생강자조림 고구마순볶음 배추김치
		두유/요구르트 찐단호박		두유/요구르트 잔치국수	두유/요구르트 딸기크림빵/우유
7	8	9	10	11	12
기장밥 콩나물국 돈김치찌 가지나물 땅콩조림 총각김치	보리밥 순두부국 콩치무조림 아삭이고추무침 감자채볶음 배추김치	한글날	잡곡밥 아욱국 떡갈비 두부조림 우영조림 배추김치	수수밥 콩비지국 소고기장조림 시금치나물 도토리묵/양념장 배추김치	흑미밥 황태해장국 고추장닭갈비구이 계란말이 고사리볶음 배추김치
두유/요구르트 타락죽	두유/요구르트 모닝빵/요플레		두유/요구르트 물만두	두유/요구르트 우동	두유/요구르트 도라야끼빵/우유
14	15	16	17	18	19
기장밥 청국장찌개 콩고기조림 양념깻잎 김구이 배추김치	완두콩밥 미소유부국 생선까스 감자샐러드 오이무침 배추김치	현미밥 들깨미역국 소불고기 연근조림 브로콜리/초장 배추김치	병아리콩밥 어묵국 돈고추장볶음 숙주나물 마늘쫄볶음 배추김치	잡곡밥 김치콩나물국 계란말이 멸치볶음 마늘장아찌 총각김치	흑미밥 우국 바베큐폭찹 연근조림 고들빼기무침 배추김치
두유/요구르트 단호박죽	두유/요구르트 롤케익빵/우유	두유/요구르트 과일	두유/요구르트 찐고구마/우유	두유/요구르트 칼국수	두유/요구르트 오뜨/우유
21	22	23	24	25	26
검정콩밥 배추된장국 미트볼조림 진미채무침 비타민샐러드 배추김치	흑미밥 만두국 코다리무조림 참나물무침 다시마튀각 배추김치	보리밥 시금치된장국 닭볶음탕 고구마샐러드 청포묵무침 배추김치	현미밥 추어탕 돼지고기장조림 감자채볶음 땅콩조림 배추김치	수수밥 시래기된장국 돈김치볶음 어묵볶음 연두부/양념장 총각김치	흑미밥 팽이미소국 차슈 파래무침 무말랭이무침 배추김치
두유/요구르트 녹두죽	두유/요구르트 단팥빵/우유	두유/요구르트 햇도그/우유	두유/요구르트 찐감자/우유	두유/요구르트 짜장면	두유/요구르트 땅콩크림빵/우유
28	29	30	31		
병아리콩밥 우령된장국 돈채굴소스볶음 양념깻잎 양파장아찌 배추김치	잡곡밥 소고기미역국 주꾸미볶음 콩나물무침 도시락김 배추김치	완두콩밥 카레라이스 함박스테이크 짜사이채 우영조림 배추김치	수수밥 들깨우국 닭데리야끼조림 멸치볶음 고추잎무침 배추김치		
두유/요구르트 계란죽	두유/요구르트 보통달빵/우유	두유/요구르트 과일	두유/요구르트 찐만두		

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