

식단표

2023년 06월

화도주간보호센터

구분					목(06.01)	금(06.02)	토(06.03)
점심 식단					잡곡밥/두부황태 죽 콩나물국 순대야채볶음 천사채샐러드 열무된장지짐 배추김치	잡곡밥/쇠고기미 역죽 근대된장국 훈제오리단호박 찜 치커리생채 양배추나물 배추김치	잡곡밥/감자브로 컬리죽 해물순두부국 닭볶음탕 고구마조림 새우호박볶음 배추김치
저녁 식단					잡곡밥/시금치새 우죽 감자고추장찌개 코다리조림 메추리알장조림 참나물생채 배추김치	잡곡밥/닭고기맛 죽 알탕 돈채청경채볶음 단무지채무침 가지볶음 배추김치	잡곡밥/밤죽 호박된장국 짜장소스 우엉조림 비엔나소시지볶 음 배추김치
오후 간식					단호박샐러드무 스	핫케이크&옥수수 차	사과
구분	일(06.04)	월(06.05)	화(06.06)	수(06.07)	목(06.08)	금(06.09)	토(06.10)
점심 식단		잡곡밥/감자브로 컬리죽 미역미소국 대구조림 무른강낭콩조림 깻잎지 배추김치	잡곡밥/검은깨죽 청국장 돈사태떡조림 부추양파무침&양 념장 맛김 배추김치	잡곡밥/누룽지죽 조랭이미역국 소불고기 한식잡채 마카로니샐러드 배추김치	잡곡밥/해물죽 육개장 닭살장조림 가지볶음 양배추&쌈장 배추김치	잡곡밥/두부황태 죽 근대된장국 코다리조림 어묵볶음 그린샐러드&흑임 자소스 배추김치	잡곡밥/쇠고기미 역죽 팽이미소장국 오삼불고기 단호박조림 툇볶음 배추김치
저녁 식단		잡곡밥/밤죽 참치김치국 제육볶음 양파장아찌 야채계란찜 배추김치	잡곡밥/검은깨죽 청국장 돈사태떡조림 부추양파무침&양 념장 맛김 배추김치	잡곡밥/쇠고기야 채죽 닭곰탕 새싹두부데리조 림 마늘쫄면새우볶 음 무생채 배추김치	잡곡밥/7곡식죽 된장찌개 오징어야채볶음 카레 오이무침 배추김치	잡곡밥/시금치새 우죽 북어국 돈육바베큐소스 조림 맛김 실파김가루무침 배추김치	잡곡밥/닭고기맛 죽 미역국 뼈없는닭갈비 감자조림 숙주나물냉채 배추김치
오후 간식		호빵&보리차	옥수수스프	오븐에구운도넛& 보리차	키위	단호박죽	바나나

구분	일(06.11)	월(06.12)	화(06.13)	수(06.14)	목(06.15)	금(06.16)	토(06.17)
점심 식단		잡곡밥/누룽지죽 배추국 함박스테이크야 채조림 천사채샐러드 미역줄기볶음 배추김치	잡곡밥/쇠고기미 역죽 어묵국 코다리조림 단배추나물 청포진미채무침 배추김치	잡곡밥/누룽지죽 감자된장찌개 돈장조림 아삭이고추무침 맛살브로콜리볶 음 배추김치	잡곡밥/해물죽 사골우거지국 훈제오리야채볶 음 마카로니샐러드 가지볶음 배추김치	잡곡밥/두부황태 죽 해물순두부국 깻잎불고기 느타리볶음 참나물겉절이 배추김치	잡곡밥/쇠고기미 역죽 시래기된장국 초계무침 어묵채볶음 건파래무침 배추김치
저녁 식단		잡곡밥/쇠고기야 채죽 홍합미역국 닭살데리야끼조 림 맛김 돌나물&초장 배추김치	잡곡밥/닭고기맛 죽 콩나물국 돈채피망볶음 그린빈스볶음 도라지초무침 배추김치	잡곡밥/표고버섯 죽 북어국 고기산적쌀떡조 림 곤약조림 오징어젓갈무침 배추김치	잡곡밥/7곡식죽 맑은무채국 돈김치찜 미역초무침 계란찜 배추김치	잡곡밥/시금치새 우죽 부대찌개 삼치조림 단무지채무침 열무된장지짐 배추김치	잡곡밥/닭고기맛 죽 꽃게탕 돈육데리조림 오이부추무침 다시마튀각 배추김치
오후 간식		황도통조림	토마토	머핀&옥수수차	배	찐감자&보리차	연양갱
구분	일(06.18)	월(06.19)	화(06.20)	수(06.21)	목(06.22)	금(06.23)	토(06.24)
점심 식단		잡곡밥/감자브로 컬리죽 김치수제비 대구조림 날치알계란찜 깻잎지 배추김치	잡곡밥/검은깨죽 들깨미역국 소불고기 견과류마늘쫄볶 음 느타리버섯볶음 배추김치	잡곡밥/누룽지죽 콩비지찌개 영양찜닭 감자조림 콘샐러드 배추김치	잡곡밥/해물죽 육개장 오징어야채볶음 가지볶음 그린샐러드&흑임 자소스 배추김치	잡곡밥/두부황태 죽 콩나물국 닭볶음탕 오복채무침 양배추&쌈장 배추김치	잡곡밥/쇠고기미 역죽 토속된장국 미트볼야채조림 실파김가루무침 오이양파무침 배추김치
저녁 식단		잡곡밥/밤죽 북어국 제육볶음 양파장아찌 해초무침 배추김치	잡곡밥/표고버섯 죽 맑은순두부국 오삼불고기 숙주나물냉채 도토리묵&양념장 배추김치	잡곡밥/쇠고기야 채죽 감자된장국 두부너비아니조 림 아삭이고추무침 다시마튀각 배추김치	잡곡밥/7곡식죽 된장찌개 돈살브로콜리볶 음 매콤어묵볶음 해파리냉채 배추김치	잡곡밥/시금치새 우죽 근대된장국 돈사태떡조림 단호박팔찜 연두부&양념장 배추김치	잡곡밥/닭고기맛 죽 미소미역국 짜장소스 무생채 콩나물냉채 배추김치
오후 간식		생강차	플레인요구르트	요플레	대추차	울무차	비피더스사과
구분	일(06.25)	월(06.26)	화(06.27)	수(06.28)	목(06.29)	금(06.30)	
점심 식단		잡곡밥/검은깨죽 청국장국 순살닭갈비 미역초무침 마늘쫄면치볶음 배추김치	잡곡밥/검은깨죽 해물순두부국 제육볶음 양상추&요거트드 레싱 매추리알장조림 배추김치	잡곡밥/누룽지죽 근대된장국 초계무침 미역줄기볶음 청경채생채 배추김치	잡곡밥/검은깨죽 사골우거지국 훈제오리단호박 찜 연두부&양념장 상추겉절이 배추김치	잡곡밥/누룽지죽 어묵국 마파두부 꼬시래기무침 꽃맛샐러드 배추김치	
저녁 식단		잡곡밥/표고버섯 죽 배추국 코다리조림 베이컨계란찜 오이지무침 배추김치	잡곡밥/쇠고기야 채죽 아욱된장국 카레소스 감자조림 소시지피망볶음 배추김치	잡곡밥/쇠고기야 채죽 홍합미역국 순대채소볶음 툇볶음 고구마줄기볶음 배추김치	잡곡밥/표고버섯 죽 알탕 닭살데리조림 맛김 무생채 배추김치	잡곡밥/쇠고기야 채죽 콩비지찌개 돈채표고볶음 청포진미채무침 오복채무침 배추김치	
오후 간식		사과	밤만쥬	크림스프	후렌치토스트	딸기	

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

※ 원산지 표시 :

김치(중국산), 쌀(국내산), 돼지고기(국내산), 닭고기(브라질), 소고기(호주, 뉴질랜드), 고등어(중국), 볼락(중국), 미트볼(국내산), 콩(국내산), 순두부(대두/미국), 오징어(페루산)