

당	당	전	계
센터장			

[illegible]

2016년 11월 중식 식단표

결	담 당	센터장
재		

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
	1	2	3	4
	기장밥 호박된장찌개 간짜장 어묵조림 오이도라지초무침 김치	쌀밥 들깨배추국 돈육불고기볶음 콩나물무침 감자조림 깍두기	흑미밥 소고기미역국 오징어파볶음 계란야채말이 계절나물 김치	쌀밥 동태찌개 부추오징어전 취나물무침 모듬채소절임 깍두기
7	8	9(안마서비스)	10	11
차조밥 미소된장국 가자미구이 건파래무침 고추장멸치볶음 김치	쌀밥 콩나물국 오삼불고기 감자고추조림 양배추샐러드 김치	흑미밥 팽이버섯된장국 안동찜닭 얼갈이무침 미역줄기볶음 김치	쌀밥 콩비지찌개 이면수튀김 청포묵무침 계절나물 알티리김치	검정콩밥 근대된장국 미트볼케찹조림 애호박새우젓볶음 콩자반 김치
14	15	16	17	18
쌀밥 소고기무국 스테이크/소스 실곤약채무침 연근조림 김치	보리밥 바몬드카레 가스오부시장국 해물동그랑땡 브로컬리/초장 과일샐러드	쌀밥 육개장 쭈꾸미볶음 청경채초무침 계절나물 깍두기	짜장면데이	쌀밥 배추된장국 갈치무조림 연근조림 계절나물 알타리김치
21	22	23	24	25
쌀밥 유부된장국 해물파전 멸치볶음 참나물무침 깍두기	흑미밥 미역국 공치튀김 불어묵매콤조림 무나물 김치	쌀밥 해물순두부찌개 고추잡채 진미채볶음 계절나물 깍두기	잡곡밥 버섯된장국 소불고기 양배추찜/쌈장 고사리나물 김치	잡곡밥 부대찌개 돼지고기짜장볶음 우영조림 계절나물 알티리김치
28	29	30		
쌀밥 콩나물볶어국 코다리강정 김자반무침 숙주나물 김치	흑미밥 미역국 치즈돈까스/소스 비엔나브로콜리볶음 그린샐러드 김치	쌀밥 모듬어묵국 고추장불고기 계란찜 계절나물 김치		

※식단은 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

2016년 11월 석식 식단표

결	당 당	센터장
재		

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
	1	2	3	4
	흑미밥 홍합무국 훈제오리볶음 들깨무나물 진미채볶음 배추김치	기장밥 아욱된장국 조기튀김 옛날소세지전 콩나물무침 깍두기	소고기버섯덮밥 콩나물국 떡볶이 감자채볶음 배추김치	발아현미밥 두부된장국 돼지불고기 견과류멸치볶음 숙주미나리무침 깍두기
7	8	9	10	11
완두콩밥 계란국 공치무조림 단호박부추전 도토리묵무침 물김치	검은콩밥 떡국 소고기채우영조림 뽕고추무침 어묵볶음 총각김치	현미밥 복어무국 스테이크/소스 상추사과겉절이 계절나물 깍두기	카레라이스 바지락조갯살국 매밀전병 햄맛살샐러드 시래기지짐 깍두기	수수밥 닭개장 고등어튀김 청경채무침 무초절임 배추김치
14	15	16	17	18
차조밥 복어계란국 맛살채소볶음 뱅어포아몬드조림 오징어젓갈무침 배추김치	흑미밥 소고기미역국 가자미간장조림 볶음김치 계절나물 물김치	차조밥 맑은된장국 돈육두루치기 쥐어채볶음 계절나물 배추김치	쌀밥 순두부국 오징어볶음 고사리나물볶음 계절나물 깍두기	보리밥 제육김치찌개 새우완자/케찹 구이김 열무된장무침 배추김치
21	22	23	24	25
울무밥 감자양파국 모듬잡채 검은콩조림 미나리무생채 배추김치	쥐눈이콩밥 실파무채국 삼치구이 연근조림 계절나물 깍두기	참쌀밥 소고기무국 생선까스/소스 쫄면야채무침 미역초무침 배추김치	쌀밥 호박새우젓국 닭볶음탕 숙주나물무침 매운떡볶이 단무지	흑미밥 동태국 미트볼파프리카조림 옥수수버터구이 미역줄기볶음 배추김치
28	29	30		
현미밥 느타리버섯국 소고기채소조림 건새우볶음 유채나물 배추김치	쌀밥 홍합미역국 탕수육/소스 김치두부볶음 계절나물 물김치	쌀밥 콩나물국 돈까스/소스 치커리초무침 진미채무침 알타리김치		

※식단은 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

주말식단표

결재	담당	센터장
		

11월 5일(토) 점곡밥 아욱국 도토리묵 상추무침 닭간장조림 무생채 김치	11월 6일(일) 흰밥 우거지된장국 콩치조림 시금치나물 건파래무침 김치	11월 12일(토) 현미밥 북어국 소들고기볶음 가지나물무침 계란찜 김치	11월 13일(일) 검은콩밥 콩나물국 조기튀김 버섯볶음 상추오이무침 김치
11월 19일(토) 현미밥 닭미역국 콩나물볶음 계란말이 동태조림 김치	11월 20일(일) 흰밥 큰대원장국 돼지고기주물럭 숙주나물무침 호박볶음 김치	11월 26일(토) 현미밥 새우젓두부전골 건파래무침 오이오징어무침 참나물무침 김치	11월 27일(일) 검은콩밥 조갯살순두부국 닭볶음탕 느타리버섯볶음 브로컬리/초고추장 김치

11월 간석표

결 재	담 당	센터장
		

일	월	한	수	목	금	토
		1	2	3	4	5
		호박전 보리차	고기잡채 두유	잔치국수 과일 케이크,떡	단호박찜 우유	야채튀김 보리차
6	7	8	9	10	11	12
물만두 꿀 보리차	야채전 보리차	샌드위치 우유	김밥 꿀 보리차	고구마찜 우유	야채죽 김치 보리차	들깨수제비 김치 보리차
13	14	15	16	17	18	19
야채전 배 보리차	버섯잡채 보리차	순대 사과 주스	부추감자전 오렌지주스	보리밥 꿀 보리차	떡국 김치	바지락칼국수 김치 보리차
20	21	22	23	24	25	26
김치전 보리차	오징어해물전 요구르트	군만두 보리차	오뎅떡볶이 우유	찜계란 단감 우유	단호박죽 김치 등글레차	약식 보리차
27	28	29	30			
단호박찜 우유	유부초밥 배 메밀차	물만두 포도주스	야채튀김 꿀			