

4월 주간 식단표

담 당	과 장	센터장

구분	월	화	수	목(생신잔치)	금	토
			4/1	4/2	4/3	4/4
오전간식			흑임자죽	녹두죽	팥죽	호박죽
행복한 점심 			잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	쌀밥
			청국장찌개	소고기미역국	감자된장찌개	북어국
			가자미구이	간장닭볶음탕	쭈삼불고기,쌈채소	카레소스
			탕평채	잡채	실곤약야채무침	다시마&초장
			알마늘지	고추지무침	방풍나물	단무지무침
			배추김치	배추김치	배추김치,된장	배추김치
오후간식			야채빵,보리차	떡,보리차	바나나,보리차	이성당빵,두유
날씬한 저녁 			흰쌀밥	흰쌀밥	흰쌀밥	
			두부김치국	오징어무국	아욱된장국	
			돼지불고기	오리훈제야채볶음	모듬장조림	
			버섯볶음	어묵볶음	삼색묵무침	
			갯장아찌	유채나물	고들빼기	
			배추김치	배추김치	배추김치	

▷ 식단표 제공 - 벵글푸드 김유진 영양사

▷ 메뉴는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

4월 주간 식단표

담 당	과 장	센터장

구분	월	화	수	목	금	토
	4/6	4/7	4/8	4/9	4/10	4/11
오전간식	호박죽	야채죽	흑임자죽	녹두죽	팥죽	호박죽
행복한 점심 	잡곡밥 배추된장국 고추잡채 감자조림 깻잎지 배추김치	잡곡밥 콩나물국 새우살야채볶음 버섯야채볶음 미나리나물 배추김치	잡곡밥 부대찌개 메추리알장조림 도토리묵김치무침 궁채장아찌 배추김치	잡곡밥 건새우무국 제육볶음 단호박샐러드 무양념조림 배추김치	잡곡밥 미역된장국 짜장소스 콩나물잡채 호박볶음 배추김치	쌀밥 참치김치찌개 간장찜닭 명엽채볶음 고추지무침 배추김치
오후간식	고구마,보리차	참붕어빵,보리차	주먹밥,보리차	이성당빵,보리차	찜만두,보리차	빵,두유
날씬한 저녁 	흰쌀밥 김치국 오징어무조림 가지볶음 머윗대나물 배추김치	흰쌀밥 호박새우젓국 돈육야채볶음 천사채샐러드 무말랭이무침 배추김치	흰쌀밥 들깨무채국 닭갈비 청경채나물 콩자반 배추김치	흰쌀밥 돼지김치찌개 미트볼케찹볶음 시래기된장지짐 오이지무침 배추김치	흰쌀밥 야채샤브국 참치두부조림 감자채볶음 도라지무침 배추김치	

▷ 식단표 제공 - 벵글푸드 김유진 영양사

▷ 메뉴는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

4월 주간 식단표

담 당	과 장	센터장

구분	월	화	수	목	금	토
	4/13	4/14	4/15	4/16	4/17	4/18
오전간식	호박죽	야채죽	흑임자죽	녹두죽	팥죽	호박죽
행복한 점심 	잡곡밥 청국장찌개 돈육볶음 오이무침 무짬지 배추김치	잡곡밥 동태찌개 탕평채 사각어묵볶음 마늘쫄지 배추김치	잡곡밥 다시마무채국 닭살야채볶음 연근샐러드 곤드레나물 배추김치	잡곡밥 감자계란국 훈제오리야채볶음 가지볶음 깻잎지 배추김치	잡곡밥 소고기무국 돈육간장볶음 미역초무침 쫄갓나물 배추김치	쌀밥 아욱된장국 닭볶음탕 우엉채조림 고추쌈장무침 배추김치
오후간식	고구마,보리차	편빵,보리차	김치전,보리차	몽썰,보리차	편만두,보리차	빵,두유
날씬한 저녁 	흰쌀밥 얼큰버섯탕 햄야채볶음 콩나물잡채 취나물 배추김치	흰쌀밥 배추된장국 돈채건두부볶음 호박나물 고들빼기 배추김치	흰쌀밥 김치국 유산슬 청포묵김무침 유채나물 배추김치	흰쌀밥 근대된장국 간장찜닭 톳두부무침 오징어젓무침 배추김치	흰쌀밥 팽이버섯장국 순대야채볶음 삼색겨자채 멸치볶음 배추김치	

▷ 식단표 제공 - 벵글푸드 김유진 영양사

▷ 메뉴는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

4월 주간 식단표

담 당	과 장	센터장

구분	월	화	수	목	금	토
	4/20	4/21	4/22	4/23	4/24	4/25
오전간식	호박죽	야채죽	흑임자죽	녹두죽	팥죽	호박죽
행복한 점심 	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	쌀밥
	두부새우젓국	계란국	유채된장국	미역국	청국장	장터국
	모듬장조림	짜장소스	가자미구이	돈육김치볶음	닭갈비	돈채그린빈볶음
	콩나물무침	튀김만두	호박볶음	풋마늘무침	마카로니샐러드	어묵볶음
	미역줄기볶음	오이무침	오복지	궁채장아찌	방풍나물	마늘쫀지
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
오후간식	토스트,보리차	간장떡볶이,보리차	찜빵,보리차	떡,보리차	만두,보리차	카스타드,두유
날씬한 저녁 	흰쌀밥	흰쌀밥	흰쌀밥	흰쌀밥	흰쌀밥	
	얼갈이된장국	어묵국	순두부백탕	감자국	시래기된장국	
	돈육야채볶음	닭살카레볶음	새우살야채볶음	오징어무조림	돈채청경채볶음	
	연근조림	건새우마늘쫀볶음	다시마&초장	맛살야채볶음	도토리묵김치무침	
	무생채	고추지무침	유채나물	알마늘지	도라지나물	
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	

▷ 식단표 제공 - 벵글푸드 김유진 영양사

▷ 메뉴는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

4월 주간 식단표

담 당	과 장	센터장

구분	월	화	수	목	금	토
	4/27	4/28	4/29	4/30		
오전간식	호박죽	녹두죽	흑임자죽	팥죽		
행복한 점심 	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥		
	콩나물국	참치캔추어탕	근대된장국	콩비지찌개		
	순대볶음	생선까스&타르소스	돈육야채볶음	오리훈제야채볶음		
	쫄갓두부무침	실곤약야채무침	건새우마늘쫄볶음	청포묵김가루무침		
	고사리볶음	갯장아찌	오이지무침	무말랭이		
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치		
오후간식	토스트,보리차	찐만두,보리차	찐빵,보리차	카스타드,보리차		
날씬한 저녁 	흰쌀밥	흰쌀밥	흰쌀밥	흰쌀밥		
	유부된장국	북어국	순두부찌개	사골우거지국		
	제육볶음	마파두부	닭살간장볶음	제육고추장볶음		
	머위된장나물	브로콜리깨소스무침	표고버섯볶음	죽순야채볶음		
	숙주나물	무생채	취나물	간장마늘쫄지		
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치		

- ▷ 식단표 제공 - 벵글푸드 김유진 영양사
- ▷ 메뉴는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.