

5월 주간 식단표

담 당	과 장	센터장

구분	월	화	수	목	금	토
					5/1	5/2
오전간식					휴무	호박죽
행복한 점심 						쌀밥 된장찌개 제육볶음 느타리버섯볶음 깻잎지 배추김치
오후간식					휴무	빵,두유
날씬한 저녁 						

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

5월 주간 식단표

담 당	과 장	센터장

구분	월	화	수	목	금	토
	5/4	5/5	5/6	5/7(생신잔치)	5/8(특식)	5/9
오전간식	호박죽	휴무	흑임자죽	팥죽	호박죽	녹두죽
행복한 점심 	잡곡밥 두부김치국 돈육야채볶음 어묵볶음 고추쌈장무침 배추김치		잡곡밥 순두부된장국 가자미구이 콩나물잡채 시금치나물 배추김치	잡곡밥 소고기 미역국 잡채 오이무침, 김 제육볶음 배추김치	잡곡밥 우거지 된장국 수육, 상추쌈 참나물무침 두부조림, 배추김치 후식(오렌지)	쌀밥 콩나물무채국 닭볶음탕 미나리나물 오복지무침 배추김치
오후간식	쌀과자,식혜	휴무	빵,보리차	떡,보리차	바나나	카스타드,두유
날씬한 저녁 	쌀밥 콩비지찌개 메추리알장조림 탕평채 브로콜리초무침 배추김치		쌀밥 계란파국 카레라이스 목이버섯냉채 단무지무침 배추김치	쌀밥 다시마무채국 닭갈비 파리고추조림 무생채 배추김치	쌀밥 열무된장국 오삼불고기 톳두부무침 알마늘지 배추김치	

▷ 식단표 제공 - 벵글푸드 김유진 영양사

▷ 메뉴는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

5월 주간 식단표

담 당	과 장	센터장

구분	월	화	수	목	금	토
	5/11	5/12	5/13	5/14	5/15	5/16
오전간식	호박죽	녹두죽	흑임자죽	팥죽	녹두죽	호박죽
행복한 점심 	잡곡밥 호박새우젓찌개 간장찜닭 감자채볶음 깻잎지 배추김치	잡곡밥 시래기된장국 돈육볶음 양배추볶음 비름나물 배추김치	잡곡밥 부대찌개 감자고로케 명엽채볶음 고추지무침 배추김치	잡곡밥 미역국 마파두부 표고들깨볶음 청경채나물 배추김치	잡곡밥 동태찌개 햄야채볶음 푸실리샐러드 취나물볶음 배추김치	쌀밥 감자고추장찌개 오삼불고기 미역줄기볶음 알마늘지 배추김치
오후간식	토스트,보리차	찜만두,보리차	빵,보리차	카스타드,두유	떡,보리차	카스타드,두유
날씬한 저녁 	쌀밥 김치콩나물국 훈제오리야채볶음 우엉조림 오이무침 배추김치	쌀밥 순두부찌개 오징어무조림 머윗대볶음 고춧잎지 배추김치	쌀밥 아욱국 닭볶음탕 천사채샐러드 가지볶음 배추김치	쌀밥 버섯매운탕 맛살스크램블 멸치볶음 열무된장나물 배추김치	쌀밥 콩비지찌개 돈육야채볶음 무나물 파래무침 배추김치	

▷ 식단표 제공 - 벵글푸드 김유진 영양사

▷ 메뉴는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

5월 주간 식단표

담 당	과 장	센터장

구분	월	화	수	목	금	토
	5/18	5/19	5/20	5/21	5/22	5/23
오전간식	호박죽	녹두죽	흑임자죽	팥죽	녹두죽	토요휴무
행복한 점심 	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	
	콩나물국	북어채국	썩갓어묵국	감자다시마국	얼갈이된장국	
	닭갈비	쭈삼불고기	조기구이	고추잡채	돼지불백	
	마늘쫀볶음	호박볶음	가지양파볶음	오이무침	콩나물무침	
	갯장아찌	곤드레나물	오징어젓무침	깻잎지	파래자반	
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	
오후간식	주먹밥,보리차	카스타드,보리차	빵,보리차	초코파이,보리차	편빵,보리차	
날씬한 저녁 	쌀밥	쌀밥	쌀밥	쌀밥	쌀밥	
	근대된장국	청국장찌개	참치김치찌개	순두부백탕	건새우무국	
	순대야채볶음	돈채건두부볶음	비엔나케찹볶음	돈육야채볶음	간장찜닭	
	목이버섯냉채	미역초무침	탕평채	청경채무침	죽순들깨볶음	
	썩갓두부무침	숙주나물	궁채장아찌	콩조림	미나리무침	
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	

▷ 식단표 제공 - 벵글푸드 김유진 영양사

▷ 메뉴는 식재료 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

5월 주간 식단표

담 당	과 장	센터장

구분	월	화	수	목	금	토
	5/25	5/26	5/27	5/28	5/29	5/30
오전간식	휴무	녹두죽	흑임자죽	팥죽	녹두죽	호박죽
행복한 점심 		잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	쌀밥
		열무된장국	닭개장	계란국	두부새우젓국	미역국
		제육고추장볶음	마파두부	짜장소스	훈제오리야채볶음	돈육김치볶음
		단호박샐러드	햄감자채볶음	오이무침	무양념조림	가지볶음
		마늘쫀지	고추지무침	단무지무침	숙주나물	꼬시래기무침
		배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
오후간식	휴무	카스타드,보리차	부침개,보리차	찐만두,보리차	찐빵,보리차	카스타드.두유
날씬한 저녁 		쌀밥	쌀밥	쌀밥	쌀밥	
		아욱된장국	김치국	콩나물국	콩가루배추국	
		모듬장조림	닭살볶음	해물볶음	돈육야채볶음	
		호박새우젓볶음	도토리묵야채무침	브로콜리초무침	어묵볶음	
		고추쌈장무침	멸치볶음	취나물볶음	무말랭이	
		배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	

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