7월 식 단 표

삼봉재활주간보호센터

구 분			7월 1일 (수)	7월 2일 (목)	7월 3일 (금)	7월 4일 (토)
정성이 가득한 점심	* 상기메뉴와 식자재원산지는 식재주급사정에 의해 변경될 수 있습니다. 이점 양해 부탁드립니다. * 원산지: 쌀,누룽지(국내산), 소고기,사골,사골농축(호주산), 돼지고기(국내산), 닭고기(국내산), 포기김치,배추겉절이(배추:국내산, 고추가루:국내/중국산) 오징어,고등어,삼치,병어(국내산), 갈치(모로코산), 코다리/동태(러시아산), 낙지,꽃게,조기,아귀(중국산), 꽁치(대만산), 가자미,가오리,적어(미국산), 낙지,꽃게,조기(중국산), 굴비(국내산), 바지락살,홍합살,다슬기살,재첩살(중국산), 새우살(베트남산or중국산), 민물새우(인도산), 어묵(연육:외국산), 두부,순두부,연두부(콩-수입산), 스모크햄(돈육:외국산,국내산/계육:국내산),비엔나햄,후랑크햄(돈육,계육:국내산),임꺽정떡갈비(돈육,우육,계육:국내산),함박스테이크(돈육:국내산),수제등심돈까스(돈육:국내산), 동그랑땡(돈육:국산,외국산), 미트볼(계육,돈육:국산), 생선까스(중국산),너비아니(계육,돈육:국산),치킨너겟,치킨까스(계육:국산),물만두,웅심이,메밀전병(돈육:국내산)		백미밥/잡곡밥 두부김치국 간장불고기 양배추찜/쌈장 멸치무조림 배추김치	백미밥/잡곡밥 시락국 닭갈비 양파링튀김 두부물미역무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 다시마채계란국 짜장소스 잡채어묵조림 열무얼갈이겉절이 배추김치	백미밥/잡곡밥 맑은미역국 비엔나케찹볶음 콩나물무침 무말랭이오징어젓 배추김치
건강을 생각하는 저녁			백미밥/잡곡밥 버섯무채국 계란말이 올방개묵무침 가지볶음 배추김치	백미밥/잡곡밥 참치김치찌개 고등어조림 땅콩조림 청경채나물 배추김치	백미밥/잡곡밥 우거지된장국 제육볶음 곤약초무침 새우젓호박볶음 배추김치	백미밥/잡곡밥 사골떡국 돈육새송이장조림 두부조림 오이깍둑 배추김치
죽 간식			단호박죽	완두콩죽	소고기채소죽	참치계란죽
구 분	7월 6일 (월)	7월 7일 (화)	7월 8일 (수)	7월 9일 (목)	7월 10일 (금)	7월 11일 (토)
정성이 가득한 점심	백미밥/잡곡밥 북어채해장국 돈육김치찜 온두부/양념장 간장깻잎지짐 배추김치	백미밥/잡곡밥 순두부김치국 카레소스 탕수육/소스 곤약오이초무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 두부김치국 돈육메추리알조림 느타리버섯호박볶음 열무나물 배추김치	백미밥/잡곡밥 부대찌개 코다리조림 시래기된장지짐 고들빼기무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 열무된장국 하이라이스 고구마튀김 무생채 배추김치	백미밥/잡곡밥 닭개장 함박스테이크 양상추샐러드 건새우마늘쫑볶음 배추김치
건강을 생각하는 저녁	백미밥/잡곡밥 계란파국 고등어조림 고사리나물 우무묵콩가루무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 맑은미역국 순대콩나물찜 멸치무조림 상추무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 근대된장국 카레소스 오징어동그랑땡전 오이무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 콩나물국 깐풍닭볶음 알감자조림(간) 천사채샐러드 배추김치	백미밥/잡곡밥 바지락두부탕국 제육볶음 청경채나물 도토리묵무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 오징어무국 스크램블에그 감자채볶음 콩나물무침 배추김치
죽 간식	흑임자죽	콩나물죽/양념장	느타리버섯죽	단호박죽	계살계란죽	애호박채소죽
구 분	7월 13일 (월)	7월 14일 (화)	7월 15일 (수)	7월 16일 (목)	7월 17일 (금)	7월 18일 (토)
정성이 가득한 점심	백미밥/잡곡밥 돈육김치찌개 코다리조림 새우젓호박볶음 콩나물무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 콩나물국 제육볶음 양상추샐러드/키위드레싱 무우나물 배추김치	백미밥/잡곡밥 소고기우거지국 비엔나케찹조림 두부조림 올방개묵김가루무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 된장찌개 닭갈비 멸치무조림 궁채절임 배추김치	백미밥/잡곡밥 닭미역국 돈육간장불고기 양배추찜/쌈장 콩나물무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 청국장 가자미조림 새송이버섯볶음 양배추동치미 배추김치
건강을 생각하는 저녁	백미밥/잡곡밥 오징어무국 스크램블에그 간장깻잎찜 시래기된장지짐 배추김치	백미밥/잡곡밥 시락국 삼치조림 브로컬리맛살볶음 얼갈이나물 배추김치	백미밥/잡곡밥 참치김치찌개 돈채피망볶음 새우젓호박나물 땅콩조림 배추김치	백미밥/잡곡밥 꽃게탕 계란찜 감자조림 청경채나물 배추김치	백미밥/잡곡밥 계란파국 짜장소스 김말이강정 오이고추장무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 어묵무국 돈육폭찹 연근튀김 열무나물 배추김치
죽 간식	흑임자죽	황태애호박죽	크래미계란죽	소고기미역죽	단호박당근죽	맑은콩나물죽
구 분	7월 20일 (월)	7월 21일 (화)	7월 22일 (수)	7월 23일 (목)	7월 24일 (금)	7월 25일 (토)
정성이 가득한 점심	백미밥/잡곡밥 홍합살미역국 순살닭데리조림 오징어젓무말랭이 도토리묵무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 근대된장국 제육볶음 감자채볶음 오이무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 돈육김치찌개 치킨볼강정 건새우마늘쫑조림 얼갈이나물 배추김치	백미밥/잡곡밥 닭개장 코다리조림 새우젓호박볶음 콩나물무침 깍두기	백미밥/잡곡밥 다시마채계란국 제육볶음 시래기된장지짐 무생채 배추김치	백미밥/잡곡밥 장각삼계탕 오이무침 얼갈이겉절이
건강을 생각하는 저녁	백미밥/잡곡밥 김치콩나물국 마파두부 미트볼케찹조림 브로컬리/초장 배추김치	백미밥/잡곡밥 대파육개장 생선까스/타르타르S 볼어묵조림 실곤약야채무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 오징어무국 스크램블에그 간장깻잎찜 열무나물 배추김치	백미밥/잡곡밥 북어채해장국 돈육메추리알장조림 실치볶음 느타리버섯볶음 배추김치	백미밥/잡곡밥 소고기미역국 오징어채소전 두부양념찜 마늘쫑지무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 청국장 옛날소시지볶음 감자조림 콩나물무침 배추김치
죽 간식	옥수수죽	오징어김치죽	소고기미역죽	흑임자죽	느타리버섯죽	닭죽
구 분	7월 27일 (월)	7월 28일 (화)	7월 29일 (수)	7월 30일 (목)	7월 31일 (금)	
정성이 가득한 점심	백미밥/잡곡밥 홍합살미역국 순살닭데리조림 오징어젓무말랭이 도토리묵무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 근대된장국 제육볶음 감자채볶음 연근조림 배추김치	백미밥/잡곡밥 얼큰버섯무채국 닭갈비 옥수수샐러드 고사리나물 배추김치	백미밥/잡곡밥 바지락살미역국 오리훈제볶음 볼어묵조림 양상추샐러드 배추김치	백미밥/잡곡밥 감자맑은국 마파두부 돈육메알장조림 오이무침 배추김치	
정성이 가득한 점심	백미밥/잡곡밥 김치콩나물국 마파두부 미트볼케찹조림 브로컬리/초장 배추김치	백미밥/잡곡밥 대파육개장 생선까스/타르타르S 미역줄기볶음 실곤약야채무침 배추김치	백미밥/잡곡밥 맑은미역국 닭볶음탕 잡채어묵조림 양념깻잎지 배추김치	백미밥/잡곡밥 된장찌개 가자미조림 감자볼튀김 마늘쫑볶음 배추김치	백미밥/잡곡밥 육개장 너비아니구이 브로컬리/초장 콩나물무침 배추김치	
죽 간식	흑임자죽	크래미계란죽	쭈꾸미채소죽	단팥죽	버섯채소죽	