

11월

1일 칼로리권장량 65~74세이상 남성 2,000 Kcal / 여성 1,600 Kcal
명진홈푸드 제공

구분	월	화	수	목	금	토
						11월 01일
정성이 가득한 점심						백미밥 어묵김치국 두부야채조림 숙주나물 오징어젓갈무침 배추김치
구분	월	화	수	목	금	토
	11월 03일	11월 04일	11월 05일	11월 06일	11월 07일	11월 08일
정성이 가득한 점심	백미밥 맑은콩나물국 미트볼야채조림 청포묵무침 얼갈이나물 배추김치	백미밥 순두부국 카레라이스 김말이튀김 숙주맛살무침 배추김치	백미밥 김치찌개 마파두부 새송이간장조림 콩나물무침 배추김치	백미밥 어묵무국 안동찜닭 배추나물 깻잎지 배추김치	백미밥 미역국 햄야채볶음 무나물 건파래무침 배추김치	백미밥 콩가루배추국 계란장조림 단호박샐러드 오이미역무침 배추김치
구분	월	화	수	목	금	토
	11월 10일	11월 11일	11월 12일	11월 13일	11월 14일	11월 15일
정성이 가득한 점심	백미밥 열무된장국 간장불고기 잔멸치볶음 마늘쫄무침 배추김치	백미밥 김치콩나물국 한식잡채 오이무침 깻잎지 배추김치	백미밥 계란파국 짜장소스 콩나물무침 오복지 배추김치	백미밥 어묵무국 두부민찌조림 감자조림 청경채무침 배추김치	백미밥 돼지고기김치찌개 너비아니구이 열무나물무침 오이무침 배추김치	백미밥 미역국 닭볶음탕 무생채 새송이곤약조림 배추김치
구분	월	화	수	목	금	토
	11월 17일	11월 18일	11월 19일	11월 20일	11월 21일	11월 22일
정성이 가득한 점심	백미밥 두부된장찌개 제육야채볶음 오이무침 고시래기무침 배추김치	백미밥 아욱된장국 생선까스/타르소스 꽃맛샐러드 무생채 배추김치	백미밥 고추장찌개 미트볼데리야끼 청포묵김무침 감자볶음 배추김치	백미밥 미역국 부추잡채 시래기된장지짐 양념고추지 배추김치	백미밥 돈육김치찌개 닭볶음탕 마늘쫄어묵볶음 무생채 배추김치	백미밥 육개장 돈까스/소스 콩나물무침 건파래무침 배추김치
구분	월	화	수	목	금	토
	11월 24일	11월 25일	11월 26일	11월 27일	11월 28일	11월 29일
정성이 가득한 점심	백미밥 근대국 계란장조림 새송이볶음 청경채나물 배추김치	백미밥 미역국 돼지고기두루치기 미역초무침 얼갈이나물 배추김치	백미밥 유부된장국 카레라이스 숙갓두부무침 오복지 배추김치	백미밥 어묵무국 떡갈비조림 아삭이고추무침 무나물 배추김치	백미밥 감자고추장찌개 두부조림 얼갈이나물 오이지무침 배추김치	백미밥 시래기된장국 돈육볶음우동 새송이버섯조림 콩나물무침 배추김치

언제나 맛깔스럽고 정성이 담긴 음식을 제공하도록 노력하겠습니다.

* 식단은 시장 구매 사정상 변경 될 수 있습니다.

*쌀(국내산) 김치(배추,고춧가루)-중국산 돈육,닭,오리-국내산/쇠고기-국내산 한우,오주산/치킨텐더-국내산
고등어-노르웨이, 국내산/꽁치-대만산

*조기(중국산) 오징어(외국산) 삼치-국내산 / 갈치-중국산,세네갈산,국내산/낙지,주꾸미-국내산,중국산, 베트남

임연수-원양산/코다리-러시아산/가자미-수입산,국내산

*닭꼬치-수입산/ 곰탕(사골, 잡뼈, 양지)-국내산 한우