

식단표

2024년 04월

양평사랑주야간보호센터

일요일	월요일		화요일		수요일		목요일		금요일		토요일	
	1		2		3		4		5		6	
	점심	간식	점심	간식	점심	간식	점심	간식	점심	간식	점심	간식
	혼합잡곡밥 근대된장국 고등어무조림 숙주나물 마카로니샐러드 김치류	옥수수스프 딸기샌드/우유	혼합잡곡밥 꽃게탕 메추리알장조림 감자채볶음 시금치나물 김치류	미역죽 구운계란&식혜	혼합잡곡밥 아욱된장국 닭볶음탕 새송이버섯볶음 돌나물&초장 김치류	소고기스프 삶은고구마	뿌리채소밥&양념 장 콩나물김치국 치킨너겟&소스 세발나물 김치류	감자스프 요플레	혼합잡곡밥 비지락미역국 제육볶음 미니리숙주나물 아삭고추된장무침 김치류	땅콩죽 생신잔치	혼합잡곡밥 얼무된장국 마파두부볶음 청경채나물 마늘쫄무침 김치류	송능 과일
7	8		9		10 22대 국회의원선거		11		12		13	
	점심	간식	점심	간식	점심	간식	점심	간식	점심	간식	점심	간식
	혼합잡곡밥 콩비지찌개 동태콩나물찜 표고버섯볶음 간장양파절임 김치류	옥수수스프 과일	혼합잡곡밥 냉이된장국 오리훈제볶음 참나물무침 쌈무 김치류	새우살브로콜리죽 비피더스	혼합잡곡밥 해물탕 계란찜 도토리묵무침 오이미역초무침 김치류	양송이스프 호박채전	혼합잡곡밥 콩나물김치국 카레소스 단호박고로케 단무지무침 김치류	비지락살죽 붕어빵	혼합잡곡밥 매생이국 돈육불고기 꽃마늘무침 간장고추지 김치류	쇠고기스프 베이비슈/우유	혼합잡곡밥 고추장찌개 소세지아채볶음 건새우마늘쫄볶음 고들빼기무침 김치류	송능 황도캔
14	15		16		17		18		19		20	
	점심	간식	점심	간식	점심	간식	점심	간식	점심	간식	점심	간식
	나물비빔밥 순두부찌개 계란후라이 단무지부추무침 얼무김치	크림스프 고구마맛탕	혼합잡곡밥 육개장 만두찜 도토리묵&양념장 물파래무무침 김치류	단호박죽 초코핫케이크	혼합잡곡밥 들깨미역국 해물완자전 오징어젓무침 시금치나물 김치류	닭살아채죽 요리프로그램	혼합잡곡밥 된장찌개 닭볶음탕 죽순볶음 맛김 김치류	감자스프 물만두찜	혼합잡곡밥 김치비지찌개 돈육장조림 맛살팽이볶음 얼무나물 김치류	비지락살죽 바나나	혼합잡곡밥 홍합무국 너비아니구이 오이생채 우렁조림 김치류	송능 삶은계란,식혜
21	22		23		24		25		26		27	
	점심	간식	점심	간식	점심	간식	점심	간식	점심	간식	점심	간식
	혼합잡곡밥 얼갈이된장국 오징어콩나물찜 감자채볶음 숙주나물 김치류	아채스프 카스타드,주스	혼합잡곡밥 어묵국 안동찜닭 취나물된장무침 다시마쌈&초장 김치류	병아리콩죽 땅콩샌드,우유	혼합잡곡밥 김치국 짜장소스 탕수육&소스 단무지 김치류	당근스프 옥수수김치전	혼합잡곡밥 닭곰탕 탕평채 세발나물 오복지무침 김치류	참치아채죽 찐고구마	혼합잡곡밥 복어국 갈치구이 도라지나물 돌나물&초장 김치류	양송이스프 모닝빵&아채샐러드	혼합잡곡밥 온도토리묵국 해물파전 가지나물 고들빼기 김치류	송능 오프,주스
28	29		30									
	점심	간식	점심	간식								
	혼합잡곡밥 홍합미역국 계란스크램블 매콤무조림 참나물무침 김치류	소고기스프 미니호떡,요구르트	혼합잡곡밥 닭개장 잡채 치커리생채 물파래무무침 김치류	닭죽 감자튀김								

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

※ 원산지 표시 :

현미&흑미, 찹쌀&백미&김치(국산)닭&오리(국산), 돼지고기(지개, 볶음, 불고기:미국산/짜장카레, 잡채, 장조림:국산), 소고기(호주산), 명태/동태(러시아산), 고등어(국산), 갈치(모로코산), 가자미(미국산), 낙지(베트남산), 오징어(터키산), 꽃게(중국산), 두부/콩비지(대두:수입산), 훈제오리(중국산), 주꾸미(베트남산), 아귀(중국산), 다랑어(원양산), 임연수(미국산), 조갯살(중국산)

※ 저염식:반찬을 싱겁게 조리하여 필요시 개별적으로 양념을 추가로 제공합니다. 당뇨식:식사량,반찬등을 조절하여 별도로 제공합니다