북부노인주간보호센터 4월 식단표

2025년	월	화	수	목	금	토
		1	2	3	4	5
오전조식	흰죽/누릉지죽					
중 식	이하 공란	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	봄나물비빔밥	잡곡밥
		등뼈해장국	참치김치찌개	순두부백탕	달래된장국	북어달걀국
		고등어구이	돈육데리야끼불고기	닭살단호박조림	제육볶음	쭈삼불고기
		알감자조림	버섯곤약조림	진미채오이무침	비피더스	치커리사과초무침
		미역줄기볶음	단호박샐러드	고사리나물	배추김치	상추겉절이
		배추김치	배추김치	배추김치		배추김치
오후간식		카스타트/요구르트	바나나	찜빵/식혜	딸기	백설기/요구르트
석 식		잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
		홍합살미역국	쑥갓어묵국	도토리묵국	다슬기국	부추재첩국
		오리훈제야채볶음	매운돈육갈비찜	고등어조림	쇠고기야채볶음	돈육숙주볶음
		두부강정	탕평채	돈채가지볶음	연근흑임자샐러드	달래오이초무침
		방풍나물	느타리무침	미나리숙주나물	꽈리고추콩가루찜	오복지무침
		배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
2025년	월	화	수	목	금	토
	7	8	9	10	11	12
오전조식	흰죽 / 누릉지죽					
중 식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	소고기버섯밥&양념장	잡곡밥밥
	다슬기국	감자양파국	뼈해장국	김치순두부국	바지락무국	꽃게된장국
	돈육파채불고기	돈육갈비찜	오리훈제불고기	가자미구이	도라지오이무침	너비아니야채볶음
	두부찜&양념장	두릅숙회&초장	미역줄기볶음	궁중떡볶이	배추김치	건새우볶음
	표고버섯볶음	시금치나물	멸치꽈리조림	숙주나물		참나물무생채
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치		배추김치
오후간식	토마토	비피더스	딸기	고구마	카스타드/요구르트	바나나
석 식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	부대찌개	아욱국	고추장찌개	청국장	시래기국	물만두국
	명태전	차돌숙주볶음	닭다리살주물럭	돈육고추장불고기	돈육간장불고기	오징어야채볶음
	김실파무침	청포묵김가루무침	애호박전	돌나물초장무침	아삭고추무침	도토리묵무침
	진미채무침	미나리나물	얼갈이된장나물	콩나물무침	취나물무침	구이김
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치

※ 쌀, 김치, 돼지고기, 소고기, 닭고기, 등 모든 재료는 국내산만 사용합니다.

※ 상기 계획은 사정에 의해 변경될 수 있습니다.

2025년	월	화	수	목	금	토
	14	15	16	17	18	19
오전조식	흰죽 / 누릉지 죽					
중 식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	짜장라이스	잡곡밥
	쇠고기미역국	뼈해장국	청국장	건새우아욱국	나가사키짬뽕국	달걀파국
	고등어조림	해물파전	돈육불고기	찜닭	야채춘권	돼지갈비찜
	느타리호박볶음	잔치샐러드	오징어부추전	마두탕수	단무지무침	도토리야채무침
	쪽파겉절이	유채나물	달래오이무침	연근샐러드	배추김치	배추겉절이
	배추김치	배추김치	배추김치	백김치		배추김치
오후간식	찜빵/식혜	토마토	플레인요거트	수박	떡/요구르트	비피더스
석 식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	바지락무국	팽이버섯된장국	홍합살미역국	감자수제비국	어묵국	우거지된장국
	오리주물럭	고추장불고기	고추잡채&꽃빵	해물콩나물찜	돈육김치볶음	닭갈비
	잡채	두릅숙회&초장	명엽채볶음	어묵볶음	우엉채조림	도라지들깨볶음
	느타리버섯무침	새우살브로콜리볶음	깻잎지	브로콜리무침	초고추장미나리나물	숙주나물
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
2025년	월	화	수	목	금	토
	21	22	23	24	25	26
오전조식	흰죽 / 누릉지 죽					
중 식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잔치국수	잡곡밥
	옹심이만두국	팽이미소장국	게살스프	청국장	육전&양념장	메밀묵국
	쇠고기버섯볶음	묵은지돈사태찜	꿔바로우	돈육간장불고기	오이부추무침	적어구이
	실곤약채소무침	메추리알곤약조림	토마토샐러드	비빔야채만두	배추겉절이	브로콜리맛살볶음
	취나물무침	돌나물&초장	팽이버섯숙회	양파초절임		양배추생채
	배추김치	깍두기	배추김치	배추김치		배추김치
오후간식	딸기	카스타트/요구르트	피자/콜라	바나나	요플렛	찜빵/요구르트
석 식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	들깨수제비국	콩가루배추국	미역국	얼큰어묵국	다슬기국	근대된장국
	오징어떡볶음	갈치무조림	떡갈비감자조림	순대야0채볶음	돈육불고기	언양식불고기
	감자채볶음	해물볶음우동	애호박전	달걀찜	머위나물	두부김치
	숙주나물	브로콜리참깨무침	얼갈이나물	취나물무침	우엉채조림	오이양파무침
	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치

※ 쌀, 김치, 돼지고기, 소고기, 닭고기, 등 모든 재료는 국내산만 사용합니다.

※ 상기 계획은 사정에 의해 변경될 수 있습니다.

2025년	월	화	수	목	금	토
	28	29	30			
오전조식	흰죽 / 누룽지죽					
중 식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥			
	시래기국	해물순두부국	버섯들깨탕			
	고등어무조림	오리훈제불고기	쭈삼불고기			
	팽이버섯볶음	시래기들깨볶음	잡채			
	진미채땅콩무침	열무나물	멸치볶음			
	배추김치	배추김치	배추김치			
오후간식	카스타트/요구르트	요플렛	바나나			
석 식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥			
	김치두부국	청국장	제첩국			
	닭살샐러드	자반고등어구이	떡갈비구이			
	배추된장나물	콩나물무침	새송이볶음			
	오이양파무침	구이김	마늘쫑무침			
	배추김치	배추김치	배추김치			

※ 쌀, 김치, 돼지고기, 소고기, 닭고기, 등 모든 재료는 국내산만 사용합니다.

※ 상기 계획은 사정에 의해 변경될 수 있습니다.