

식단표

2022년 10월

아름제가장기요양기관

구분							토(10.01)
점심식단							검정콩밥 김치콩나물국 초기튀김 콩나물무침 샐러드
저녁식단							죽이밥 배추원장국 달볶음탕 쇠비름무침 김치
오전간식							쇠고기죽
오후간식							향도그 요구르트
구분	월(10.02)	월(10.03)	화(10.04)	수(10.05)	목(10.06)	금(10.07)	토(10.08)
점심식단	죽이밥 열두원장국 생선전 가지튀김 샐러드	잡곡밥 들깨수제비 감자채볶음 열두김치 토마토	만두국 채소겉절이 고구마튀김 숙주나물 김치	채소들깨비빔밥 맑은장국 도라지생채 게란후라이 김치	잡곡밥 시래기국 잡채 두부조림 샐러드	죽이밥 만두국 청보묵샐러드 콩자반 김치	비빔밥 오징어회무침 쫄고추/원장 김치 샐러드
저녁식단	잡곡밥 순두부찌개 도토리묵무침 멸치조림 샐러드	차조밥 콩가루배추국 생선구이 깻잎나물무침 김치	흰쌀밥 느타리버섯국 채국볶음 야채샐러드 김치	잡곡밥 김치찌개 가지미꾸이 미역조림 샐러드	죽이밥 배추원장국 돼지갈비찜 양파초절임 채절과일	차조밥 김치콩나물국 생선구이 감자조림 샐러드	죽이밥 배추원장국 떡갈비 고추알무침 김치
오전간식	버섯죽	계란죽	들깨죽	야채죽	쇠고기죽	통합살죽	계란죽
오후간식	카스타드 음료수	절편 음료수	부침개 음료수	부침개 음료수	오물레	편갈자	순대 음료수
구분	일(10.09)	월(10.10)	화(10.11)	수(10.12)	목(10.13)	금(10.14)	토(10.15)
점심식단	흰쌀밥 육개장 멸치조림 가지나물 김치	검정콩밥 감자국 달볶음 깻잎나물무침 김치	흰쌀밥 실명탕+소면 콩나물무침 잡채 샐러드	고기국수 알갈이무침 콩나물무침 짜두기	죽이밥 배추원장국 콩나물+소스 양파초절임 샐러드	콘드레밥/양념장 맑은장국 두부조림 양배추생 김치	죽이밥 강한장찌개 미역조림 등구명생 김치
저녁식단	죽이밥 두부원장찌개 잡채 가지볶음 샐러드	잡곡밥 배추원장국 달볶음탕 양파초절임 고구마튀김	잡곡밥 가지원장국 생선조림 미역무침 김치	잡곡밥 우거지된장국 채국볶음 쇠비름나물무침 채절과일	흰쌀밥 근대국 고구마튀김 채국볶음 나물무침	단호박 수제비 가지볶음 도토리묵무침 김치	잡곡밥 동태찌개 구운김 고추알나물무침 김치
오전간식	버섯죽	묵수수죽	계란죽	단호박죽	쇠고기죽	미역죽	버섯야채죽
오후간식	마차	두유	마차	순대 음료수	부침개 음료수	떡 음료수	버나나
구분	일(10.16)	월(10.17)	화(10.18)	수(10.19)	목(10.20)	금(10.21)	토(10.22)
점심식단	검정콩밥 맑은장국 동태조림 미역줄기 볶음 김치	흰쌀밥 얼갈이된장국 단호박수제비 달볶음 고추알나물무침 샐러드	흰쌀밥 단호박수제비 가지나물무침 양파초절임 김치	채소들깨비빔밥 맑은장국 양파초절임 게란후라이 김치	잡곡밥 순두부국 구운김 콩나물무침 채절과일	잡곡밥 감자두부찌개 생선구이 나물겉절이 샐러드	흰쌀밥 육개장 잡채 양배추쌈 김치
저녁식단	잡곡밥 소고기 미역국 두부조림 부추오이무침 멸치볶음	잡곡밥 오이냉국 고등어구이 미나리무침 샐러드	죽이밥 맑은장국 생선조림 양배추쌈 김치	흰쌀밥 부대찌개 미역조림 콩자반 채절과일	잡곡밥 우거지 국 생선조림 생미역조림 샐러드	두부원장국 채국볶음 나물요리 김치	검정콩밥 육개장 매운박치 나물김치 샐러드
오전간식	계란죽	쇠고기죽	들깨죽	호박죽	야채죽	계란죽	쇠고기죽
오후간식	고구마 음료수	유산균음료	과일	빙 유스	묵수수	향도그 음료수	카스타드 음료수
구분	일(10.23)	월(10.24)	화(10.25)	수(10.26)	목(10.27)	금(10.28)	토(10.29)
점심식단	아재비빔밥 맑은장국 아욱볶음 김치 샐러드	죽이밥 소고기미역국 계란찜 가지볶음 채절과일	검정콩밥 배추원장국 생선구이 달식볶음 김치	닭칼국수 마늘쫄무침 양파초절임 김치 샐러드	죽이밥 부대찌개 도라지국 콩나물무침 토마토	검정콩밥 조개살미역국 근대국 양배추쌈/쌈장 양파초절임	아재비빔밥 맑은장국 아욱볶음 가지튀김 김치
저녁식단	잡곡밥 두부원장찌개 게란찜 나물요리 샐러드	죽이밥 소고기국국 동그랑땡 오징어젓갈 토마토	죽이밥 배추원장국 돼지불고기 쌈채 소/쌈장 양파초절임	잡곡밥 아욱국 생선구이 나물무침 채절과일	죽이밥 아욱국 생선구이 나물무침 샐러드	흰미밥 유부원장국 콩치기초절임 가지튀김 토마토	죽이밥 원장찌개 게란말이 고구마튀김 샐러드
오전간식	통합죽	버섯야채죽	쇠고기죽	야채죽	건새우죽	미역죽	단호박죽
오후간식	오물레	단호박찜 음료수	떡 음료수	향도그 음료수	카스타드 음료수	오물레	마차
구분	일(10.30)	월(10.31)					
점심식단	검정콩밥 실명탕+소면 오징어회무침 쇠비름나물무침 김치	잡곡밥 맑은장국 달볶음탕 깻잎나물무침 채절과일					
저녁식단	죽이밥 행이원장국 장채구이 아재가래찜 김치	죽이밥 미역국 잡채 오징어젓갈 오이무침					
오전간식	통합살죽	계란죽					
오후간식	편갈자	마차					

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

※ 점심식 표시 : 김치(국내산), 고추 가루(국내산), 쌀(국내산), 돼지고기(국내산), 소고기(호주산) 생선(국내산)