

♥12월 주간보호센터 식단표♥

날짜			12/1(수)	12/2(목)	12/3(금)	12/4(토)
중 식			잡곡밥(순두부죽) 알탕 우불고기숙주볶음 어묵메추리알조림 간장깻잎지 배추김치	잡곡밥(전복죽) 아욱된장국 닭볶음탕 세멸치볶음 맛김 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 오징어무국 짜장면 칠리새우볶음 단무지무침 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 시금치된장국 우육불고기 참치김치볶음 연근조림 배추김치
간식			딸기케익&사과주스	만주&배주스	바나나	편고구마&토마토주스
아침죽			타락죽	백태죽	땅콩죽	순두부죽
날짜	12/6(월)	12/7(화)	12/8(수)	12/9(목)	12/10(금)	12/11(토)
중 식	잡곡밥(울무죽) 아욱국 수육 셀콘약야채무침 상추겉절이 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 홍합탕 닭갈비 오징어야채볶음 치커리유자청무침 배추김치	잡곡밥(전복죽) 잔치국수 돈육낙지볶음 김치전 오이나물 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 추어탕 오리훈제볶음 계란찜 물파래무침 배추김치	잡곡밥(닭죽) 연포탕 돈갈비찜 마늘쫀어묵볶음 단호박샐러드 배추김치	잡곡밥(새우죽) 알탕 소고기숙주볶음 잡채 얼갈이나물 배추김치
간식	단호박죽	모닝빵, 딸기잼&식혜	마들렌&우유	치즈케익&배주스	에그타르트&쌀음료	편향도그&복숭아주스
아침죽	흑임자죽	백태죽	땅콩죽	흑임자죽	순두부죽	들깨죽
날짜	12/13(월)	12/14(화)	12/15(수)	12/16(목)	12/17(금)	12/18(토)
중 식	팔찰밥(닭죽) 나가사끼짬뽕국 LA갈비찜 해파리냉채 가지나물 배추김치	잡곡밥(계란죽) 건새우아욱국 돈육김치볶음 양송이관자볶음 시금치나물 배추김치	잡곡밥(전복죽) 어묵우동 오리훈제볶음 새우튀김 열무나물 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 소고기미역국 해물찜 메추리알장조림 치커리유자청무침 배추김치	잡곡밥(새우죽) 갈비탕 닭봉조림 부추야채전 물파래무침 배추김치	잡곡밥(울무죽) 시금치된장국 돈육낙지볶음 마늘쫀어묵볶음 애호박나물 배추김치
간식	치즈케익&식혜	딸기	만주&배주스	에그타르트&토마토주스	편고구마&사과주스	편향도그&쌀음료
아침죽	땅콩죽	들깨죽	타락죽	백태죽	순두부죽	흑임자죽
날짜	12/20(월)	12/21(화)	12/22(수)	12/23(목)	12/24(금)	12/25(토)
중 식	잡곡밥(녹두죽) 크림스프 함박스테이크 양송이관자볶음 감자샐러드 배추김치	잡곡밥(참치죽) 유부팽이국 쭈꾸미당면볶음 동그랑땡전 참나물무침 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 김치찌개 우육청경채볶음 오징어야채볶음 간장깻잎지 배추김치	잡곡밥(울무죽) 추어탕 오리단호박볶음 가지양파나물 맛김 배추김치	잡곡밥(전복죽) 잔치국수 우불고기숙주볶음 새우살야채볶음 무나물 배추김치	잡곡밥(타락죽) 소고기미역국 갈치조림 계란찜 시금치나물 배추김치
간식	바나나	단호박죽	만주&배주스	편향도그&식혜	카스타드&비피더스	편고구마&사과주스
아침죽	흑임자죽	백태죽	땅콩죽	타락죽	들깨죽	순두부죽
날짜	12/27(월)	12/28(화)	12/29(수)	12/30(목)	12/31(금)	
중 식	잡곡밥(녹두죽) 홍합탕 우낙불고기 잡채 청경채나물 배추김치	잡곡밥(새우죽) 콩비지찌개 아귀찜 야채계란찜 연근조림 배추김치	잡곡밥(울무죽) 크림스프 로제파스타 돈까스 양상추샐러드 배추김치	잡곡밥(표고버섯죽) 육개장 코다리무조림 마파두부 치커리유자청무침 배추김치	잡곡밥(녹두죽) 갈비탕 닭갈비 부추야채전 콩나물무침 배추김치	
간식	치즈케익&배주스	편향도그&복숭아주스	바나나	만주&사과주스	편고구마&쌀음료	
아침죽	백태죽	흑임자죽	백태죽	땅콩죽	들깨죽	
원산지	쌀:국내산/김치:국내산/콩:수입산/미꾸라지:국내산/갈치:모로코/꽃게:중국산 코다리,동태:러시아산,미국산/고등어:국내산/조기:중국산/아귀살:중국산/오징어:국내산 낙지:베트남산/쭈꾸미:말레이시아산,베트남산/수산물가공품:국내산,수입산/돈육:국내산 우육:호주산,미국산(곰탕:잡배-국내산)/계육:국내산/오리:국내산/육가공품:국내산,수입산					

* 위 식단은 사정에 따라 변동될 수 있습니다. 사회복지법인 로템복지재단 로템재가노인지원센터