

♥1월 주간보호센터 식단표♥

날짜	1/3(월)	1/4(화)	1/5(수)	1/6(목)	1/7(금)	1/8(토)
중식	잡곡밥(울무죽) 아욱된장국 수육 실곤약야채무침 상추겉절이 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 굴미역국 닭볶음탕 어묵볶음 우엉조림 배추김치	잡곡밥(전복죽) 잔치국수 우메란장조림 부추야채전 봄동나물 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 육개장 갈치조림 잡채 오이나물 배추김치	잡곡밥(닭죽) 유부미소국 카레소스 새우튀김 물파래무침 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 알탕 오리불고기 새송이버섯볶음 애호박나물 배추김치
간식	단호박죽	모닝빵, 딸기잼&식혜	바나나	치즈케익&배주스	마들렌&복숭아주스	편순대&쌀음료
아침죽	땅콩죽	백태죽	땅콩죽	흑임자죽	녹두죽	들깨죽
날짜	1/10(월)	1/11(화)	1/12(수)	1/13(목)	1/14(금)	1/15(토)
중식	잡곡밥(닭죽) 크림스프 함박스테이크 푸실리아채볶음 감자샐러드 배추김치	잡곡밥(계란죽) 홍합탕 돈육김치볶음 온두부찜 느타리버섯볶음 배추김치	잡곡밥(전복죽) 참치찌개 닭갈비 해파리냉채 동초나물 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 표고계란국 짜장면 탕수육 단무지무침 배추김치	잡곡밥(새우죽) 닭개장 돈주불고기 세멸치볶음 연근조림 배추김치	잡곡밥(울무죽) 순두부백탕 우불고기숙주볶음 계란찜 가지나물 배추김치
간식	치즈케익&식혜	단호박죽	만주&배주스	바나나	편고구마&사과주스	편핫도그&쌀음료
아침죽	땅콩죽	들깨죽	흑임자죽	백태죽	순두부죽	흑임자죽
날짜	1/17(월)	1/18(화)	1/19(수)	1/20(목)	1/21(금)	1/22(토)
중식	팔찰밥(녹두죽) 홍합미역국 돈갈비찜 잡채 참나물무침 배추김치	잡곡밥(참치죽) 콩나물김치국 우낙불고기 꽃맛살샐러드 시래기된장지짐 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 추어탕 오리훈제볶음 계란말이 가지나물 배추김치	잡곡밥(울무죽) 해물칼국수 닭봉조림 도토리묵무침 봄동나물 배추김치	잡곡밥(전복죽) 사골곰탕 가자미양념조림 김치전 물파래무침 배추김치	잡곡밥(타락죽) 알탕 돈버섯불고기 해물완자전 양배추찜/쌈장 배추김치
간식	바나나	단호박죽	만주&배주스	편핫도그&식혜	황도캔	편순대&사과주스
아침죽	흑임자죽	백태죽	땅콩죽	타락죽	들깨죽	순두부죽
날짜	1/24(월)	1/25(화)	1/26(수)	1/27(목)	1/28(금)	1/29(토)
중식	잡곡밥(녹두죽) 나가사끼짬뽕국 돈야채볶음 참치김치볶음 시금치나물 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 홍합탕 우육숙주볶음 어묵메추리알조림 간장깻잎지 배추김치	잡곡밥(울무죽) 어묵우동 오리훈제볶음 새우튀김 무나물 배추김치	잡곡밥(표고버섯죽) 갈비탕 쭈꾸미야채볶음 양상추샐러드 가지나물 배추김치	잡곡밥(녹두죽) 크림스프 참스테이트 로제파스타 단호박샐러드 배추김치	잡곡밥(새우죽) 아욱된장국 닭볶음탕 세멸치볶음 물파래무침 배추김치
간식	치즈케익&배주스	편핫도그&복숭아주스	바나나	단호박죽	마들렌&식혜	치즈케익&사과주스
아침죽	백태죽	흑임자죽	백태죽	땅콩죽	들깨죽	순두부죽
날짜						
중식	새해 복 많이 받으세요~~~					
간식						
아침죽						
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/수산가공품: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 로렘복지재단 로렘재가노인지원센터