

# ♥10월 주간보호센터 식단표♥

날짜	10/31(월)					10/1(토)
중식	잡곡밥(단호박죽) 나가사끼짬뽕국 짜장소스 고추잡채 무나물 배추김치					잡곡밥(새우죽) 어묵국 닭갈비 단호박샐러드 참나물무침 배추김치
간식	마들렌&쌀음료					황도통조림
아침죽	흑임자죽					백태죽
날짜	10/3(월)	10/4(화)	10/5(수)	10/6(목)	10/7(금)	10/8(토)
중식	개천절	잡곡밥(흑임자죽) 추어탕 훈제오리볶음 새송이버이컨볶음 청경채나물 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 잔치국수 우육숙주볶음 동태전 열무나물 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 순두부찌개 돈갈비찜 해파리냉채 가지나물 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 닭백숙 임연수조림 도토리묵무침 갯잎지무침 배추김치	잡곡밥(울무죽) 알탕 우육청경채볶음 감자샐러드 애호박나물 배추김치
간식		팥죽	에그타르트&식혜	찐고구마&두유	옥수수스프&모닝빵	연두부&양념장
아침죽		땅콩죽	계란죽	타락죽	들깨죽	흑임자죽
날짜	10/10(월)	10/11(화)	10/12(수)	10/13(목)	10/14(금)	10/15(토)
중식	잡곡밥(닭죽) 소고기무국 갈치조림 고추잡채 오이나물 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 아욱된장국 수육 실곤약야채무침 상추겉절이 배추김치	잡곡밥(백태죽) 어묵우동 새우튀김 돈두부조림 느타리버섯볶음 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 나가사끼짬뽕국 카레소스 닭봉조림 무나물 배추김치	잡곡밥(타락죽) 만두국 아귀찜 계란찜 참나물무침 배추김치	잡곡밥(새우죽) 닭개장 제육볶음 꽃맛살샐러드 가지나물 배추김치
간식	녹두죽	시리얼&우유	롤케익&토마토주스	옥수수스프&모닝빵	찐고구마&식혜	단호박죽
아침죽	들깨죽	순두부죽	땅콩죽	흑임자죽	백태죽	계란죽
날짜	10/17(월)	10/18(화)	10/19(수)	10/20(목)	10/21(금)	10/22(토)
중식	팔찰밥(닭죽) 소고기미역국 돈갈비찜 잡채 오이나물 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 청국장 오리불고기 메추리알장조림 갯순나물 배추김치	잡곡밥(새우죽) 계란부추국 짜장면 표고탕수육 무나물 배추김치	잡곡밥(타락죽) 어묵국 돈야채볶음 김말이튀김 콩나물무침 배추김치	잡곡밥(울무죽) 추어탕 닭볶음탕 해파리냉채 열무된장나물 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 소고기무국 가자미양념조림 마파두부 숙주나물 배추김치
간식	생선잔치	옥수수스프&모닝빵	오피레	팥죽	카스텔라&사과주스	찐계란&식혜
아침죽	백태죽	땅콩죽	흑임자죽	순두부죽	백태죽	들깨죽
날짜	10/24(월)	10/25(화)	10/26(수)	10/27(목)	10/28(금)	10/29(토)
중식	잡곡밥(흑임자죽) 아욱된장국 수육 실곤약야채무침 상추겉절이 배추김치	잡곡밥(새우죽) 만두국 닭봉조림 꽃맛살샐러드 간장갯잎지 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 크림스프 돈까스 로제파스타 고구마조림 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 갈비탕 삼치데리야끼조림 도토리묵무침 무나물 배추김치	잡곡밥(울무죽) 김치콩나물국 우육청경채볶음 잡채 가지볶음 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 순두부찌개 오리불고기 어묵볶음 애호박나물 배추김치
간식	치즈케익&배주스	녹두죽	카스타드&사과주스	찐핫도그&쌀음료	단호박죽	찐고구마&두유
아침죽	땅콩죽	계란죽	흑임자죽	백태죽	타락죽	들깨죽
원산지	쌀:국내산/김치:국내산/콩:수입산/미꾸라지:국내산/갈치:국내산,남아공산/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:잡뼈-국내산)/계육:국내산/오리:국내산/육가공품:국내산,수입산					

\* 위 식단은 사정에 따라 변동될 수 있습니다. 사회복지법인 로렘복지재단 로렘제가노인지원센터