

♥7월 주간보호센터 식단표♥

날짜					7/1(금)	7/2(토)
중식	행복한 7월 되세요~~~				잡곡밥(땅콩죽) 계란부추국 낙지콩나물볶음 새송이버섯볶음 오이나물 배추김치	잡곡밥(새우죽) 북어채무국 돈육김치볶음 어묵볶음 깻순나물 배추김치
간식					녹두죽	편향토그&사과주스
아침죽					백태죽	들깨죽
날짜	7/4(월)	7/5(화)	7/6(수)	7/7(목)	7/8(금)	7/9(토)
중식	잡곡밥(녹두죽) 육개장 갈치무조림 부추야채전 비름나물무침 배추김치	잡곡밥(닭죽) 아욱국 수육 실곤약야채무침 상추쌈 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 잔치국수 닭봉조림 브로콜리새우살야채볶음 느타리버섯볶음 배추김치	잡곡밥(백태죽) 순두부찌개 삼치무찜 도토리묵무침 감자조림 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 들깨미역국 우물고기숙주볶음 어묵볶음 연근조림 배추김치	잡곡밥(타락죽) 감자양파국 오징어야채볶음 야채계란찜 새송이버섯볶음 배추김치
간식	시리얼&우유	편향토그&식혜	단호박죽	황도통조림	연두부&양념장	편향토그&배주스
아침죽	땅콩죽	타락죽	순두부죽	흑임자죽	계란죽	땅콩죽
날짜	7/11(월)	7/12(화)	7/13(수)	7/14(목)	7/15(금)	7/16(토)
중식	잡곡밥(울무죽) 오징어무국 닭볶음탕 세명치볶음 깻잎순나물 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 추어탕 돈김치볶음 두부조림 오이나물 배추김치	잡곡밥(맛살죽) 계란부추국 자장면 표고탕수육 단무지무침 배추김치	잡곡밥(녹두죽) 청국장 코다리조림 계란찜 시금치나물 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 닭백숙 김치전 어항가지 간장깻잎지 배추김치	잡곡밥(새우죽) 아욱국 소고기비섯볶음 쭈꾸미브로콜리볶음 애호박나물 배추김치
간식	모닝빵&옥수수스프	팔죽	바나나	카스테라&배주스	편향토그&쌀음료	단호박죽
아침죽	흑임자죽	타락죽	백태죽	땅콩죽	순두부죽	흑임자죽
날짜	7/18(월)	7/19(화)	7/20(수)	7/21(목)	7/22(금)	7/23(토)
중식	팔찰밥(타락죽) 소고기미역국 돼지갈비찜 잡채 비름나물무침 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 아욱된장국 돈수육 실곤약야채무침 상추쌈 배추김치	잡곡밥(울무죽) 해물칼국수 닭봉조림 도토리묵무침 열무나물 배추김치	잡곡밥(계란죽) 어묵국 우메란장조림 김말이튀김 느타리들깨볶음 배추김치	잡곡밥(녹두죽) 육개장 오징어야채볶음 비엔나소시지볶음 오이나물 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 김치찌개 삼치조림 계란찜 시금치나물 배추김치
간식	생선잔치	시리얼&우유	연두부&양념장	수박	단호박죽	편향토그&사과주스
아침죽	백태죽	순두부죽	땅콩죽	타락죽	흑임자죽	순두부죽
날짜	7/25(월)	7/26(화)	7/27(수)	7/28(목)	7/29(금)	7/30(토)
중식	잡곡밥(울무죽) 물만두국 코다리조림 케이준샐러드 숙주나물 배추김치	잡곡밥(계란죽) 갈비탕 가자미무조림 베이컨새송이버섯볶음 마늘쫄면새우볶음 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 잔치국수 소고기야채볶음 청포묵무침 무나물 배추김치	잡곡밥(소고기죽) 추어탕 돈김치볶음 꽃맛샐러드 연근조림 배추김치	잡곡밥(닭죽) 우렁된장국 아귀찜 계란말이 가지나물 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 참치김치찌개 우육숙주볶음 어묵볶음 치커리유자청무침 배추김치
간식	치즈케익&배주스	요리프로그램	편향토그&식혜	도토리묵&양념장	바나나	카스테라&당근주스
아침죽	흑임자죽	땅콩죽	순두부죽	백태죽	들깨죽	땅콩죽
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/수산물: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