

♥11월 주간보호센터 식단표♥

날짜			11/1(수)	11/2(목)	11/3(금)	11/4(토)
중 식			잡곡밥(율무죽) 잔치국수 오징어야채볶음 도토리묵무침 얼갈이나물 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 들깨미역국 닭볶음탕 메추리알조림 가지나물 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 감자양파국 돈버섯볶음 잡채 콩나물무침 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 아욱된장국 소고기청경채볶음 감자샐러드 연근조림 배추김치
간식			요플레	시리얼&우유	단호박죽	편향도그&배주스
아침죽			흑임자죽	땅콩죽	순두부죽	들깨죽
날짜	11/6(월)	11/7(화)	11/8(수)	11/9(목)	11/10(금)	11/11(토)
중 식	잡곡밥(흑임자죽) 육개장 삼치조림 계란찜 감자채볶음 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 어묵국 돈숙주볶음 참치김치조림 느타리버섯볶음 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 해물칼국수 닭갈비 청포묵무침 무나물 배추김치	잡곡밥(순두부죽) 아욱된장국 수육 실곤약야채무침 상추겉절이 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 추어탕 우육청경채볶음 꽃맛샐러드 오이나물 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 근대된장국 닭볶음탕 해파리냉채 새송이파프리카볶음 배추김치
간식	옥수수스프&모닝빵	바나나	녹두죽	치즈케익&당근주스	단호박죽	편고구마&배주스
아침죽	땅콩죽	들깨죽	백태죽	땅콩죽	흑임자죽	백태죽
날짜	11/13(월)	11/14(화)	11/15(수)	11/16(목)	11/17(금)	11/18(토)
중 식	잡곡밥(옥수수죽) 북어채국 우육숙주볶음 어묵볶음 봄동나물 배추김치	잡곡밥(타락죽) 계란부추국 가자미무침 잡채 연근조림 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 잔치국수 닭야채볶음 모듬묵무침 열무나물 배추김치	잡곡밥(땅콩죽) 김치콩나물국 카레소스 왕계란조림 치커리유자청무침 배추김치	잡곡밥(새우죽) 사골곰탕 갈치조림 부추야채전 가지나물 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 근대된장국 돈육야채볶음 감자샐러드 숙주나물 배추김치
간식	연두부&양념장	팔죽	편계란&당근주스	단호박죽	황도통조림	편향도그&사과주스
아침죽	들깨죽	순두부죽	흑임자죽	백태죽	들깨죽	흑임자죽
날짜	11/20(월)	11/21(화)	11/22(수)	11/23(목)	11/24(금)	11/25(토)
중 식	팔찰밥(단호박죽) 소고기미역국 돈갈비찜 잡채 오이나물 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 콩비지찌개 아귀찜 케이준샐러드 느타리버섯볶음 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 나가사끼짬뽕국 짜장면 표고탕수육 무나물 배추김치	잡곡밥(땅콩죽) 추어탕 닭갈비 김치전 봄동나물 배추김치	잡곡밥(녹두죽) 갈비탕 코다리조림 모듬묵무침 콩나물무침 배추김치	잡곡밥(율무죽) 아욱된장국 돈청경채볶음 어묵볶음 시금치나물 배추김치
간식	생신잔치	녹두죽	옥수수스프&모닝빵	바나나	편고구마&식혜	단호박죽
아침죽	흑임자죽	땅콩죽	백태죽	들깨죽	흑임자죽	들깨죽
날짜	11/27(월)	11/28(화)	11/29(수)	11/30(목)		
중 식	잡곡밥(단호박죽) 순두부찌개 닭볶음탕 꽃맛샐러드 가지나물 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 청국장 돈김치볶음 계란찜 맛김 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 크림스프 로제파스타 돈까스 양상추샐러드 배추김치	잡곡밥(율무죽) 어묵국 우육숙주볶음 청포묵무침 오이나물 배추김치		
간식	도토리묵&양념장	팔죽	미니매점	시리얼&우유		
아침죽	백태죽	흑임자죽	들깨죽	순두부죽		
원산지	쌀:국내산/김치:국내산/콩:수입산/미꾸라지:국내산/갈치:모로코산/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