

♥8월 주간보호센터 식단표♥

날짜		8/1(화)	8/2(수)	8/3(목)	8/4(금)	8/5(토)	
중 식		잡곡밥(율무죽) 감자찌개 우육청경채볶음 참치김치볶음 연근조림 배추김치	잡곡밥(순두부죽) 해물칼국수 닭야채볶음 우묵채무침 얼갈이나물 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 추어탕 돈버섯볶음 꽃맛살샐러드 무나물 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 김치콩나물국 삼치조림 마파두부 청경채나물 배추김치	잡곡밥(흑임자죽) 유부팽이국 닭볶음탕 어묵볶음 숙주나물 배추김치	
간식		옥수수스프&모닝빵	단호박죽	전감자&사과주스	시리얼&우유	녹두죽	
아침죽		백태죽	흑임자죽	들깨죽	땅콩죽	순두부죽	
날짜		8/7(월)	8/8(화)	8/9(수)	8/10(목)	8/11(금)	8/12(토)
중 식	잡곡밥(옥수수죽) 순두부찌개 우육숙주볶음 잡채 치커리유자청무침 배추김치	잡곡밥(율무죽) 어묵국 카레소스 닭조림 무나물 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 잔치국수 오리불고기 도토리묵무침 열무나물 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 삼계탕 오징어야채볶음 부추야채전 콩나물무침 배추김치	잡곡밥(녹두죽) 청국장 돈청경채볶음 계란찜 맛김 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 알탕 우육느타리볶음 감자샐러드 마늘쫄면생우볶음 배추김치	
간식		황도통조림	단호박죽	치즈케익&당근주스	수박	팔죽	전핫도그&배추스
아침죽		흑임자죽	들깨죽	백태죽	땅콩죽	들깨죽	흑임자죽
날짜		8/14(월)	8/15(화)	8/16(수)	8/17(목)	8/18(금)	8/19(토)
중 식	잡곡밥(옥수수죽) 감자양파국 돈김치볶음 어묵볶음 열무나물 배추김치	잡곡밥(순두부죽) 아욱된장국 우육숙주볶음 잡채 가지나물 배추김치	잡곡밥(녹두죽) 계란부추국 짜장면 표고탕수육 무나물 배추김치	잡곡밥(새우죽) 참치찌개 돈버섯볶음 꽃맛살샐러드 연근조림 배추김치	잡곡밥(땅콩죽) 들깨미역국 동태조림 계란찜 콩나물무침 배추김치	잡곡밥(율무죽) 유부팽이국 돈청경채볶음 오징어야채볶음 새송이파프리카볶음 배추김치	
간식		녹두죽	옥수수스프&모닝빵	전계란&복숭아주스	단호박죽	바나나	전고구마&사과주스
아침죽		땅콩죽	들깨죽	흑임자죽	백태죽	들깨죽	순두부죽
날짜		8/21(월)	8/22(화)	8/23(수)	8/24(목)	8/25(금)	8/26(토)
중 식	팔찰밥(단호박죽) 소고기미역국 돈갈비찜 잡채 무나물 배추김치	잡곡밥(옥수수죽) 순두부찌개 임연수구이 계란찜 콩나물무침 배추김치	잡곡밥(고구마죽) 잔치국수 우육버섯볶음 모듬묵무침 열무나물 배추김치	잡곡밥(땅콩죽) 추어탕 닭볶음탕 해파리냉채 느타리버섯볶음 배추김치	잡곡밥(녹두죽) 김치콩나물국 수육 실곤약야채무침 상추겉절이 배추김치	잡곡밥(율무죽) 어묵국 닭갈비 메추리알조림 오이나물 배추김치	
간식		생신잔치	팔죽	요플레	시리얼&우유	단호박죽	연두부&양념장
아침죽		흑임자죽	땅콩죽	백태죽	순두부죽	흑임자죽	들깨죽
날짜		8/28(월)	8/29(화)	8/30(수)	8/31(목)		
중 식	잡곡밥(순두부죽) 닭개장 삼치조림 감자샐러드 가지나물 배추김치	잡곡밥(단호박죽) 청국장 돈김치볶음 어묵볶음 맛김 배추김치	잡곡밥(녹두죽) 크림스프 돈까스 로제파스타 양상추샐러드 배추김치	잡곡밥(율무죽) 갈비탕 가자미조림 계란찜 콩나물무침 배추김치			
간식		녹두죽	미니매점	카스텔라&식혜	전고구마&사과주스		
아침죽		들깨죽	백태죽	흑임자죽	들깨죽		
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/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