

발행처 : 동래데이케어
 발행일 : 2022.10.24
 원 장 : 이 영 애

11월 어르신 저녁 식단

(일반식)

급식처 : 온마을사랑채
 영양사 : 최 소 진
 조리사 : 장 경 욱

구분		1(화)	2(수)	3(목)	4(금)	5(토)	
저녁식사	<p>● 식단은 시장사정과 신선도문제로 변경될 수 있습니다</p>	혼합잡곡밥 북엇국 꾸꾸미채소볶음 돈육무조림 다시마액젓무침 배추김치	혼합잡곡밥 아욱국 닭갈비 브로콜리버섯볶음 마카로니콘샐러드 물김치	혼합잡곡밥 돼지고기카레 생선까스/S 오이무침 구이김 배추김치/송농	혼합잡곡밥 시금치미소국 오징어채소볶음 채소스크램블 미역줄기볶음 배추김치		
구분	7(월)	8(화)	9(수)	10(목)	11(금)	2(토)	
저녁식사	혼합잡곡밥 들깨무쌈국 소고기무조림 참치채소볶음 무나물 배추김치	혼합잡곡밥 얼큰시락국 대구콩나물찜 두부구이/양념장 고사리나물 배추김치	혼합잡곡밥 찜빵탕 바싹불고기 가지튀김/고기소스 참나물무침 배추김치	혼합잡곡밥 돼지고기김치찜 감자채행볶음 모듬채소전 돌나물/초고추장 배추김치	혼합잡곡밥 채소샤브샤브국 갈치구이 순대채소볶음 구이김 배추김치		
구분	14(월)	15(화)	16(수)	17(목)	18(금)	19(토)	
저녁식사	혼합잡곡밥 강된장 소고기사태찜 채소비빔만두 세발나물 배추김치	혼합잡곡밥 고추장찌개 임연수구이 건새우무조림 양배추찜/젓국장 배추김치	혼합잡곡밥 모듬버섯국 방어무조림 미역콩전 마늘쫄고추장무침 배추김치	혼합잡곡밥 조개미역국 돼지갈비찜 청포묵무침 무생채 배추김치	혼합잡곡밥 육개장 삼치조림 멸치볶음 시금치나물 배추김치		
구분	21(월)	22(화)	23(수)	24(목)	25(금)	26(토)	
저녁식사	혼합잡곡밥 게살연두부탕 돈불고기 우엉조림 숙주당근나물 배추김치	혼합잡곡밥 호박새우젓국 적어구이 툇당근조림 열무된장나물 배추김치	혼합잡곡밥 짜장소스 닭강정 고추잡채 오이양파무침 배추김치	혼합잡곡밥 유부미소국 오삼불고기 어묵채소볶음 아삭고추된장무침 배추김치	혼합잡곡밥 소고기탕국 가자미구이 두부숙갓무침 취나물 배추김치		
구분	28(월)	29(화)	30(수)				
저녁식사	혼합잡곡밥 가쓰오장국 버섯소불고기 달걀후라이 겨울초나물 배추김치	혼합잡곡밥 소고기뭇국 동태전 두부채소볶음 썩갓나물 배추김치	혼합잡곡밥 부대찌개 삼치카레구이 단배추니물 꼬시래기초무침 배추김치	북어채(러시아산), 꾸꾸미(중국산), 돈다짐(국산), 닭(국산), 생선까스(북방대구살:네덜란드산), 두부(대두:외국 산), 오징어(페루산), 닭갈비(국산), 우물고기용(미국산), 참치(원양산), 갈치(모로코산), 순대(돈창자, 돈혈:국산), 바지락(중 국산), 방어(국산), 가자미(수입산), 동태(러시아산), 쌀(국산) , 혼합잡곡밥:잡쌀, 미호현미, 압맥, 활맥, 흑태(국산)			

