

발행처 : 동래데이케어
 발행일 : 2021.12.24
 원 장 : 이 영 애

1월 어르신 점심 식단

(일반식)

급식처 : 정 성 나 농
 영양사 : 전 강 경
 조리사 : 염 동 현

구분	31(월)					1(토)
오전간식	수제요거트					크림스프/스넥
점심식사	잡곡밥 사골떡국 돈갈비찜 어묵볶음 동초겉절이 배추김치	쌀 : 국내산, 배추김치(배추:중국산, 고추가루:중국산), 돼지고기:외국산, 국내산, 닭:국내산, 소고기:호주산, 동태:러시아산, 코다리:러시아산, 갈치:남아공산, 가자미:러시아산, 오징어:국내산, 고등어:국산, 콩치:국내산, 두부:콩(외국산), 오리고기:국내산 ● 식단은 시장사정과 신선도문제로 변경될 수 있습니다.				잡곡밥 계란떡국 가자미구이 두부조림 무생채 배추김치
오후간식	과배기/두유					과일
구분	3(월)	4(화)	5(수)	6(목)	7(금)	8(토)
오전간식	수제요거트					
점심식사	잡곡밥 근대된장국 닭살버섯조림 무속나물 미역오이새콤무침 배추김치	잡곡밥 오징어무국 돈육야채볶음 연근조림 알배기쌈&쌈장 배추김치	잡곡밥 훤함미역국 동태무조림 시금치잡채 유채겉절이 배추김치	잡곡밥 두부새우전국 돈육김치찜 새송이조림 건목이장아찌 배추김치	잡곡밥 어묵국 카레소스 미트볼조림 단무지무침 배추김치	잡곡밥 시락국 삼치옛장조림 스크램블에그 쪽파김가루무침 배추김치
오후간식	삶은고구마/보리차	옛날과자/두유	생신탕/식혜/과일	과일	삶은고구마/보리차	삶은계란/누룽지
구분	10(월)	11(화)	12(수)	13(목)	14(금)	15(토)
오전간식	수제요거트					
점심식사	잡곡밥 유부맑은국 비빔밥&고추장 계란후라이 물만두튀김 배추김치	잡곡밥 북어미역국 간장찜닭 느타리아채볶음 도토리묵&양념장 배추김치	잡곡밥 육개장 고등어구이 두부조림 봉동새콤무침 배추김치	잡곡밥 시금치된장국 돈육불고기 건새우무조림 양배추쌈&전국장 배추김치	잡곡밥 김치수제비국 생선까스&소스 콩나물찜 파래무무침 배추김치	잡곡밥 무채국 닭고구마조림 호박새우전볶음 간장깻잎지 배추김치
오후간식	과일	빵 / 두유	과일	삶은감자/보리차	과일	옛날과자/두유
구분	17(월)	18(화)	19(수)	20(목)	21(금)	22(토)
오전간식	수제요거트					
점심식사	잡곡밥 쇠고기미역국 코다리무조림 소세지전 동초무침 배추김치	잡곡밥 두부된장국 곤드레취나물밥 계란찜 무생채 배추김치	잡곡밥 순두부찌개 돈갈비찜 미역줄기볶음 섬초시금치나물 배추김치	잡곡밥 바지락유뚝국 순살닭갈비 우엉조림 다시마채무침 배추김치	잡곡밥 쇠고기우거지탕 가자미구이 연두부&양념장 숙주나물 배추김치	잡곡밥 호박고추장국 스테이크조림 들깨무나물 간장고추치 배추김치
오후간식	과일	피자/콜라	삶은고구마/보리차	떡, 식혜	과일	쿠키, 차
구분	24(월)	25(화)	26(수)	27(목)	28(금)	29(토)
오전간식	수제요거트					
점심식사	잡곡밥 건새우무국 돈육두부치기 간장어묵볶음 매콤콩나물무침 배추김치	잡곡밥 근대된장국 동태무조림 소세지야채볶음 톳두부무침 배추김치	잡곡밥 두부새우전국 닭볶음탕 새송이맛살조림 유채겉절이 배추김치	잡곡밥 콩비지찌개 고등어카레구이 이연복식배추찜 무말랭이무침 배추김치	잡곡밥 잔치국수 삶은계란 단배추무침 배추김치	잡곡밥 콩나물국 닭안심데리야끼조림 두부조림 김구이 배추김치
오후간식	삶은 달걀, 차	과일	떡, 식혜	과일	삶은고구마/보리차	삶은감자/보리차

