

발행처 : 동래데이케어
 발행일 : 2022.02.23
 원 장 : 이 영 애

03월 어르신 점심 식단

(일반식)

급식처 : 온마을사랑채
 영양사 : 최 소 진
 조리사 : 류 미 나

구분		1(화)	2(수)	3(목)	4(금)	5(토)
오전간식			수제요거트	수제요거트	수제요거트	크림스프/스벅
점심식사	◎ 식단은 시장사정과 신선도문제로 변경될 수 있습니다	혼합잡곡밥 미역된장국 제육볶음 연두부/양념장 숙주당근나물 배추김치	혼합잡곡밥 오징어묵국 간장달걀조림 산채메밀전병 치커리유자무침 배추김치	혼합잡곡밥 채소누룻지탕 콩치무조림 돈육두부볶음 양배추찜/쌈장 배추김치	혼합잡곡밥 냉이된장국 낙지콩나물볶음 사각어묵조림 숙대추튀김 배추김치	혼합잡곡밥 콩비지찌개 조기구이 청포묵무침 열무된장나물 배추김치
오후간식		스벅/과일주스	생신떡/음료/과일	호떡/과일주스	과일(바나나)	과일(밀감)
구분	7(월)	8(화)	9(수)	10(목)	11(금)	2(토)
오전간식	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	크림스프
점심식사	혼합잡곡밥 호박새우젓국 한식잡채 간장돼지갈비찜 겨울초나물 배추김치	혼합잡곡밥 콩나물국 닭갈비 맛살새송이볶음 세발나물 배추김치	혼합잡곡밥 얼큰시락국 버섯소불고기 매콤콩나물무침 무나물 배추김치	혼합잡곡밥 소고기묵국 매콤삼치조림 마늘쫄면치볶음 호박나물 배추김치	혼합잡곡밥 돼지고기카레 생선까스/타르타르 콩가루부추찜 오이무침 배추김치	혼합잡곡밥 게살연두부탕 코다리강정 톳당근조림 시금치나물 배추김치
오후간식	호빵/과일주스	과일(사과)	김치전/막걸리	스벅/주스	삶은고구마/보리차	삶은계란/누룻지
구분	14(월)	15(화)	16(수)	17(목)	18(금)	19(토)
오전간식	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	크림스프
점심식사	혼합잡곡밥 도토리묵국 훈제오리채소볶음 수제해물완자 브로콜리/초고추 장/쌈무	혼합잡곡밥 버섯된장찌개 고등어무조림 모듬채소달걀말이 다시마액젓무침 배추김치	혼합잡곡밥 시금치미소국 오징어채소볶음 콩비지전 숙주당근나물 배추김치	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 대구콩나물찜 두부구이/양념장 고사리나물 배추김치	혼합잡곡밥 찹쌀떡 바싹불고기 가지튀김/고기소스 참나물양파무침 배추김치	혼합잡곡밥 들깨우젓국 소고기숙주볶음 참치야채볶음 봄나물겉절이 배추김치
오후간식	과일(바나나)	빵 / 두유	과일(배)	과일(사과)	단팥빵/두유	과일(밀감)
구분	21(월)	22(화)	23(수)	24(목)	25(금)	26(토)
오전간식	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	크림스프
점심식사	혼합잡곡밥 돼지고기김치찜 메추리알곤약조림 모듬채소전 썩갠나물 오복지무침/송늬	혼합잡곡밥 소고기샤브샤브국 갈치구이 호박버섯볶음 무생채 배추김치	혼합잡곡밥 마파두부 닭강정 피망볶음 오이간장무침 단무지	혼합잡곡밥 대파달걀국 방어무조림 육원전 유채나물된장무침 배추김치	혼합잡곡밥 청국장 소고기샤대찜 채소비빔만두 가지나물 배추김치	혼합잡곡밥 고추장찌개 임연수구이 콩나물무침 양배추쌈/쌈장 배추김치
오후간식	유과 / 생강차	카스테라/두유	과일(바나나)	떡, 식혜	과일(토마토)	쿠키, 차
구분	28(월)	29(화)	30(수)	31(목)		
오전간식	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트		
점심식사	혼합잡곡밥 팽이유부미소국 오삼불고기 연두부/양념장 아삭고추된장무침 배추김치	혼합잡곡밥 부대찌개 삼치카레구이 미역줄기볶음 도라지초무침 배추김치	혼합잡곡밥 옥수수스프 수제함박스테이크 양파그린빈구이 양배추콘샐러드 오이피클	혼합잡곡밥 육개장 가자미구이 메추리알송이조림 청경채유자생채 배추김치	소불고기용(호주산)/갈치(모로코산)두부:대두(외국산)/돈다침(국내산)/닭가슴살(국내산)달걀(국내산)/방어(국내산)/육원전:돼지고기(국내산)배추김치-배추, 고춧가루(국내산)/기타김치류:오복지(중국산), 단무지(무:국내산)오징어(페루산)/돈불고기용(국내산)/연두부(대두:외국산)고등어(국내산)산채메밀전병:돼지고기(국내산), 메밀가루(메밀:국내산)닭다리살(국내산)/닭가슴살(국내산).	
오후간식	유과/보리차	술떡/생강차	과일(밀감)	비스킷/두유		

