

발행처 : 동래데이케어  
 발행일 : 2022.03.25  
 원 장 : 이 영 애

# 04월 어르신 점심 식단

(일반식)

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

구분					1(금)	2(토)
오전간식					수제요거트	크림스프/스벅
점심식사	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				잡곡밥 두부미소국 오리불고기 해물모듬전 시금치나물 쌈무	잡곡밥 다시마감자국 갈치카레구이 두부숙갓무침 양배추찜/쌈장 배추김치
오후간식					핫도그/보리차	오렌지
구분	4(월)	5(화)	6(수)	7(목)	8(금)	9(토)
오전간식	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	크림스프
점심식사	잡곡밥 알탕 건새우무조림 꼬시래기초무침 배추김치	잡곡밥 모듬버섯국 코다리감자조림 분홍소세지전 유채나물 배추김치	<b>한식특식</b> 봄채소비빔밥 (달래, 부추, 두부) 달걀후라이 어묵가쓰오장국 된장소스 배추김치	잡곡밥 미역미소장국 수제등심돈가스 양배추샐러드 오리엔탈드레싱 수제피클	잡곡밥 팽이달걀탕 고등어구이 닭살실곤약샐러드 세발나물 배추김치	잡곡밥 닭개장 동태포전 한식잡채 숙주당근나물 배추김치
오후간식	사과	옛날과자/두유	비스켓/쥬스	바나나	삶은고구마/보리차	삶은계란/보리차
구분	11(월)	12(화)	13(수)	14(목)	15(금)	16(토)
오전간식	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	크림스프
점심식사	잡곡밥 근대국 돈육김치볶음 온두부 호박나물 오복채나물	<b>생신상</b> 팔밥 소고기미역국 조기구이 3색나물 배추김치	잡곡밥 오징어묵국 닭살데리야기조림 김치메밀전병 청경채생채 배추김치	잡곡밥 해물누룽지탕 매콤공치조림 돈육피망볶음 다시마액젓무침 배추김치	잡곡밥 북엇국 낙지채소볶음 채소달걀찜 썩갓나물 배추김치	잡곡밥 대파유부채국 가자미구이 참치채소볶음 열무된장나물 배추김치
오후간식	바나나	생신떡/식혜/과일	삶은고구마/보리차	사과	쿠키/생강차	배
구분	18(월)	19(화)	20(수)	21(목)	22(금)	23(토)
오전간식	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	크림스프
점심식사	잡곡밥 민배추시락국 매콤돼지갈비찜 유부당근조림 오리고추된장무침 배추김치	잡곡밥 곤약탕국 삼치역장조림 도라지복어채무침 고사리나물 배추김치	잡곡밥 호박새우젓국 버섯소불고기 두부툇무침 고추장종무침 배추김치	잡곡밥 카레라이스 생선가쓰/타르타르 브로콜리그린빈볶음 매콤오이무침 석박지	잡곡밥 맑은감자국 닭갈지 어묵등뼈잡채 양상추샐러드/유자D 배추김치	잡곡밥 들깨우렛국 임연수구이 떡갈비채소조림 돌나물/초고추장 배추김치
오후간식	토마토	피자/콜라	빵/두유	떡, 식혜	삶은계란/보리차	쿠키, 차
구분	25(월)	26(화)	27(수)	28(목)	29(금)	30(토)
오전간식	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	크림스프
점심식사	잡곡밥 매콤김치국 훈제오리채소볶음 어묵곤약조림 미역줄기볶음 쌈무	잡곡밥 버섯된장찌개 매콤고등어조림 채소스크램블 무나물 배추김치	잡곡밥 건새우아욱국 오징어채소볶음 미역곶전 참나물양파무침 배추김치	잡곡밥 다시마채뽕국 대구콩나물찜 연두부/양념장 취나물 배추김치	잡곡밥 짬뽕탕 소고기청경채볶음 가지튀김/고기소스 미나리나물 짜사이무침	잡곡밥 순한오징어묵국 방어구이 메추리알송이조림 봉동겉절이 깍두기
오후간식	삶은계란/보리차	사과	떡, 식혜	배	찐고구마/보리차	쿠키/생강차

