

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

# 11월 어르신 점심 식단

(일반식)

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

구분		1(화)	2(수)(생일식)	3(목)	4(금)	5(토)	
오전간식		크림스프	수제요거트	수제요거트	수제요거트	크림스프/스벅	
점심식사	◎ 식단은 시장사정 과 신선도문제로 변경될 수 있습니다	혼합잡곡밥 가스오장국 수제동심돈가스/S 단호박범벅 양배추샐러드/D 수제모듬피클	팔밥 소고기미역국 간장돼지갈비찜 모듬채소전 무생채 배추김치	혼합잡곡밥 콩나물국 ]코다리우조림 햄구이 참나물무침 배추김치	혼합잡곡밥 다시마감자국 닭오븐구이 두부툇무침 겨울초나물 배추김치	혼합잡곡밥 팥이달걀탕 고등어구이 닭가슴살곤약무침 숙주당근나물 배추김치	
오후간식		삶은계란/생강차	떡/생강차	옛날전병/생강차	과일(바나나)	파이/두유	
구분		7(월)	8(화)	9(수)(특식)	10(목)	11(금)	12(토)
오전간식		수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	크림스프
점심식사	혼합잡곡밥 미역된장국 제육볶음 채소달걀찜 호박나물 배추김치	혼합잡곡밥 곤약탕국 간장찜닭 산채메밀전병 치커리사과무침 배추김치	혼합잡곡밥 감자탕 오이스틱/쌈장 양파지 배추김치	혼합잡곡밥 콩비지찌개 조기구이 한식잡채 가지나물 배추김치	혼합잡곡밥 사골곰탕 떡갈비 모듬버섯볶음 부추양파겉절이 깍두기	혼합잡곡밥 복덕국 오징어콩나물볶음 볼어묵채소조림 썩갠나물 배추김치	
오후간식	삶은계란/보리차	과일	찐만두/보리차	비스킷/두유	삶은고구마/보리차	두유/스벅	
구분	14(월)	15(화)	16(수)	17(목)	18(금)	19(토)	
오전간식	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	크림스프	
점심식사	혼합잡곡밥 건새우근대국 닭갈비 맛살브로콜리볶음 양배추샐러드/S 배추김치	혼합잡곡밥 소고기뭇국 적어구이 알송이조림 취나물 배추김치	혼합잡곡밥 시락국 오리불고기 육원전 토란대나물 배추김치	혼합잡곡밥 하이라이스 생선까스/S 콩가루부추찜 해초무무침 배추김치	혼합잡곡밥 감자새우전국 버섯소불고기 유부당근조림 매콤콩나물무침 배추김치	혼합잡곡밥 맑은순두부탕 고등어구이 채소달걀말이 연근들깨무침 배추김치	
오후간식	호떡/생강차	과일	핫도그/생강차	과일	피자/콜라	과일	
구분	21(월)	22(화)	23(수)	24(목)	25(금)	26(토)	
오전간식	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	크림스프	
점심식사	혼합잡곡밥 도토리묵국 훈제오리채소볶음 야념두부조림 브로콜리/초고추장 쌈무	혼합잡곡밥 시금치미소국 낙재채소볶음 콩비지전 도라지나물 배추김치	혼합잡곡밥 들깨무쌈국 소고기청경채볶음 참치채소볶음 다시마액젓무침 배추김치	혼합잡곡밥 맑은감자국 대구콩나물찜 연두부/양념장 고사리나물 배추김치	혼합잡곡밥 찜뽕탕 간장돈불고기 탕수만두/S 청경채생채 배추김치	혼합잡곡밥 버섯된장찌개 방어무조림 토마토달걀볶음 들나물겉절이 배추김치	
오후간식	빵/두유	썩떡/보리차	모듬전(부추외)	영양갱	삶은계란/생강차	영양바/보리차	
구분	28(월)	29(화)	30(수)				
오전간식	수제요거트	수제요거트	수제요거트				
점심식사	혼합잡곡밥 돼지고기김치찜 알송이곤약조림 오징어채소전 미나리나물 오복지/송늬	혼합잡곡밥 소고기샤브샤브 갈치카레구이 미역줄기볶음 무나물 배추김치	혼합잡곡밥 강된장 소고기사태찜 채소비빔만두 세발나물 배추김치	소불고기용(미국산)/갈치(모로코산)두부:대두(외국산)/돈다짐(국내산)/닭가슴살(국내산)달걀(국내산)/가자미(수입산)/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), 쌀(국산)/혼합잡곡밥:참쌀, 미호현미, 압맥, 할맥, 흑태(국산)			
오후간식	팔죽	빵/두유	삶은고구마/보리차				

