

발행처 : 동래데이케어
 발행일 : 2021.05.25
 원 장 : 이 영 애

6월 어르신 점심 식단

(일반식)



구분		1(화)	2(수)	3(목)	4(금)	5(토)
오전간식		수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	스프
점심식사		잡곡밥 시락국 코다리조림 애호박마늘파스타 무생채 배추김치	잡곡밥 소고기미역국 생선구이 잡채 오이도라지생채 배추김치	잡곡밥 맛살계란국 닭강자조림 어린잎겉절이 무나물 배추김치	잡곡밥 순두부국 두부강정 맛살오이샐러드 양배추찜/쌈장 배추김치	잡곡밥 미소장국 카레소스 가지나물 단무지무침 배추김치
오후간식		찐감자/보리차	바나나/옥수수차	과배기/우유	사과/옥수수차	절편/매실차
구분	7(월)	8(화)	9(수)	10(목)	11(금)	12(토)
오전간식	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	스프
점심식사	잡곡밥 복어국 돈김치볶음 도토리묵/양념장 열무나물 배추김치	잡곡밥 우민찌미역국 가자미조림 사각햄계란구이 콩나물겨자무침 배추김치	잡곡밥 미더덕된장국 계란야채볶음 오이양파생채 당근양파라페 배추김치	잡곡밥 소고기콩나물국 함박스테이크 감자조림 단배추나물 배추김치	잡곡밥 들깨감자국 닭야채볶음 당근호박볶음 숙주무침 배추김치	잡곡밥 참치추어탕 메추리알조림 감자샐러드 세발나물무침 배추김치
오후간식	오렌지/동글레차	찐단호박/메밀차	떡/식혜	녹두전/수정과	과배기/우유	포도/녹차
구분	14(월)	15(화)	16(수)	17(목)	18(금)	19(토)
오전간식	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	스프
점심식사	잡곡밥 청국장국 제육볶음 무나물 적채상추겉절이 배추김치	잡곡밥 육개장 고등어무조림 버섯야채볶음 오이미역초무침 배추김치	잡곡밥 오징어무국 탕수육 데친감자채무침 깻잎조림 배추김치	잡곡밥 어묵국 비엔나감자조림 호박양파볶음 양배추/쌈장 배추김치	잡곡밥 콩나물국 닭김치찜 오이부추무침 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 단배추된장국 하이라이스 두부구이/양념장 된장열무무침 배추김치
오후간식	사과/옥수수차	찐감자/보리차	영양떡/매실차	약식/오미자차	단팥빵/우유	산딸기/대추차
구분	21(월)	22(화)	23(수)	24(목)	25(금)	26(토)
오전간식	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	수제요거트	스프
점심식사	잡곡밥 조갯살우국 돈스테이크 대파새송이조림 양배추찜/쌈장 배추김치	잡곡밥 들깨버섯국 마파두부 어묵야채볶음 얼갈이나물 배추김치	잡곡밥 소고기배춧국 코다리무조림 브로콜리두부볶음 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 미더덕된장국 단호박닭찜 버섯야채볶음 숙주나물 배추김치	잡곡밥 순두부국 해물콩나물찜 감자조림 오이양파생채 배추김치	잡곡밥 유부장국 짜장소스 동그랑땡전 단무지무침 배추김치
오후간식	참외/동글레차	찐고구마/메밀차	인절미/식혜	양갱/수정과	카스테라/우유	오렌지/녹차
구분	28(월)	29(화)	30(수)			
오전간식	수제요거트	수제요거트	수제요거트	원산지: 소고기(수입산-미국산) 돼지고기(국내산) 닭고기(국내산, 수입브라질산) 건명태(수입산-러시아) 고등어, 콩치(연근해산) 참치(원양산) 가자미(수입산-러시아) 오징어(수입산-중국) 계란, 메추리알(국내산) 쌀(밥-국내산, 떡볶이-수입산) 배추김치(국내산, 중국산) 배추(국내산) 고춧가루(중국산) 연육(수입산-베트남, 중국외) 콩: 두부, 순두부, 유부, 연두부(수입산-미국, 캐나다, 중국외) ※ 식자재 수급 사정에 따라 식단이 변경될 수 있습니다.		
점심식사	잡곡밥 김치콩나물국 돈장조림 참치열무볶음 무나물 배추김치	잡곡밥 소고기미역국 표고잡채 가자미조림 애호박나물 배추김치	잡곡밥 계살계란국 닭두부카레 베이비믹스겉절이 콩나물무침 배추김치			
오후간식	바나나/옥수수차	찐단호박/보리차	절편/매실차			

