

발행처 : 동래데이케어
 발행일 : 2022.04.25
 원 장 : 이 영 애

05월 어르신 점심 식단

(일반식)

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

| 구분 | 2(월) | 3(화) | 4(수) 생신상 | 5(목) | 6(금) 특식 | 7(토) |
|------|---|---|---|--|---|---|
| 오전간식 | 수제요거트 | 수제요거트 | 수제요거트 | 수제요거트 | 수제요거트 | 크림스프/스벅 |
| 점심식사 | 잡곡밥 돼지고기김치찌 메추리알곤약조림 수제해물완자 숙갓나물 오복채무침 송늬 | 잡곡밥 짜장소스 간풍강정 돈채피망볶음 오이간장무침 단무지 | 팔밥 소고기미역국 조기구이 탕평채 열무된장나물 배추김치 | 잡곡밥 청국장 소고기사태찜 채소비빔만두 가지나물 배추김치 | 구운연어덮밥 /양파절임 미소장국 콩나물무침 과일샐러드 소불고기 배추김치 | 잡곡밥 모듬버섯국 방어무조림 모듬채소전 취나물 배추김치 |
| 오후간식 | 빵/두유 | 쿠키/두유 | 찐고구마/보리차 | 떡/보리차 | 과일 | 과자/생강차 |
| 구분 | 9(월) | 10(화) | 11(수) | 12(목) | 13(금) | 14(토) |
| 오전간식 | 수제요거트 | 수제요거트 | 수제요거트 | 수제요거트 | 수제요거트 | 크림스프 |
| 점심식사 | 잡곡밥 팽이유부미소국 오삼불고기 모듬채소달걀찜 아삭고추된장무침 배추김치 | 잡곡밥 소고기탕국 가자미구이 메추리알송이조림 청경채유자생채 배추김치 | 야채비빔밥 달걀후라이 미소된장국 돈불고기/양념장 배추김치 | 잡곡밥 닭개장 동태포전 한식잡채 숙주당근나물 배추김치 | 잡곡밥 브로콜리크림스프 수제치즈함박스테이크 양파그린빈구이 그린샐러드/드레싱 수제모듬피클 | 잡곡밥 부대찌개 삼지구이 해초무침 도라지나물 배추김치 |
| 오후간식 | 삶은고구마/보리차 | 옛날과자/두유 | 생신떡/식혜/과일 | 과일 | 삶은고구마/보리차 | 삶은계란/누룽지 |
| 구분 | 16(월) | 17(화) | 18(수) | 19(목) | 20(금) | 21(토) |
| 오전간식 | 수제요거트 | 수제요거트 | 수제요거트 | 수제요거트 | 수제요거트 | 크림스프 |
| 점심식사 | 잡곡밥 알탕 소고기숙조볶음 건새우무조림 꼬시레기초무침 배추김치 | 잡곡밥 미역미소장국 수제등심돈까스 단호박범벅 양배추샐러드/ 드레싱 수제모듬피클 | 잡곡밥 두부미소국 오리불고기 해물모듬채소전 시금치나물 쌈무 | 잡곡밥 콩나물국 코다리감자조림 행구이/케찹 미역무초무침 배추김치 | 잡곡밥 다시마강자국 닭오븐구이 두부숙갓무침 미역줄리볶음 배추김치 | 잡곡밥 팽이달걀탕 고등어구이 실곤약샐러드 취나물 배추김치 |
| 오후간식 | 과일(바나나) | 빵 / 두유 | 만두 | 삶은계란/녹차 | 과일 | 샐러드 |
| 구분 | 23(월) | 24(화) | 25(수) | 26(목) | 27(금) | 28(토) |
| 오전간식 | 수제요거트 | 수제요거트 | 수제요거트 | 수제요거트 | 수제요거트 | 스프 |
| 점심식사 | 잡곡밥 미역된장국 제육볶음 사각어묵조림 숙주당근나물 배추김치 | 잡곡밥 오징어묵국 간장찜닭 산채메밀전병 치커리사과생채 배추김치 | 잡곡밥 채소누룽지탕 공치무조림 돈육두부볶음 양배추찜/쌈장 배추김치 | 잡곡밥 소고기샤브샤브국 갈치구이 호박버섯볶음 무생채 배추김치 | 잡곡밥 사골곰탕 편육/양파채간장소스 느타리버섯볶음 부추겉절이 깍두기 | 잡곡밥 복엇국 낙지콩나물볶음 채소그크램블 숙갓나물 배추김치 |
| 오후간식 | 과일 | 피자/콜라 | 삶은감자/생강차 | 떡, 식혜 | 과일 | 쿠키, 차 |
| 구분 | 30(월) | 31(화) | | | | |
| 오전간식 | 수제요거트 | 수제요거트 | | | | |
| 점심식사 | 잡곡밥 건새우아육국 닭갈비 맛살새송이볶음 참나물무침 배추김치 | 잡곡밥 소고기묵국 매콤삼치조림 마늘쫄면치볶음 호박나물 배추김치 | 쌀 : 국내산, 배추김치(배추:국내산, 고추가루:국내산), 돼지고기:국내산, 닭:국내산, 소고기:호주산, 동태:러시아산, 코다리:러시아산, 갈치:남아공산, 가자미:러시아산, 오징어:국내산, 고등어:국산, 공치:국내산, 두부:콩(외국산), 오리고기:국내산 | | | |
| 오후간식 | 삶은 달걀, 차 | 과일 | | | | |

