

# 2018년 9월 식단표

	월	화	수	목	금	토					
오전	*사상구 보건소 식단표 참조 *배추김치 기본 제공*					1					
중식											수제요구르트 산채비빔밥 맑은계란국 부추전 마늘장아찌 요구르트
오후											과일
	3	4	5	6	7	8					
오전	수제요구르트	수제요구르트	수제요구르트	수제요구르트	수제요구르트	수제요구르트					
중식	잡곡밥 만둣국 삼치조림 도토리묵무침 소세지야채 볶음	잡곡밥 순두부찌개 닭가슴살볶음 참나물무침 김치전	찰밥 소고기미역국 잡채 감자조림 아삭고추무침	잡곡밥 육개장 감자전 멸치파리고추 무침 부추겉절이	잡곡밥 애호박된장국 부추전 오징어젓갈 쇠고기호박볶음	제육덮밥 흥합무국 두부강정 브로콜리 샐러드 우영조림					
오후	양송이스프	과일	생신잔치	과일	삶은달걀/두유	과일					
	10	11	12	13	14	15					
오전	수제요구르트	수제요구르트	수제요구르트	수제요구르트	수제요구르트	수제요구르트					
중식	잡곡밥 돼지국밥 배추겉절이 느타리버섯볶음 고구마줄기	잡곡밥 들깨버섯국 명태전 호두멸치볶음 숙주나물	짜장라이스 맑은계란국 오이초무침 무말랭이무침 양념깻잎	잡곡밥 김국 제육볶음 양배추찜/쌈장 마늘편종볶음	잡곡밥 청국장찌개 떡갈비 상추겉절이 파리고추볶음	야채볶음밥 유부국 탕수육/소스 감자샐러드 양파장아찌					
오후	단팔죽	과일	떡/식혜	과일	삶은감자/두유	과일					
	17	18	19	20	21	22					
오전	수제요구르트	수제요구르트	수제요구르트	수제요구르트	수제요구르트	수제요구르트					
중식	잡곡밥 김치국 소불고기 상추쌈/쌈장 숙주맛살무침	잡곡밥 쇠고기무국 닭강정 계란장조림 미역줄기볶음	고구마밥 다슬기국 돈까스샐러드 계란말이 북어무침	잡곡밥 아욱된장국 장어강정 톳나물두부무침 콩나물무침	잡곡밥 감자국 간장불고기 부추겉절이 어묵야채볶음	잔치국수 호박범벅 부추장떡 무나물 가지나물					
오후	단호박찜	과일	샌드위치/매실차	과일	약과/식혜	과일					
	24	25	26	27	28	29					
오전	추석										
중식	추석										
오후	추석										
		수제요구르트	수제요구르트	수제요구르트	수제요구르트	수제요구르트					
중식	추석										
오후	추석										
		과일	떡/수정과	호박죽	어묵탕	과일					

\* 위 식단은 센터 사정에 의해 같은 식품군으로 변경될 수 있습니다

인삼 동래 데이케어 주간보호