

식단표

2024년 02월

(주)동래 데이케어

구분					목(02.01)	금(02.02)	토(02.03)
점심 식단					혼합잡곡밥 호박고추장찌개 생선까스&타르소 스 도토리목야채무 침 얼갈이무침 배추김치 (592 / 29kcal)	혼합잡곡밥 종합어묵국 김치볶음 야채계란찜 콩나물무침 배추김치 (585 / 22kcal)	혼합잡곡밥 콩비지찌개 고등어조림 호박볶음 세발나물무침 배추김치 (615 / 21kcal)
저녁 식단					혼합잡곡밥 호박고추장찌개 얼갈이무침 우민찌메추리알 조림 양념깻잎지 배추김치 (620 / 24kcal)	혼합잡곡밥 종합어묵국 콩나물무침 돈육감자짜글이 미니새송이버섯 배추김치 (594 / 30kcal)	
오전 간식					엑티비아 레몬(컵)	생크림요거트플 레인	칼슘두유
오후 간식					곤약알알이넣 은레드자몽	바나나	크림치즈옥수수 빵
구분	일(02.04)	월(02.05)	화(02.06)	수(02.07)	목(02.08)	금(02.09)	토(02.10)
점심 식단		혼합잡곡밥 시래기된장국 제육볶음 어묵볶음 오이지무침 배추김치 (534 / 26kcal)	혼합잡곡밥 맑은파개장 가자미양념조림 실곤약야채무침 유채나물 배추김치 (678 / 32kcal)	혼합잡곡밥 소고기미역국 참조기구이 잔치잡채 봄동나물 배추김치 (565 / 22kcal)	혼합잡곡밥 순두부찌개 훈제오리아채볶 음 돈나물사과무침 고들빼기무침 배추김치 (616 / 21kcal)	혼합잡곡밥 물만두국 돼지갈비찜 새송이버섯볶음 고추무침 배추김치 (539 / 25kcal)	
저녁 식단		혼합잡곡밥 시래기된장국 오이지무침 순대야채볶음 느타리버섯볶음 배추김치 (552 / 33kcal)	혼합잡곡밥 맑은파개장 유채나물 소고기야채볶음 멸치볶음 배추김치 (542 / 14kcal)	혼합잡곡밥 소고기미역국 봄동나물 닭살메추리알조 림 주키니호박볶음 배추김치 (577 / 22kcal)	혼합잡곡밥 순두부찌개 고들빼기무침 적어구이 탕평채 배추김치 (581 / 29kcal)		
오전 간식		아이러브요거트 플레인	요거타임 포도	우유/시리얼	생크림요거트플 레인	오트요거트	
오후 간식		구운계란/울무차	미니땅콩샌드&요 구르트	찜만두	흔들어먹는골드 키위푸레	미니약과&요구르 트	

구분	일(02.11)	월(02.12)	화(02.13)	수(02.14)	목(02.15)	금(02.16)	토(02.17)
점심 식단		혼합잡곡밥 콩가루배춧국 돈육콩나물볶음 야채계란찜 마늘종무침 배추김치 (533 / 14kcal)	혼합잡곡밥 우거지선짓국 매추리알곤약조림 느타리버섯볶음 꼬시래기무침 배추김치 (612 / 29kcal)	혼합잡곡밥 호박고추장찌개 코다리강정 양배추야채샐러드 땅콩조림 배추김치 (722 / 25kcal)	혼합잡곡밥 계란파국 자장소스(양많이) 세멸치아몬드조림 오징어젓무무침 배추김치 (613 / 42kcal)	혼합잡곡밥 청국장찌개 돈육두루치기 양배추찜&쌈장 얼갈이무침 배추김치 (570 / 20kcal)	혼합잡곡밥 사각어묵국 콩치검시래기조림 감자채볶음 무말랭이무침 배추김치 (675 / 25kcal)
저녁 식단			혼합잡곡밥 우거지선짓국 꼬시래기무침 닭살바베큐소스조림 고구마샐러드 배추김치 (653 / 35kcal)	혼합잡곡밥 호박고추장찌개 땅콩조림 두부담은돈저나 감자채피망볶음 배추김치 (679 / 23kcal)	혼합잡곡밥 계란파국 오징어젓무무침 고등어조림 청포묵김무침 배추김치 (707 / 24kcal)	혼합잡곡밥 청국장찌개 얼갈이무침 돈육감자조림 호박볶음 배추김치 (591 / 23kcal)	
오전 간식		하루요거트플레인	비타민두유	미숫가루	떠먹는리얼요거트플레인	우유/시리얼	하루요거트 딸기(컵)
오후 간식		삶은계란/율무차	미니딸기샌드&요구르트	롤링튀밥	커스터드&요구르트	파인애플	망고코코푸딩
구분	일(02.18)	월(02.19)	화(02.20)	수(02.21)	목(02.22)	금(02.23)	토(02.24)
점심 식단		혼합잡곡밥 북어콩나물국 함박스테이크푹찜 단호박샐러드 무생채 배추김치 (648 / 22kcal)	혼합잡곡밥 부대찌개 가자미구이 고소한콩자반조림 콩나물무침 배추김치 (606 / 35kcal)	혼합잡곡밥 김치수제비국 닭볶음탕 어묵볶음 궁채무침 배추김치 (715 / 28kcal)	혼합잡곡밥 순두부백탕 해물볶음우동 가지나물 고추무침 배추김치 (604 / 25kcal)	혼합잡곡밥 유채된장국 소고기그린빈스볶음 감자조림 고들빼기무침 배추김치 (611 / 26kcal)	혼합잡곡밥 육개장 너비아니조림 호두땅콩조림 양념쌈잎지무침 배추김치 (706 / 30kcal)
저녁 식단		혼합잡곡밥 북어콩나물국 무생채 순대야채볶음 실곤약야채무침 배추김치 (509 / 15kcal)	혼합잡곡밥 부대찌개 콩나물무침 돈육떡볶음 도토리묵야채무침 배추김치 (517 / 16kcal)	혼합잡곡밥 김치수제비국 궁채무침 참치김치볶음 느타리버섯볶음 배추김치 (545 / 27kcal)	혼합잡곡밥 순두부백탕 고추무침 대구콩나물찜 툃나물두부무침 배추김치 (688 / 36kcal)	혼합잡곡밥 유채된장국 고들빼기무침 비엔나소시지볶음 브로콜리새송이 버섯볶음 배추김치 (662 / 19kcal)	
오전 간식		생크림요거트플레인	비피더스 블루베리	요거트플레인	칼슘두유	하루요거트 플레인(컵)	대추차
오후 간식		구운계란/율무차	쫄깃한잉글리쉬머핀	오븐에구운백미견과스낵	흔들어먹는한라봉퓨레	감귤	콩고물인절미

구분	일(02.25)	월(02.26)	화(02.27)	수(02.28)	목(02.29)		
점심 식단		혼합잡곡밥 버섯매운탕 돈육두루치기 호박볶음 마늘종무침 배추김치 (666 / 43kcal)	혼합잡곡밥 우거지된장국 등심돈까스 멕시코샐러드 고춧잎무침 배추김치 (564 / 24kcal)	혼합잡곡밥 어묵국 춘천닭갈비 계란말이 콩나물무침 배추김치 (594 / 17kcal)	혼합잡곡밥 호박새우젓국 돈육김치찜 파래자반볶음 세발나물무침 깍두기 (553 / 19kcal)		
저녁 식단		혼합잡곡밥 버섯매운탕 마늘종무침 코다리조림 우엉아몬드조림 배추김치 (526 / 16kcal)	혼합잡곡밥 우거지된장국 고춧잎무침 돈메추리알장조림 어묵야채볶음 깍두기 (715 / 20kcal)	혼합잡곡밥 어묵국 콩나물무침 방어구이 두부양념조림 배추김치 (601 / 29kcal)	혼합잡곡밥 호박새우젓국 세발나물무침 훈제오리아채볶음 느타리버섯볶음 배추김치 (690 / 26kcal)		
오전 간식		아이러브요거트 플레인	바나나라떼	생크림요거트플 레인	떠먹는리얼요거 트플레인		
오후 간식		삶은계란/율무차	꿀호떡	모듬어묵탕	커스터드&요구르 트		

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

※ 원산지 표시 : * 원산지 표시의무 대상 품목(24개) : 쌀(죽,누룽지,현미,흑미,찹쌀,찜쌀:국산), 배추김치(배추:국산, 중국산/ 고춧가루:중국산), 고춧가루(중국산), 열갈이(국내산,중국산:국용), 콩(두부, 콩비지, 청국장, 콩국수:외국산), 소고기(호주산), 돼지고기(국산), 닭고기(국산), 오리고기(국산), 훈제오리(국산), 식육가공품-물만두(돈육-국산), 너비아니(돈육-국내산), 설산적(돈육-국내산,소고기-국내산), 완자(닭-국산,돈육-국산), 햄(닭-국산,돈육-국산), 비엔나소시지(돈육-국내산,닭-국내산), 선삼적(돈육-국내산), 소시지(연육-중국산,돈육-국내산), 탕수육(돈육-국내산), 식물성함박스테이크(두류가공품-중국산), 오징어(페루산), 고등어(국산), 명태(황태,북어-러시아산), 동태(러시아), 갈치(세네갈산), 꽁치(원양산), 삼치(국산), 코다리(러시아산), 임연수(미국산), 굴비(국산), 참치(원양산), 가자미(미국산) 수산가공품-진미(페루산),명엽채(베트남산),꽁치캔