

# 주간식단표

구분		행복을 여는 아침 	정성 가득한 점심 	오후 간식	건강을 위한 저녁 	저녁간식	식재료 원산지
5/2	일반식	백미밥/시금치죽 북어포콩나물국 느타리들깨가루볶음 마파두부 무말랭이무침 배추김치/물김치	백미밥/녹두죽 꽃게된장국 새우살가스/타르소스 오징어배달나물무침 스팸계란전 배추김치/물김치	카스타드	백미밥/새우죽 조갯살숙국 탕수육 쥐어채무침 돈나물오이생채 배추김치/물김치	플레인 요거트	쇠고기
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	과당	백미밥/잡곡밥	과당	수입 (호주산)
5/3	일반식	백미밥/치즈죽 들깨시락국 제육볶음 어묵양파볶음 고추지무침 배추김치/물김치	기장밥/야채죽 쇠고기미역국 돼지갈비찜 시금치두부무침 야채샐러드/드레싱 배추김치/물김치	단호박죽	백미밥/견과죽 근대된장국 자장스튜 잡채 무생채 배추김치/물김치	시리얼 요거트	돼지고기
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	과당	백미밥/잡곡밥	과당	국내산
5/4	일반식	백미밥/닭죽 어묵국 코다리무조림 숙주나물 깻잎지무침 배추김치/물김치	백미밥/단호박죽 멸치국수 통배추겉절이 조미김 단무지 배추김치/물김치	꿀호떡	백미밥/팔죽 장어국 닭안심야채볶음 올파래무침 오이맛살생채 배추김치/물김치	바나나 요거트	닭
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	과당	백미밥/잡곡밥	과당	국내산
5/5	일반식	백미밥/사골야채죽 시락국 공치무조림 양배추오이생채 가지나물볶음 배추김치/물김치	흑미밥/흑임자죽 부대찌개 물미역, 두릅/초고추장 우엉채근약땅콩조림 오징어젓무무침 배추김치/물김치	찐고구마	백미밥/소고기죽 북어포계란국 카레스튜 파래무침 갈치양념구이 배추김치/물김치	딸기잼 요거트	오리고기
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	과당	백미밥/잡곡밥	과당	국내산
5/6	일반식	백미밥/흰죽 바지락살미역국 우민찌가지조림 무말랭이무침 유채나물 배추김치/물김치	기장밥/땅콩죽 삼색수제비 오징어부추전 물미역나물무침 단호박조림 통배추생김치/물김치	바나나	백미밥/흑임자죽 물만두국 고등어무조림 김가루날치알무침 무생채 배추김치/물김치	플레인 요거트	쌀
	당뇨식	차조밥/잡곡밥	차조밥/잡곡밥	과당	차조밥/잡곡밥	과당	국내산
5/7	일반식	백미밥/소고기죽 들깨미역국 쇠고기버섯볶음 콩나물무침 깻잎지무침 배추김치/물김치	흑미밥/견과죽 육개장 갈치무조림 오이세발나물무침 순두부/양념장 배추김치/물김치	두유	백미밥/야채죽 유부호박된장국 메란완자짜리장조림 미역줄기볶음 방풍나물무침 배추김치/물김치	아로니아 요거트	국내산
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	과당	백미밥/잡곡밥	과당	배추김치, 열무김치, 물김치, 깍두기
5/8	일반식	백미밥/검은깨죽 닭개장 계란야채찜 무말랭이고추잎무침 열무된장무침 배추김치/물김치	백미밥/단호박죽 들깨시락국 돈육불고기 도라지채사과무침 얼갈이된장찌개 배추김치/물김치	야채전	백미밥/닭죽 순두부국 적어구이 마늘종간장무침 동부묵/양념장 배추김치/물김치	플레인 요거트	배추, 무(국내산)고추, 가루(국내산 100%)
	당뇨식	백미밥/잡곡밥	백미밥/잡곡밥	과당	백미밥/잡곡밥	과당	

\* 위 메뉴는 식자재 수급 상황에 따라 변경 될 수 있습니다.

안심노인요양시설