2020년 08월 식단표

시설명	수호천사노인전문요양원

일	월	화	수	목	금	토
						1
						아침 / 점심
						밥 계란국 감자볼어묵조림 시금치무침 전장김 김치 게살죽 / 밥 북어콩나물국 돈육고추장불고기 브로컬리&초장 오이지무침 김치 단호박죽
						간식 / 저녁
						요플레 --- "사과잼쿠키 두유" / 밥 배추된장국 꽁치무조림 호박새우젓볶음 열무나물 김치 닭살죽
2	3	4	5	6	7	8
아침 / 점심	아침 / 점심	아침 / 점심	아침 / 점심	아침 / 점심	아침 / 점심	아침 / 점심
밥 들깨무채국 닭가슴살표고장조림 청경채나물 숙주무침 김치 옥수수죽 / 밥 올갱이토장국 너비아니데리야끼조림 새송이피망볶음 그린샐러드&요거트D 김치 쇠고기죽	밥 시래기된장국 계란장조림 얼갈이나물 전장김 김치 고구마죽 / 밥 바지락살미역국 돈육간장불고기 콩나물파채무침 양배추찜&쌈장 김치 땅콩죽	밥 소고기무국 두부조림 마늘쫑멸치볶음 파래자반 김치 단호박죽 / 취나물밥 청국장찌개 고등어구이 무생채 양념장 김치 닭살죽	밥 북엇국 동그랑땡엿장조림 숙주나물무침 전장김 김치 쇠고기죽 / 밥 순두부김칫국 대구무조림 미니새송이볶음 브로컬리&초장 김치 야채죽	밥 무채국 메추리알표고조림 마늘쫑건새우볶음 얼갈이된장무침 김치 땅콩죽 / 밥 어묵국 단호박닭살조림 가지볶음 열무나물 김치 게살죽	밥 닭살무국 볼어묵조림 시금치무침 전장김 김치 닭살죽 / 밥 아욱된장국 돈육김치볶음 얼갈이나물 오이생채 김치 옥수수죽	밥 사골무국 연두부&양념장 연근조림 쑥갓나물 김치 야채죽 / 밥 청국장찌개 계란찜 맛살양배추볶음 열무고추장나물 김치 고구마죽
간식 / 저녁	간식 / 저녁	간식 / 저녁	간식 / 저녁	간식 / 저녁	간식 / 저녁	간식 / 저녁
요플레 --- "찐계란 식혜" / 밥 호박순두부국 돈채피망볶음 취나물볶음 무생채 김치 야채죽	요플레 --- "카스타드 요구르트" / 밥 감자국 데리야끼닭다리살볶음 건새우무조림 오이생채 김치 게살죽	요플레 --- 아이스홍시 / 밥 호박된장국 돈육메추리알장조림 감자채볶음 쑥갓나물 김치 옥수수죽	요플레 --- 바나나/두유 / 밥 유채된장국 돈육고추장불고기 미역줄기볶음 근대나물 김치 버섯죽	요플레 --- "유과 감귤주스" / 밥 버섯된장찌개 생선까스&타르소스 실곤약야채무침 고구마샐러드 김치 단호박죽	요플레 --- "찐감자 요구르트" / 밥 조개살미역국 돈민찌두부조림 호박들깨볶음 숙주미나리무침 김치 쇠고기죽	요플레 --- "파운드 두유" / 밥 소고기버섯국 너비아니야채볶음 감자조림 참나물무침 김치 땅콩죽

9		10		11		12		13		14		15 광복절	
아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심
밥 근대된장국 닭살장조림 호박볶음 전장김 김치 게살죽	밥 소고기미역국 갈치구이 시래기지짐 콩나물무침 김치 단호박죽	밥 홍합살무국 돈채느타리볶음 숙주무침 무나물 김치 닭살죽	밥 건새우아욱국 돈육콩나물불고기 미역줄기볶음 돈나물&초장 김치 옥수수죽	밥 감자다시마국 돈육곤약장조림 맛살양배추볶음 전장김 김치 야채죽	밥 맑은육개장 돈민찌두부조림 새송이볶음 오이생채 김치 버섯죽	밥 시래기된장국 참치무조림 고사리나물 배추나물 김치 게살죽	밥 홍합살미역국 느타리소불고기 실곤약잡채 상추&쌈장 김치 단호박죽	밥 건새우무국 두부조림 비름나물 전장김 김치 옥수수죽	밥 감자양파국 꽁치열무조림 마늘쫑어묵볶음 오이생채 김치 쇠고기죽	밥 시래기된장국 계란장조림 호박새우젓볶음 오복지무침 김치 버섯죽	밥 버섯국 돈채피망볶음 도토리묵야채무침 얼갈이나물 김치 땅콩죽	밥 호박순두부국 소고기무장조림 숙주나물 전장김 김치 단호박죽	밥 닭다리삼계탕 맛살브로컬리볶음 얼갈이고추장무침 오이초절임 김치 닭살죽
간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁
요플레 아이스홍시	밥 호박새우젓국 돈육고추장불고기 청포묵김가루무침 양상추샐러드 김치 닭살죽	요플레 "초코파이 요구르트"	밥 들깨무채국 훈제오리야채볶음 오이나물 쌈무부추무침 김치 쇠고기죽	요플레 "밤만쥬 두유"	밥 김치어묵국 꽈리고추계란장조림 가지볶음 열무된장무침 김치 땅콩죽	요플레 "바나나 요구르트"	밥 계란국 카레소스 돈육강정 방울토마토샐러드 김치 닭살죽	요플레 "사과잼쿠키 두유"	밥 시금치된장국 돈육고추장불고기 근대나물 단호박샐러드 김치 야채죽	요플레 "야채모닝빵 요구르트"	밥 북어콩나물국 닭가슴살야채볶음 우엉채조림 야채겉절이 김치 게살죽	요플레 아이스홍시	밥 들깨미역국 돈육간장불고기 어묵볶음 청경채나물 김치 옥수수죽
16		**17 임시공휴일**		**18**		**19**		**20**		**21**		**22**	
아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심
밥 소고기무국 메추리알장조림 미역줄기볶음 오이지무침 김치 쇠고기죽	밥 근대된장국 고등어구이 감자채볶음 치커리사과무침 김치 야채죽	밥 북어계란국 돈민찌무장조림 가지볶음 전장김 김치 땅콩죽	밥 콩나물국 돈육제육볶음 연근조림 돌나물&초장 김치 게살죽	밥 조개살순두부국 볼어묵조림 미역줄기볶음 무짠지채무침 김치 닭살죽	밥 시금치된장국 닭가슴살표고볶음 숙주무침 오이생채 김치 옥수수죽	밥 배추된장국 두부조림 오이볶음 전장김 김치 야채죽	밥 감자양파국 김치제육볶음 맛샐냉채 단호박샐러드 김치 버섯죽	밥 사골무국 건새우무조림 느타리야채볶음 미나리나물 김치 게살죽	밥 어묵국 닭갈비 우엉채조림 쌈무부추무침 김치 단호박죽	밥 닭살미역국 미트볼야채볶음 호박볶음 오이지무침 김치 옥수수죽	밥 호박새우젓국 돈사태단호박찜 실곤약야채무침 무나물 김치 쇠고기죽	밥 콩가루배추국 닭살무장조림 마늘쫑볶음 전장김 김치 버섯죽	밥 매생이순두부국 맛살계란찜 연근조림 얼갈이된장무침 김치 땅콩죽
간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁
요플레 "유과 검은콩두유"	밥 얼갈이된장국 순살닭갈비 호박볶음 근대나물 김치 버섯죽	요플레 "마가렛드 요구르트"	밥 근대된장국 가자미카레구이 감자고추장조림 얼갈이나물 김치 단호박죽	요플레 "찐계란 식혜"	밥 소고기미역국 동그랑땡엿장조림 호박새우젓볶음 비름나물 김치 쇠고기죽	요플레 "수수부꾸미 요구르트"	밥 무채국 꽁치시래기지짐 동부묵김가루무침 근대나물 김치 땅콩죽	요플레 아이스홍시	밥 열무된장국 돈채피망볶음 감자조림 브로컬리&초장 김치 닭살죽	요플레 "바나나 요구르트"	밥 소고기감자국 계란장조림 표고부추볶음 열무고추장나물 김치 야채죽	요플레 "유과 검은콩두유"	밥 김칫국 돈채브로컬리볶음 새송이간장조림 들깨무나물 김치 게살죽
23		**24**		**25**		**26**		**27**		**28**		**29**	
아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심	아침	점심
밥 유부무국 메추리알장조림 열무들깨볶음 오징어젓무침 김치 단호박죽	밥 아욱된장국 조기찜 감자채볶음 시금치나물 김치 닭살죽	밥 맑은미역국 돈육표고장조림 호박볶음 전장김 김치 쇠고기죽	밥 유채된장국 돈육고추장볶음 새송이파프리카볶음 무생채 김치 야채죽	밥 배추된장국 돈육간장불고기 도라지채볶음 파래자반 김치 땅콩죽	밥 쪽파계란국 갈치무조림 감자채볶음 오이생채 김치 게살죽	밥 들깨무채국 소고기콩조림 열무된장나물 전장김 김치 닭살죽	밥 유부된장국 닭다리살카레볶음 시래기지짐 돌나물&초장 김치 옥수수죽	밥 시금치된장국 맛살브로컬리볶음 감자조림 오징어젓무침 김치 야채죽	밥 샤브국 계란찜 새송이초무침 참나물무침 김치 버섯죽	밥 건새우무국 두부조림 노각무침 전장김 김치 게살죽	밥 맑은감자국 닭다리살콩나물찜 고구마샐러드 아삭이쌈장무침 김치 단호박죽	밥 콩나물국 돈민찌메추리알조림 브로컬리피망볶음 배추나물 김치 옥수수죽	밥 나주곰탕 연두부&양념장 볼어묵조림 오이생채 김치 쇠고기죽
간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁	간식	저녁
요플레 "초코파이 요구르트"	밥 콩나물국 돈민찌두부조림 어묵마늘쫑볶음 배추나물 김치 옥수수죽	요플레 "찐감자 사과주스"	밥 들깨버섯국 닭살고추장볶음 깻순볶음 토마토치커리무침 김치 버섯죽	요플레 아이스홍시	밥 김치순두부국 알마늘계란장조림 미역줄기볶음 브로컬리깨장무침 김치 단호박죽	요플레 "유과 아침햇살"	밥 늙은호박국 돈민찌두부조림 가지볶음 얼갈이나물 김치 쇠고기죽	요플레 "초코파이 요구르트"	밥 사골미역국 메추리알볼어묵조림 마늘쫑볶음 숙주미나리무침 김치 땅콩죽	요플레 "바나나 두유"	밥 유부된장국 방어데리야끼구이 들깨무나물 참나물무침 김치 닭살죽	요플레 "파운드 요구르트"	밥 콩가루시래기국 돈채두반장볶음 새송이양파볶음 쑥갓나물 김치 야채죽

30		31						
아침	점심	아침	점심					
밥 사골무국 동그랑땡피망조림 열무고추장나물 전장김 김치 버섯죽	밥 올갱이토장국 고등어카레튀김 숙주미나리무침 오복지무침 김치 땅콩죽	밥 콩나물된장국 알마늘계란장조림 마늘쫑멸치볶음 청경채나물 김치 단호박죽	밥 북어계란국 돈육짜장볶음 어묵볶음 노각무침 김치 닭살죽					
간식	저녁	간식	저녁					
요플레 ---------- "사과잼쿠키 두유"	밥 홍합살미역국 닭가슴살감자조림 도토리묵무침 무나물 김치 게살죽	요플레 ---------- 아이스홍시	밥 호박새우젓국 생선까스&타르소스 표고청경채볶음 단부지부추무침 김치 옥수수죽					

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다. / ※ 원산지 표시 :

※ 주식회사올바른 제공 식단표