

2021년 8월 4주 주간메뉴표

	월(8/23)		화(8/24)		수(8/25)		목(8/26)		금(8/27)		토(8/28)		일(8/29)	
아 침	수수밥	누룽지죽	흑미밥	누룽지죽	보리밥	누룽지죽	기장밥	누룽지죽	현미밥	누룽지죽	수수밥	누룽지죽	흑미밥	누룽지죽
	콩나물국		유채된장국		된장찌개		홍합탕		무쇠고기국		복어채국		매생이국	
	코다리양념		조기구이		쇠고기야채볶음		돈사태알감자조림		가자미양념		돈장조림		쇠고기굴소스볶음	
	쇠고기굴소스볶음		가지나물		건새우마늘종볶음		감자채볶음		참나물		고사리들깨나물		취나물	
	도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김	
	백김치	물김치	백김치	물김치	백김치	물김치	백김치	물김치	백김치	물김치	백김치	물김치	백김치	물김치
별량/단백질	577kcal	33.9g	509kcal	27.9g	648kcal	29.8g	642kcal	22.4g	527kcal	16.7g	627kcal	30.5g	532kcal	21.6g
10시간식	일반 바나나+우유		일반 오렌지+액티비아		일반 수박		일반 사과+플레인		일반 수박		일반 바나나+베지밀A		일반 파인애플(캔)+플레인	
	당뇨 바나나+우유		당뇨 오렌지+액티비아		당뇨 수박		당뇨 사과+플레인		당뇨 수박		당뇨 바나나+베지밀A		당뇨 토마토+플레인	
점 심	기장밥	새우살죽	현미밥	호두죽	수수밥	밤죽	흑미밥	단호박죽	보리밥	버섯죽	기장밥	밤죽	현미밥	호두죽
	팽이유부돼진장국		냉면		콩나물국		미역고기국		버섯들깨탕		육개장		감자수제비국	
	토마토버섯스파게티티		매운돈사태찜		낙지야채볶음		새우가스		닭갈비		동태전		삼치목은지찜	
	두부무조림		애너타리개소스무침		계란찜		쫄면야채무침		해물파전		콩나물무침		미트볼케첩조림	
	도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김	
	배추김치		배추김치		열무김치		배추김치		배추김치		깍두기		배추김치	
별량/단백질	651kcal	22.2g	794kcal	29.3g	587kcal	26.2g	856kcal	27.8g	712kcal	31.9g	633kcal	32.4g	592kcal	21.8g
3시 간식	일반 크림스프		일반 찐고구마+녹차		<간식선택의날>		일반 찐감자+옥수수차		일반 카스테라+우유		일반 찐고구마+프레주빈주시		일반 마들렌+옥수수차	
	당뇨 크림스프		당뇨 찐고구마+녹차				일반:팥죽 또는 참치주먹밥		당뇨 찐감자+옥수수차		당뇨 찐단호박+우유		당뇨 찐고구마+프레주빈주시	
	데이케어 크림스프		데이케어 오렌지+액티비아		당뇨:팥죽		데이케어 사과+플레인		데이케어 카스테라+우유		데이 찐고구마+프레주빈주시			
저 녍	보리밥	밤죽	기장밥	버섯죽	현미밥	야채죽	수수밥	호두죽	흑미밥	새우살죽	보리밥	야채죽	기장밥	버섯죽
	감자다시마국		무쇠고기국		미역국		순두부찌개		시래기국		아욱국		오징어찌개	
	제육볶음		동태양념		순살아귀찜		부추떡갈비		버섯불고기		고등어데리야끼구이		닭찜	
	가자미구이		숙음배추나물		피망채고기볶음		새송이들깨나물		계란말이		탕평채		오이지무침	
	도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김	
	배추김치		배추김치		배추김치		배추김치		배추김치		배추김치		배추김치	
별량/단백질	721kcal	33.9g	543kcal	20.8g	573kcal	29.6g	555kcal	23.0g	648kcal	28.9g	624kcal	34.1g	622kcal	28.5g
원 산 지	밥	배추김치, 깍두기, 열무김치	쇠고기(국,죽,볶음)	돼지(돈등뼈,찌개,볶음,장조림,민찌)	스모크햄,비엔나	닭(국,볶음,죽)	훈제오리	만두	두부,연두부,순두부	청국장,콩비지				
	백미,잡곡:국내산	배추,무,열무,고추가루:국내산	한우,국내산	국내산	돈육:국내산	국내산	국내산	돈육:국내산	대두:외국산	대두:국내산				
	가자미	조기	아귀	삼치,고등어	갈치	임연수	코다리	동태	복어채	낙지	오징어			
	외국산	중국산	중국산	국내산	베트남산	외국산	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산	베트남산	칠레산		

◎ 이 식단은 식재료 수급에 따라 변경될 수 있습니다.