

# 2022년 2월 1주 주간메뉴표



	월(1/31)		설날 화(2/1)		수(2/2)		목(2/3)		금(2/4)		토(2/5)		일(2/6)	
아침	수수밥	누룽지죽	흑미밥	누룽지죽	보리밥	누룽지죽	기장밥	누룽지죽	현미밥	누룽지죽	수수밥	누룽지죽	흑미밥	누룽지죽
	유채된장국		무쇠고기국		순두부찌개		미역고기국		콩나물국		매생이국		홍합탕	
점심	동태양념		조기구이		가자미구이		임연수양념		불고기		참스테이크		쇠고기굴소스볶음	
	쇠고기야채볶음		탕평채		연근조림		참나물		어묵야채볶음		조기구이		가지나물	
10시간식	도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김	
	백김치	물김치	백김치	물김치	백김치	물김치	백김치	물김치	백김치	물김치	백김치	물김치	백김치	물김치
별량/단백질	547kcal	31.7g	675kcal	31.9g	550kcal	25.6g	520kcal	22.9g	564kcal	28.1g	629kcal	31.8g	515kcal	21.8g
3시 간식	일반 오렌지+액티비아		일반 사과+우유		일반 굴+플레인		일반 망고(캔)+액티비아		일반 사과+우유		일반 굴+액티비아		일반 망고(캔)+플레인	
	당뇨 오렌지+액티비아		당뇨 사과+우유		당뇨 굴+플레인		당뇨 사과+액티비아		당뇨 사과+우유		당뇨 굴+액티비아		당뇨 토마토+플레인	
저녁	기장밥	새우살죽	<설날특식> 현미밥	호두죽	수수밥	밤죽	흑미밥	새우살죽	보리밥	버섯죽	기장밥	단호박죽	현미밥	호두죽
	콩나물국		떡만두국		설렁탕		시금치국		달래된장찌개		육개장		냉이국	
원산지	한방닭찜		활천복갈비찜		동태전		돈까스+소스		닭갈비		낙지야채볶음		고등어데리야끼구이	
	모듬전 (오미산적+녹두전)		삼색나물 (숙주,시금치,고사리)		햇갯잎지	갯잎나물	실곤약야채무침		콩맛살샐러드		계란말이		햄야채볶음	
별량/단백질	776kcal	35.8g	966kcal	35.2g	662kcal	39.3g	640kcal	21.3g	757kcal	30.4g	731kcal	31.9g	698kcal	34.3g
원산지	도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김	
	배추김치		배추김치		배추김치		배추김치		배추김치		배추김치		배추김치	
원산지	일반 크림스프		일반 찐고구마+옥수수차		일반 단호박죽		일반 팔죽		일반 카스테라+아침햇살		일반 찐고구마+이온음료		일반 마들렌+녹차	
	당뇨 크림스프		당뇨 찐고구마+옥수수차		당뇨 단호박죽		당뇨 팔죽		당뇨 찐단호박+녹차		당뇨 찐고구마+옥수수차		당뇨 찐감자+녹차	
원산지			* 설날특별 간식 한과 제공				데이케어 팔죽		데이케어 카스테라+아침햇살		데이케어 찐고구마+이온음료			
	보리밥	야채죽	기장밥	버섯죽	현미밥	야채죽	수수밥	호두죽	흑미밥	밤죽	보리밥	야채죽	기장밥	버섯죽
원산지	미역국		봄동된장국		냉이국		두부채새우젓국		팽이유부돼진장국		봄동된장국		청국장찌개	
	연어구이		갈치양념		돈장조림		오징어야채볶음		삼치유자구이		코다리양념		제육볶음	
원산지	새송이메알조림		부추떡갈비		계란찜		마늘쫀볶음		돈사태찜		훈제오리+씩채소쌈		새송이들깨볶음	
	도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김		도시락김	
별량/단백질	596kcal	33.0g	571kcal	29.9g	646kcal	29.1g	587kcal	25.5g	658kcal	30.8g	626kcal	31.7g	675kcal	25.1g
원산지	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	새우살	갈치	임연수	코다리	동태	북어채	낙지	오징어		
	외국산	중국산	중국산	국내산	베트남산	외국산	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산	베트남산	칠레산		

◎ 이 식단은 식재료 수급에 따라 변경될 수 있습니다.