

2022년 5월 3주 주간메뉴표

	월(5/16)		화(5/17)		수(5/18)		목(5/19)		금(5/20)		토(5/21)		일(5/22)																															
아침	수수밥 두부채새우젓국 코다리양념 알감자조림 도시락김 백김치	누룽지죽 무쇠고기국 조기구이 고사리들깨나물 도시락김 물김치	흑미밥 무쇠고기국 조기구이 고사리들깨나물 도시락김 백김치	누룽지죽 무쇠고기국 조기구이 고사리들깨나물 도시락김 물김치	보리밥 시래기수제비국 아귀양념 햇고구마순볶음 도시락김 백김치	누룽지죽 시래기수제비국 아귀양념 햇고구마순볶음 도시락김 물김치	기장밥 복어채국 돈사태찜 미나리나물 도시락김 백김치	누룽지죽 복어채국 돈사태찜 미나리나물 도시락김 물김치	현미밥 콩나물국 가자미양념 햄야채볶음 도시락김 백김치	누룽지죽 콩나물국 가자미양념 햄야채볶음 도시락김 물김치	수수밥 순두부찌개 동태양념 가지나물 도시락김 백김치	누룽지죽 순두부찌개 동태양념 가지나물 도시락김 물김치	흑미밥 매생이국 닭찜 청경채나물 도시락김 백김치	누룽지죽 매생이국 닭찜 청경채나물 도시락김 물김치																														
결량/단백질	557kcal	26.3g	593kcal	26.4g	560kcal	25.7g	616kcal	31.3g	611kcal	21.8g	481kcal	20.8g	588kcal	24.1g																														
10시간식	일반 바나나+베지밀A		일반 오렌지+플레인		일반 사과+플레인		일반 바나나+베지밀A		일반 청포도+플레인		일반 바나나+우유		일반 망고(캔)+플레인																															
	당뇨 바나나+베지밀A		당뇨 오렌지+플레인		당뇨 사과+플레인		당뇨 바나나+베지밀A		당뇨 청포도+플레인		당뇨 바나나+우유		당뇨 토마토+플레인																															
점심	기장밥 버섯야채카레국 파채불고기 마늘종고추장무침 도시락김 배추김치	새우살죽 버섯국 제육더덕무침 마늘종볶음 도시락김 배추김치	현미밥 콩나물국 제육더덕무침 모듬쌈 도시락김 배추김치	호두죽 버섯국 갯잎나물 도시락김 배추김치	수수밥 메밀국수 간콩두부 오이지무침 도시락김 배추김치	밤죽 메밀국수 간콩두부 오이지무침 도시락김 배추김치	흑미밥 된장찌개 해물파전 생두부+볶은김치 도시락김 열무김치	야채죽 된장찌개 해물파전 생두부+볶은김치 도시락김 열무김치	보리밥 미역국 훈제오리부추무침 잔멸치건과류조림 도시락김 배추김치	버섯죽 미역국 훈제오리부추무침 잔멸치건과류조림 도시락김 배추김치	기장밥 냉이국 햄버그+소스 오징어야채볶음 도시락김 배추김치	밤죽 냉이국 햄버그+소스 오징어야채볶음 도시락김 배추김치	현미밥 청국장찌개 돈사태고구마찜 콩나물무침 도시락김 배추김치	호두죽 청국장찌개 돈사태고구마찜 콩나물무침 도시락김 배추김치																														
결량/단백질	671kcal	26.3g	612kcal	23.1g	846kcal	28.2g	648kcal	26.0g	543kcal	23.1g	638kcal	31.7g	649kcal	25.6g																														
3시간식	일반 크림스프		일반 찐감자+옥수수차		<간식선택의날>		일반 찐단호박+옥수수차		일반 롤케익+아침햇살		일반 찐고구마+이온음료		일반 마들렌+옥수수차																															
	당뇨 크림스프		당뇨 찐감자+옥수수차		일반:팔죽 또는 진라면		당뇨 찐단호박+옥수수차		당뇨 찐감자+녹차		당뇨 찐고구마+옥수수차		당뇨 찐감자+옥수수차																															
	데이케어 크림스프		데이 오렌지+플레인		당뇨:팔죽		데이 바나나+베지밀A		데이 롤케익+아침햇살		데이 찐고구마+이온음료																																	
저녁	보리밥 오징어된장국 돈장조림 참나물 배추김치 도시락김	야채죽 미역국 쭈꾸미야채볶음 탕평채 도시락김 배추김치	기장밥 미역국 쭈꾸미야채볶음 탕평채 도시락김 배추김치	버섯죽 미역국 쭈꾸미야채볶음 탕평채 도시락김 배추김치	현미밥 콩가루배추국 쇠고기굴소스볶음 새송이조림 도시락김 배추김치	야채죽 콩가루배추국 쇠고기굴소스볶음 새송이조림 도시락김 배추김치	수수밥 감자부추계란국 임연수구이 열무나물 도시락김 배추김치	호두죽 감자부추계란국 임연수구이 열무나물 도시락김 배추김치	흑미밥 달래된장찌개 버섯불고기 계란찜 도시락김 배추김치	새우살죽 달래된장찌개 버섯불고기 계란찜 도시락김 배추김치	보리밥 무쇠고기국 조기구이 감자채볶음 도시락김 배추김치	야채죽 무쇠고기국 조기구이 감자채볶음 도시락김 배추김치	기장밥 근대국 임연수구이 메추리알조림 도시락김 배추김치	버섯죽 근대국 임연수구이 메추리알조림 도시락김 배추김치																														
결량/단백질	602kcal	25.1g	606kcal	23.4g	548kcal	25.0g	556kcal	24.4g	625kcal	30.1g	655kcal	27.5g	642kcal	32.1g																														
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	복어채	낙지	오징어	외국산	중국산	중국산	국내산	베트남산	외국산	러시아산	러시아산	러시아산	러시아산	베트남산	칠레산

◎ 이 식단은 식재료 수급에 따라 변경될수 있습니다.