주 간 식 단 표

월/일	아 침	점 심	저 녁	죽	간식	kcal
12/21 월	혼합잡곡밥 꽃게된장찌개 찐만두/버섯굴소스 건새우마늘쫑볶음 포기김치	팥죽 물김치 훈제오리김치볶음 콩나물무침 포기김치	혼합잡곡밥 콩가루배추국 닭살야채볶음 연근생율조림 포기김치	버섯죽 흑임자죽 닭살죽	베지밀 바나나	1850kcal 640
12/22 화	혼합잡곡밥 들깨버섯찌개 편북어찜 황도샐러드 포기김치	혼합잡곡밥 콩비지찌개 궁중떡볶이 단무지무침 포기김치	혼합잡곡밥 순대국 돈사태장조림 애호박느타리볶음 포기김치	들깨죽 쇠고기죽 야채죽	앙팡 귤	1880kcal 680
12/23 수	혼합잡곡밥 쇠고기무국 날치알계란찜 가지나물 포기김치	혼합잡곡밥 바지락해물칼국수 부추전 더덕생채 포기김치	혼합잡곡밥 순두부찌개 참치양송이볶음 훈제연어샐러드 포기김치	게란죽 해물죽 참치죽	엠비피요구르트 호두과자/대추차	1862kcal 675
12/24 목	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 두부조림 상추무침 포기김치	혼합잡곡밥 어묵쑥갓국 수제돈까스 미나리무생채 포기김치	혼합잡곡밥 새우살계란국 떡갈비구이 꽈리멸치볶음 포기김치	쇠고기죽 쑥갓죽 새우살죽	엔요 쑥설기	1882kcal 685
12/25 금	혼합잡곡밥 닭곰탕 표고버섯볶음 미역오이초무침 포기김치	영양밥 홍합무국 소갈비찜 오이달래무침 포기김치	혼합잡곡밥 감자옹심이국 잡채 낙지젓갈 포기김치	닭살죽 쇠고기죽 카레감자죽	베지밀 롤케익/우유	1879kcal 681
12/26 토	혼합잡곡밥 콩나물김치국 꽃맛살해물볶음 얼갈이나물무침 포기김치	혼합잡곡밥 홍합살미역국 골뱅이오이무침 시금치무침 포기김치	혼합잡곡밥 돈육김치찌개 죽봉어묵강정 건파래간장무침 포기김치	들깨죽 시금치죽 흑임자죽	리브 샌드위치/우유	1872kcal 685
12/27 일	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 고등어조림 쑥갓무침 포기김치	혼합잡곡밥 해물누릉지탕 치즈계란말이 감자채볶음 포기김치	혼합잡곡밥 육개장 너비아니구이 우엉조림 포기김치	쇠고기죽 감자죽 계란죽	앙팡 짜요짜요	1875kcal 653

* 65세 이상 노인(남, 여)1일 권장 칼로리 1,600kcal~ 2,000kcal
* 상기 메뉴는 업체수급사정으로 인해 변경될 수 있습니다.
* 쌀(국내산),김치(국내산),돈육(국내산),계육(국내산),쇠고기(호주산)을 사용합니다.
* 주간보호센터는 점심과 간식만 제공됩니다.

※작성자 영양사 박미자

- 부천삼광전문요양원 -