주 간 식 단 표

월/일	아 침	점 심	저 녁	죽	간식	kcal
3/29 월	혼합잡곡밥 어묵쑥갓국 편북어찜 오이미나리무침 포기김치	혼합잡곡밥 아욱된장국 닭갈비 김가루무침 포기김치	혼합잡곡밥 버섯들깨국 짜장떡볶이 꽈리멸치볶음 포기김치	흑임자죽 닭살죽 버섯죽	검은콩베지밀 마가렛/쥬스	1870kcal 683
3/30 화	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 죽순해물볶음 고사리나물 포기김치	혼합잡곡밥 연포탕 두부전/김치볶음 단호박건포도범벅 포기김치	혼합잡곡밥 계란북어국 고등어감자조림 청포묵무침 포기김치	쇠고기죽 낙지죽 게란죽	앙팡 바나나	1896kcal 692
3/31 수	혼합잡곡밥 순두부찌개 쇠고기계란장조림 시금치무침 포기김치	혼합잡곡밥 팽이버섯된장국 등갈비찜 해파리냉채 포기김치	혼합잡곡밥 오징어무국 너비아니구이 청경채무침 포기김치	시금치죽 된장죽 흑임자죽	엔요 씨리얼/우유	1880kcal 678
4/1 목	혼합잡곡밥 감자맑은국 새송이우민찌볶음 비름나물 포기김치	비빔밥 (콩나물,고사리,우민찌) 부추계란국 스크램블에그 포기김치	혼합잡곡밥 돈육김치찌개 동태전 된장깻잎지 포기김치	쇠고기죽 계란죽 들깨죽	엠비피요구르트 단호박죽	1892kcal 690
4/2 금	혼합잡곡밥 모시조개탕 양송이버섯불고기 우무야채무침 포기김치	혼합잡곡밥 들깨미역국 조기구이 머위대볶음 포기김치	혼합잡곡밥 건새열무국 카레 우엉채조림 포기김치	쇠고기죽 흑임자죽 카레감자죽	리브(사과음료) 갈아만든오렌지	1882kcal 685
4/3 토	혼합잡곡밥 콩나물국 부추계란찜 청경채무침 포기김치	혼합잡곡밥 닭개장 죽봉어묵강정 오이무침 포기김치	혼합잡곡밥 돈육김치찌개 표고벗섯볶음 골뱅이무침 포기김치	계란죽 닭살죽 흑임자죽	베지밀 생과일쥬스	1895kcal 684
4/4 일	혼합잡곡밥 근대된장국 꽁치김치찜 고춧잎나물 포기김치	혼합잡곡밥 육개장 치즈계란말이 미역오이초무침 포기김치	혼합잡곡밥 선짓국 제육간장볶음 애호박볶음 포기김치	애호박죽 쇠고기죽 들깨죽	이오 짜먹는요구르트	1890kcal 690

* 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