주 간 식 단 표

월/일	아 침	점 심	저 녁	죽	간식	kcal
6/28 월	혼합잡곡밥 바지락무국 삼치감자조림 숙주나물무침 포기김치	혼합잡곡밥 시금치된장국 연근튀김 상추겉절이 포기김치	혼합잡곡밥 사골우거지국 무나물 북어채조림 포기김치	감자죽 두부죽 쇠고기죽	앙팡 팥시루떡	1833kcal 697
6/29 화	혼합잡곡밥 콩나물국 감자무조림 시금치무침 포기김치	혼합잡곡밥 돈육김치찌개 해물찜 느타리초무침 포기김치	혼합잡곡밥 콩비지찌개 미트볼야채조림 세발나물 포기김치	콩나물죽 연근죽 표고죽	이오 바나나	1902kcal 701
6/30 수	혼합잡곡밥 쑥갓알탕 소불고기 꽈리멸치볶음 포기김치	혼합잡곡밥 건새우아욱국 코다리무조림 브로컬리/초장 포기김치	혼합잡곡밥 청국장 낙지떡볶음 고사리나물 포기김치	쇠고기죽 아욱죽 낙지죽	검은콩베지밀 초코파이/대추차	1895kcal 705
7/1 목	혼합잡곡밥 팽이버섯계란국 해물완자조림 취나물들깨무침 포기김치	혼합잡곡밥 꽃게탕 찜닭 요플레드레싱샐러드 포기김치	혼합잡곡밥 내장탕 우엉조림 물미역초무침 포기김치	쇠고기죽 닭살죽 우엉죽	엠비피요구르트 단호박찜	1881kcal 691
7/2 금	혼합잡곡밥 북어국 쇠고기장조림 오이부추무침 포기김치	혼합잡곡밥 순두부찌개 김말이튀김 무생채 포기김치	혼합잡곡밥 된장찌개 쭈꾸미야채볶음 치커리사과무침 포기김치	황태죽 추어죽 양배추죽	엔요 카스테라	1880kcal 682
7/3 토	혼합잡곡밥 쇠고기무국 민찌두부조림 시래기지짐 포기김치	혼합잡곡밥 맑은콩나물국 돼지갈비찜 노각무침 포기김치	혼합잡곡밥 건새우아욱국 편북어찜 마늘쫑무침 포기김치	버섯죽 쇠고기죽 아욱죽	앙팡 수박	1875kcal 684
7/4 일	혼합잡곡밥 들깨버섯국 참치김치볶음 청포묵무침 포기김치	혼합잡곡밥 어묵쑥갓국 훈제오리야채볶음 근대나물무침 포기김치	혼합잡곡밥 홍합살미역국 꽈리우육장조림 깻잎나물 포기김치	참치죽 흑임자죽 쇠고기죽	초코우유 마쉐이크	1897kcal 706

* 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 -