주 간 식 단 표

월/일	아 침	점 심	저 녁	죽	간식	kcal
9/6 월	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 류산슬 쑥갓무침 김치	혼합잡곡밥 낙지연포탕 두부구이 취나물볶음 김치	혼합잡곡밥 순두부찌개 떡갈비조림 숙주미나리무침 김치	쇠고기죽 시금치죽 순두부죽	검은콩베지밀 마가렛/우유	1895kcal 696
9/7 화	혼합잡곡밥 건새우무국 우채표고볶음 상추겉절이 김치	혼합잡곡밥 추어탕 오징어꽈리고추볶음 콩나물무침 김치	혼합잡곡밥 꽃게된장국 오리불고기 멸치볶음 김치	쇠고기죽 추어죽 오리죽	앙팡 야채스프	1826kcal 676
9/8 수	혼합잡곡밥 쇠고기무국 편북어찜 고사리나물 김치	혼합잡곡밥 감자굴국 돈육불고기 근대무침 김치	혼합잡곡밥 파송송계란국 순대볶음 오이지무침 김치	쇠고기죽 카레감자죽 야채죽	엠비피요구르트 바나나	1809kcal 648
9/9 목	혼합잡곡밥 팽이계란국 닭볶음탕 도라지무나물 김치	혼합잡곡밥 오징어무국 고등어구이 숙주나물무침 김치	혼합잡곡밥 사골곰탕 두부조림 건파래무침 김치	계란죽 두부죽 사골죽	이오 단호박죽	1880kcal 681
9/10 금	혼합잡곡밥 감자국 참치야채볶음 우엉채조림 김치	혼합잡곡밥 도토리묵채국 수제소시지볶음 해파리냉채 김치	혼합잡곡밥 비지찌개 쇠고기볶음 얼갈이나물 김치	참치야채죽 흑임자죽 쇠고기죽	베지밀 모닝빵/쨈	1858kcal 669
9/11 토	찹쌀녹두죽 김진파무침 창란젓무침 김치	혼합잡곡밥 홍합살미역국 궁중떡볶이 브로컬리무침 김치	혼합잡곡밥 아욱국 비엔나파프리카볶음 더덕생채 김치	녹두죽 쇠고기죽 야채죽	앙팡 복숭아	1898kcal 691
9/12 일	혼합잡곡밥 콩나물국 이면수조림 감자볶음 김치	혼합잡곡밥 육개장 오삼불고기 계란장조림 김치	혼합잡곡밥 근대국 닭살야채복음 간장깻잎지 김치	들깨죽 낙지죽 닭살죽	오렌지쥬스 요거트	1854kcal 697

* 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 -