주 간 식 단 표

월/일	아 침	점 심	저 녁	죽	간식	kcal
2/7 월	혼합잡곡밥 배추들깨국 돈육메추리알조림 숙주나물 김치	혼합잡곡밥 청국장 고추잡채 오이달래무침 김치	혼합잡곡밥 북어계란국 멸치볶음 느타리버섯볶음 김치	들깨죽 낙지죽 느타리죽	앙팡 바나나	1872kal 685
2/8 화	혼합잡곡밥 들깨무채국 닭볶음탕 고춧잎나물 김치	혼합잡곡밥 파계란국 고등어구이 오복채 김치	혼합잡곡밥 순두부찌개 순대볶음 시래기지짐 김치	참깨죽 닭살죽 순두부죽	엠비피요구르트 찐감자	1860kal 656
2/9 수	혼합잡곡밥 새우살계란탕 볼어묵피망조림 고사리나물 김치	혼합잡곡밥 홍합살미역국 돼지갈비찜 마늘쫑무침 김치	혼합잡곡밥 아욱국 편북어찜 도토리묵무침 김치	계란죽 쇠고기죽 근대죽	베지밀 씨리얼/우유	1895kal 694
2/10 목	혼합잡곡 콩가루배추국 쇠고기장조림 호박고지 김치	혼합잡곡 해물누릉지탕 두부조림 오이도라지무침 김치	혼합잡곡밥 표고콩나물국 치즈계란말이 감자조림 김치	쇠고기죽 해물죽 카레감자죽	이오 단호박죽	1874kal 685
2/11 금	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 참치야채볶음 가지나물 김치	혼합잡곡밥 닭곰탕 애호박볶음 부추겉절이 김치	혼합잡곡밥 사골우거지국 표고버섯볶음 가지나물 김치	참치죽 닭살죽 사골죽	엔요 생과일쥬스	1890kal 687
2/12 토	혼합잡곡밥 쇠고기미역국 류산슬 들깨무나물 김치	혼합잡곡밥 콩가루배추국 훈제오리야채볶음 명란젓갈 김치	혼합잡곡밥 꽃게탕 김치전 열무된장무침 김치	해물죽 콩가루죽 열무된장죽	엠비피요구르트 씨리얼/우유	1898kal 696
2/13 일	혼합잡곡밥 물만두국 탕평채 느타리호박볶음 김치	혼합잡곡밥 감자다시마국 제육볶음 콩나물무침 김치	혼합잡곡밥 부대찌개 단호박닭조림 김잔파무침 김치	느타리죽 들깨죽 닭살죽	앙팡 마쉐이크	1878kal 682

* 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 -